

## Lise Öğrencilerinde Beden Algısı, Özgüven ve Akran İlişkileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Beyza KAZAN\*

### Öz

Bu araştırmanın amacı ergen bireylerde beden algısı, özgüven ve akran ilişkilerinin arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmada beden algısı, özgüven ve akran ilişkileri arasındaki betimsel ilişkiler incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu Bayburt il merkezindeki ortaöğretim kurumlarında lise kademesinde öğrenim görmekte olan 9., 10., 11. ve 12. Sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma grubu, 13 ile 18 yaş aralığında, 252 kız (%56.3) ve 196 erkek (%43.8) olmak üzere toplam 448 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Çalışma grubunda bulunan öğrencilere "Kişisel Bilgi Formu", "Bedeni Beğenme Ölçeği", "Özgüven Ölçeği" ve "Akran İlişkileri Ölçeği" uygulanarak veriler toplanmıştır. Veri analizi noktasında; istatistiksel işlemler, Pearson korelasyon analizi ve çoklu doğrusal regresyon analizi ile gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda; beden algısı ve özgüven arasında pozitif, akranlarla yakın ilişkiler ve akranlarla olumsuz ilişkiler ile negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğu verilerle tespit edilmiştir. Regresyon analizi sonucunda özgüven ve akran ilişkilerinin beden algısındaki varyansın % 51'ini açıkladığı görülmektedir. Araştırmadan elde edilen bulgular incelendiğinde, özgüvenin beden algısının anlamlı birer yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Akranlarla yakın ilişkiler ve akranlarla olumsuz ilişkilerin ise beden algısının anlamlı bir yordayıcısı olmadığı görülmektedir. Elde edilen bulgular doğrultusunda ilgili alanyazın bağlamında tartışılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Ergenlik, beden algısı, özgüven, akran ilişkileri

### Makale Geçmişi

**Geliş:** 09/10/2024

**Düzeltilme:** 02/12/2024

**Kabul:** 16/12/2024

\* Psikolojik Danışman, Bayburt Üniversitesi, 0009-0005-9086-8544, Bayburt, Türkiye, beyzakazaan@gmail.com

**Atıf için:** Kazan, B. (2024). Lise öğrencilerinde beden algısı, özgüven ve akran ilişkileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *OJCES*, 2(4), 221-242. <https://10.5281/zenodo.14556345>

**Makale ek bilgisi:** Bu çalışma, TÜBİTAK 2209-A Projesi kapsamında yapılmıştır. 03-05 Ekim tarihlerinde de Bayburt'ta düzenlenen 2. Uluslararası Dede Korkut Eğitim Araştırmaları Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

## Giriş

Ergenlik; bireylerin kendilerine, bedenlerine, akranlarına odaklandığı kritik bir dönemdir. Lise dönemindeki bireylerin, ergenliğin getirdiği fiziksel ve duygusal değişimleri yoğun olarak yaşadığı bilinmektedir. Ergenler bu değişimlere adapte olmaya çalışırken aynı zamanda başkalarının düşüncelerine, dışardan nasıl algılandıklarına da önem vermektedir. Ergenler özellikle fiziksel değişimlerine karşı hassastırlar (Rosenblum ve Lewis, 1999). Ergenlerin bu dönemleri süresince sıklıkla yaşadığı problemlerden biri de beden algısıdır. Beden algısı; kişinin vücudunun bölümlerine ve bu bölümlerin işleyişine yönelik olumlu ve olumsuz duygularını değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır (Uskun ve Şabaplı, 2013). Ergenlik döneminde benmerkezcilik, herkesin dikkatini üzerine çektiği gibi bir düşünme biçimi olarak ortaya çıkabilir ve ergen, çevresindekilerin sürekli olarak kendisini gözlediğini zannedebilmektedir (Aşkun ve Çetin, 2017). Bu bağlamda ergenlik döneminde hayali seyirci kavramının etkisi bulunmaktadır. Ergenin kendisinin izlendiğine ve değerlendirildiğine olan inancı, bedeni konusunda daha duyarlı olmasına etki edebilmektedir. Özellikle ergen, kendisini bir şekilde eleştirdiğinde, izleyicisinin de kendisini benzer bir şekilde eleştirdiğini düşünmektedir (Aşkun ve Çetin, 2017). Ergenler, kendi bedenleri ile diğerlerinin bedenlerini kıyaslayarak, görünüşlerine daha çok önem vermeye başlamaktadır (Öz, 2010). Ergenlik çağındaki bireylerin dış görünüşleri ile daha fazla ilgilenme eğiliminde olduğu ve olumsuz beden algısının içe kapanma, tükenmişlik, depresyon, sosyal yaşamdan uzaklaşma ve olumsuz akran ilişkileri gibi sorunlara yol açtığı belirtilmektedir (Taşdan, 2020). Bedensel gelişimde meydana gelen sorunlar, ergenlerin sosyal ve psikolojik gelişimlerini olumsuz yönde etkileyebilme potansiyeline sahiptir (Aral vd., 2001). Bu ergenliğin yoğun fiziksel değişim ve düzenleme dönemi olmasından kaynaklanmaktadır (Güney, 2018). Bu bağlamda beden algısının, bireylerin ergenlik dönemini daha sağlıklı ve dengeli geçirmelerine karşı tehdit oluşturabilecek bir risk faktörü olduğu söylenebilir. Bu dönemde, bedensel değişimlerin etkisiyle ergenin özgüven duygusu da şekillenmekte ve bu durum, bireyin sosyal ve psikolojik gelişimini etkileyebilmektedir.

Bedenlerinde meydana gelen değişikliklerin neden olduğu problemlerden biri de özgüven sorunudur. Günümüzde özellikle ergenlik döneminde özgüvenle ilgili sorunların olduğu ve özgüven gelişiminin ergenin sağlıklı bir kimlik oluşturmada önemli rol oynadığı bilinmektedir (Taşdan, 2020). Özgüven kişinin kendini değerlendirmesinin bir sonucu olarak ortaya çıkan öznel bir olgudur. Şartlara, gelişmelere ve koşullara göre değişken olan özgüven olumlu ya da olumsuz olabilmektedir (Soner, 1995). Dinamik bir yapıya sahip olan özgüven kişinin davranışlarını etkilemektedir (Taşdan, 2020). Bireyin yüksek veya düşük özgüvene sahip oluşu yaşamını olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Bilgin, 2011). Bu dönemde ergen bireyin özgüven kazanması, bedeni ile barışması ve sosyal ilişkilerinin düzenlenmesi önemlidir. Bu süreçte, özgüvenin gelişmesi ve sosyal becerilerin kazanılması, ergenin akranlarıyla sağlıklı ve güçlü ilişkiler kurabilmesinin temelini oluşturabilmektedir.

Kişinin başkalarıyla karşılıklı ve sağlıklı ilişkiler kurabilmesi için birtakım beceriler gereklidir. Sosyal beceriler olarak tanımlanan bu beceriler sayesinde insanlar birbirleriyle etkileşim kurarlar (Uzamaz, 2000). Ergenlik dönemi, çocukluktan farklı olarak, günlük sorunların çözülmesi, bireysel ödev ve sorumlulukların yerine getirilmesi gereken ve sosyal ilişkilerin ilerlemesinin beklenildiği gelişimsel bir aşamadır. Ergenlik döneminin gelişim görevlerinden biri akranlarla yakın ilişkiler kurabilmektedir. Farklı yaş ve cinsiyetten arkadaşlıklar kurmak, sosyal faaliyetlere katılmak ve kendini bulunduğu arkadaş grubuna ait hissetmek, ergenlerin sosyal gelişimleri açısından son derece önemlidir (Uzamaz,

2000). Ergenlik döneminde bireyler ev ve aile ortamı dışında vakitlerinin çoğunu okulda ya da akran grupları içerisinde geçirebilmektedir. Bu dönemde ergenin temel ilişkileri arkadaşlarıyla olmaktadır (Uzamaz, 2000). Arkadaşlık ilişkileri kurmada zorluk, karşı cinsle ilişkiler konusunda çekingenlik, duyguları gösterememe gibi problemler ergenlik döneminde yoğun olarak yaşanabilmektedir (Uzamaz, 2000). Birçok ergen, kendi dışındaki ergenlerle ilişki kurmakta zorluk çekmekte ve sosyal becerilere gereksinim duymaktadır (Christof vd., 1985). Ergenlerin akranları ile olan ilişkileri, ergenin yaşamı, sosyal hayatı, düşünceleri ve duyguları üzerinde kritik bir öneme sahiptir. Bu ilişkiler, ergenin kişisel ve ruhsal gelişimine olumlu etkiler sağlayabileceği gibi olumsuz etkiler de yaratabilmektedir (Süslü, 2016).

Bu bağlamda incelendiğinde beden algısı ergenlerin özgüvenlerine karşı bir tehdit niteliğinde olabilmektedir. Bunun sonucunda ergenin sosyal anksiyete ve arkadaşlık kurma becerilerinde zorluk yaşaması olağan bir durumdur. Bireylerin kendi beden imajlarına ilişkin olumlu ya da olumsuz düşüncelere sahip olmaları, iş, eğitim, arkadaşlık ve aile yaşamları, yeme davranışları, cinsel davranışlar, karşı cinsle olan ilişkileri gibi pek çok sosyalleşme alanı üzerinde belirleyici bir etki oluşturmaktadır (Ülkü, 2017). Beden algısı kavramı son dönemde yoğun ilgi çekmesine rağmen yapılan çalışmalarda genelde beden algısının; obezite, depresyon, benlik saygısı boyutları incelenmiş, arkadaşlık kurma becerisine etkisinin üzerinde çok durulmadığı görülmüştür.

Bu araştırmada, lise öğrencilerinde beden algısı, özgüven ve akran ilişkileri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Beden algısının, özgüven ve akran ilişkileri ile etkileşimlerini bütünsel bir şekilde inceleyerek, sosyal ve psikolojik gelişimlerini etkileyen bu faktörlerin nasıl bir etkileşim içerisinde olduğunu anlamaya yönelik önemli bir katkı sağlamayı hedeflemektedir. Bu çalışma ile, kişinin kendi hakkında geliştirdiği beden algısının, özgüveni ve akran ilişkileri arasındaki ilişkinin incelenmesinin; alanyazına, araştırmacılara katkı sağlaması ön görülmektedir. Ayrıca lise dönemindeki bireylerin psikososyal gelişimleri hakkında bir anlayış ortaya koyabilir. Bu doğrultuda, lise öğrencilerinin beden algısı, özgüven ve akran ilişkilerinin incelenmesi, ergenlik döneminin sağlıklı bir şekilde geçirilmesine ve bireylerin daha sağlıklı ve dengeli psikolojik yaşam sürmelerine yardımcı olabilecek stratejilerin gelişmesine katkı sağlayabilir. Özellikle beden algısının akran ilişkileri üzerinde nasıl bir etkisi olduğunu ve bireylerin özgüven düzeylerini nasıl etkilediğini araştırarak, eğitimciler, araştırmacılara ve psikolojik danışmanlara gençlerin duygusal ve sosyal gelişimlerini destekleyecek yeni stratejiler geliştirme konusunda yol gösterebilir.

Bu bağlamda, lise öğrencilerinde beden algısı ile özgüven ve akran ilişkileri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki alt amaçlar ele alınmıştır:

1. Lise öğrencilerinde beden algısı ile özgüven ve akran ilişkileri arasında anlamlı ilişki var mıdır?
2. Lise öğrencilerinde özgüven ve akran ilişkileri beden algısını anlamlı şekilde yordamakta mıdır?

## Yöntem

### Araştırma Modeli

Ergen bireylerde beden algısı, akran ilişkileri ve özgüven arasındaki ilişkinin incelenmesinin amaçlandığı bu projede, nicel araştırma yöntemlerinden değişkenler arasındaki ilişkileri ele alan ilişki tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma kapsamında ilişki tarama modelinin tercih edilmesinin temel amacı; değişkenler arasındaki var olan ilişki derecelerini, aynı anda değişkenlerin birbirlerini etkileme durumlarını ve değişimlerini incelemektir. İki ya da daha fazla miktardaki

değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve derecesini belirleme amacıyla kullanılan model ilişkiisel tarama modelidir (Karasar, 2013). İlişkiisel tarama modeli, güçlü bir varsayımı, ortaya konulacak gerçek ya da ifadelerin doğruluğunu kanıtlama fırsatı tanımaktadır (Bekman, 2022).

### **Çalışma Grubu**

Araştırmanın örneklemini Bayburt ilinde bulunan ortaöğretim kurumlarında öğrenim görmekte olan 9., 10., 11. ve 12. Sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma grubu, 13 ile 18 yaş aralığında (M= 15.77, SD= 1.33), 252 kız (%56.3) ve 196 erkek (%43.8) olmak üzere toplam 448 lise öğrencisinden oluşmaktadır.

### **Veri Toplama Araçları**

Veri toplama aracı olarak 'Kişisel Bilgi Formu', 'Bedeni Beğenme Ölçeği', 'Özgüven Ölçeği', 'Akran İlişkileri Ölçeği' kullanılmış ve çalışma grubunda yer alan katılımcılara uygulanmıştır.

#### **Kişisel Bilgi Formu**

Araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel gelişim formunda yaş, cinsiyet ve sınıf seviyesi gibi bilgilere yönelik sorular yer almaktadır.

#### **Bedeni Beğenme Ölçeği**

Ölçek, Tylka ve Wood-Barcalow tarafından (2015) geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlaması Akın, Anıl, Eker, Özçelik tarafından 2015 yılında yapılmıştır. 10 maddeden oluşan ölçek, 5'li Likert (1 asla-5 her zaman) türü bir ölçme aracıdır. Katılımcılardan sorulara yanıt verirken açıklamaya göre maddelere katılma oranlarını cevaplamaları beklenmektedir. Yanıtlarına göre ölçekteki maddelerin puanları toplanarak katılımcının toplam bedenini beğenme puanına ulaşılmaktadır. Bu ölçekte ters kodlanan bir madde bulunmamaktadır ve ölçeğin ranjı 10 ve 50 arasında değişmektedir. Ölçekten elde edilen yüksek puanlar katılımcının bedeni beğenme düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Türkçe 'ye uyarlanan formun geçerlik ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır (Karakurt, 2019). Ölçeğin madde toplam korelasyon katsayıları. 31 ile. 76 arasında sıralanmaktadır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda tek boyutlu modelin iyi bir uyum sağladığı tespit edilmiştir ( $\chi^2= 72.46$ ,  $sd= 33$ ,  $RMSEA=.077$ ,  $CFI=.98$ ,  $IFI=.98$ ,  $RFI=.95$ ,  $GFI=.93$ ,  $SRMR=.045$ ). Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .88 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar doğrultusunda Beden Beğenme Ölçeğinin geçerli ve güvenilir bir araç olarak kullanılabilmesi ortaya konulmuştur (Akın, 2015).

#### **Özgüven Ölçeği**

Akın tarafından 2007 yılında geliştirilmiştir. 5'li Likert (1 hiçbir zaman-5 her zaman) tipi olan bu ölçek, 33 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınacak yüksek puanlar, katılımcının yüksek özgüven düzeyine sahip olduğunu göstermektedir. Toplam puan madde sayısına bölünerek sonuç elde edilmektedir. Ölçeğin geçerlik ve uyum analizleri için yapılan çalışmada Cooper Smith Benlik Saygısı envanterinden geliştirilen özgüven ölçeği arasındaki korelasyon kat sayısına bakılmış ve .87 olduğu görülmüştür (Akın, 2007). Bu, ölçeğin yüksek iç tutarlılığa sahip olduğunu göstermektedir. Ölçeğin ilk alt boyutu olan iç özgüven için güvenilirlik (iç tutarlılık) katsayısı .83, dış özgüven boyutu için ise .85 ve geneli için de .83 olarak hesaplanmıştır. 33 maddeden oluşan ölçeğin açıkladığı toplam varyans %43,6 olarak belirlenmiştir. Tüm maddeleri olumlu olan bu ölçeğin genelinde ve alt boyutlarında yüksek puanlar, yüksek özgüven düzeyini göstermektedir (Köseoğlu, 2020). Öz Güven Ölçeği hem

geçerlik hem de güvenilirlik açısından güçlü verilere sahiptir ve özgüvenin ölçülmesinde güvenilir bir araç olarak kabul edilmektedir.

### **Akran İlişkileri Ölçeği**

Kaner tarafından 2000 yılında geliştirilmiştir. Ölçeğin tasarlanma amacı ergenlerin akran ilişkilerini belirlemektir. Ölçek, 18 maddeden ve 4 alt ölçekten oluşmaktadır. Bu alt ölçekler: Sadakat, Güven ve Özdeşim Kurma, Bağlılık, Kendini Açma şeklindedir. Dört boyut tarafından açıklanan toplam varyans %54,3'tür. Ölçekten elde edilen toplam puanlara dayanan alt ve üst grupların (%27) her bir maddeden aldıkları puanlar arasında anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir (Zorbaz ve Dost, 2014). Kaner, Akran İlişkileri Ölçeği için .86'lık iç tutarlılık güvenilirlik kat sayısı bulmuştur. Superman Brown testi için .73'lük yarılama güvenilirlik kat sayısını, test-tekrar test için ise .93'lük güvenilirlik katsayısı bildirmiştir (Kaner, 2000). Akran İlişkileri Ölçeği, yüksek yapı geçerliği ve güvenilirlik sonuçlarıyla güvenilir bir araç olarak kabul edilmektedir. Hem Cronbach Alpha değeri hem de test-tekrar test güvenilirliği, bu ölçeğin akran ilişkileri üzerine doğru ve tutarlı veriler sağladığını doğrulamaktadır.

### **Verilerin Toplanması**

Araştırmaya katılımda gönüllük esas alınmıştır. Araştırmada uygun örnekleme yöntemi kullanılmış ve veriler araştırmacı tarafından çevrimiçi form aracılığıyla toplanmıştır. Uygun örnekleme yöntemi, zaman, para ve işgücü kaybını azaltarak araştırmacının ulaşabildiği kişilerden veri toplamasını içerir (Büyükoztürk vd., 2018). Araştırma hakkında bilgilendirme yapıldıktan sonra gönüllü bireylere veri toplama araçları uygulanmıştır.

### **Veri Analizi**

Dağılımın parametrik testler için uygun olup olmadığını belirlemede çarpıklık, basıklık, ortalama ve standart sapma değerleri ile birlikte ele alınan betimsel yöntemlere (Abbott, 2011) başvurulmuştur. Değişkenlerin çarpıklık değerleri .12 ile -1.37 aralığında, basıklık değerlerinin ise .03 ile .98 arasında bulunması ve bu değerlerin -1.5 ilâ +1.5 arasında yer alması, verilerin normallik açısından kabul edilebilir düzeyde olduğu anlamını taşımaktadır (Tabachnick ve Fidell, 2013). Normallik varsayımlarının ardından veri seti çoklu bağlantı problemi konusunda gözden geçirilmiş ve regresyon analizi sayıtlarının incelenmesi yapılmıştır.

Elde edilen bulgular doğrultusunda Tolerance değerlerinin .39 ile .78 arasında yer aldığı ve .10'dan büyük olduğu tespit edilmiştir. VIF değerlerinin ise 1.23 ile 4.33 arasında yer aldığı ve 10'dan düşük olduğu bulunmuştur. Daha sonra Durbin- Watson değerlerinin de beden algısı, özgüven ve akran ilişkileri için 1.78 olarak elde edildiği ve kriter aralık olan 1-3 arasında olduğu bulunmuş, böylece veri setinin bu yönden de regresyon analizine uygun nitelikte olduğu görülmüştür (Seçer, 2013).

İstatistiksel işlemler, Pearson korelasyon analizi ve çoklu doğrusal regresyon analizi ile gerçekleştirilmiştir. SPSS 22.00 paket programı aracılığıyla istatistiksel analizler yapılmıştır.

## Bulgular

**Tablo 1.** Beden Algısı, Özgüven ve Akran İlişkileri Arasındaki İlişkiler

Değişken	$\bar{x}$	Ss	1	2	3	4
1. BA	37.12	8.95	–			
2. Ö	122.46	22.32	.71**	–		
3. AYİ	44.92	13.08	-.19**	-.27**	–	
4. AOİ	21.34	8.38	-.12*	-.09	.05	–

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

**Kısaltmalar:** BA; Beden Algısı, Ö; Özgüven, AYİ; Akranlarla Yakın İlişkiler, AOİ; Akranlarla Olumsuz İlişkiler.

Tablo 1 incelendiğinde, beden algısı ile özgüven ( $r = .71$ ,  $p < .01$ ) arasında pozitif; akranlarla yakın ilişkiler ( $r = -.19$ ,  $p < .01$ ) ve akranlarla olumsuz ilişkiler ( $r = -.12$ ,  $p < .05$ ) ile negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 2.** Beden Algısı, Özgüven ve Akran İlişkilerine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi

Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	T	p
Sabit	3,86	2.42		1.59	.00
Ö	.28	.01	.70	20.32	.00**
AYİ	-.00	.02	-.01	-.25	.80
AOİ	-.06	.03	-.06	-1.67	.09

$R = .71$ ,  $R^2 = .51$ ,  $F = 154,57$ , \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

Tablo 2 incelendiğinde, özgüven ve akran ilişkilerinin beden algısındaki varyansın % 51'ini açıkladığı görülmektedir ( $R = .71$ ,  $R^2 = .51$ ,  $F = 154.57$ ,  $p < .01$ ). Yordayıcı değişkenler tek tek ele alınıp  $\beta$  ile  $t$  değerleri incelendiğinde, özgüvenin ( $\beta = .70$ ,  $t = 20.32$ ,  $p < .01$ ) beden algısının anlamlı birer yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Akranlarla yakın ilişkiler ( $\beta = -.01$ ,  $t = -.25$ ,  $p > .05$ ) ve akranlarla olumsuz ilişkilerin ( $\beta = -.06$ ,  $t = -1.67$ ,  $p > .05$ ) ise beden algısının anlamlı bir yordayıcısı olmadığı görülmektedir.

## Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmanın temel amacı, ergen bireylerde özgüven ve akran ilişkilerinin beden algısı ile ilişkisini incelemektir. Araştırma sonuçlarında, beden algısı ve özgüven arasında pozitif; akranlarla yakın ilişkiler ve akranlarla olumsuz ilişkiler ile negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğu verilerle tespit edilmiştir. Beden algısı ve özgüven arasında pozitif anlamlı ilişkinin bulunması, ergenlerde bedeni beğenmenin özgüven için olumlu bir etken olabileceğini göstermektedir. Bulgulara göre özgüven, beden algısının anlamlı bir yordayıcısıdır. Yani bedenini olumlu bir şekilde algılayan bireylerin, daha yüksek özgüven seviyelerine sahip olabileceği sonucuna ulaşılmıştır.

Alanyazında özgüven ve beden algısı ile ilgili birçok araştırma bulunmaktadır. Bu araştırmalar incelendiğinde bireylerin beden algıları ile özgüven düzeyleri arasında doğrudan bir ilişki olduğu

görülmektedir. Bilgin (2011)'e göre fiziksel olarak bedenini beğenen ve iyi bir bedene sahip olduğunu düşünen ergenlerin, olumlu bir beden algısına sahip olmaları ve kendilerini mutlu hissetmeleri daha olasıdır. Bu sebeple özgüvenlerinin de daha yüksek olacağı ifade edilmektedir. Göksan (2007) da yaptığı çalışmada, ergenlerin özgüvenlerinin gelişmesinde beden algısının önemli bir rol oynadığını ifade etmektedir. Bu doğrultuda alanyazındaki bu bilgiler, güncel araştırma bulgusunu desteklemektedir.

Araştırma sonuçlarında akran ilişkileri boyutunda ise, beden algısı ve akranlarla yakın ilişkiler ve akranlarla olumsuz ilişkilerde negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bulgulara göre, bedenini beğenen ergenlerin akranları ile ilişki kurmakta zorlandığı; bedenini beğenmeyen ergenlerin ise akranları ile ilişki kurabildiği görülmüştür. Bu bulgular, beden algısının ergenlerin akran ilişkilerini etkileyebileceğini göstermektedir.

Akran ilişkileri boyutundaki bulgularda, negatif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ancak alanyazında bu konuda farklı bulgulara da rastlanmıştır. Rumsey ve Harcourt (2004) tarafından yapılan incelemede, bedenini beğenmeyen ve çeşitli fiziksel engelleri (vücutlarında doğuştan veya doğum sonrasında ortaya çıkan deformasyonlar, hastalıklar vb.) olan kişilerin sosyal ilişki kurmada problem yaşadığı belirtilmiştir. Bireylerin insanlarla tanışmada zorlandığı ve uzun süreli ilişkiler geliştirmede kendilerini geri çektiği ifade edilmektedir. Uslu (2019)'nun yaptığı çalışmada, bedeninden memnun olan kişilerin benlik saygılarında yükselme olduğu ve başkalarıyla iletişim kurmada da daha başarılı oldukları gözlenmektedir. Bu bilgiler ile güncel araştırma bulgularının farklılık gösterdiği söylenebilir.

Alanyazındaki bulguların aksine, akran ilişkileri ve beden algısı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu durum, akran ilişkileri ve beden algısı arasındaki ilişkinin farklı bir bakış açısıyla incelenmesine olanak sağlamıştır. Akran ilişkileri boyutunda, negatif yönde anlamlı bir sonuç elde edilmesinin pek çok farklı sebebi olabileceğini düşündürmektedir.

Ergenlik dönemine özgü özelliklerin getirdiği zorlukların yanında, ergenler sosyal olarak da farklı ihtiyaçlar duyabilmektedir. Ergen bireyler için; bir grubun parçası olma, beğenilme, beğenme, kabul görme önemli görülmektedir (Kocaman ve Kazan, 2021). Araştırma bulgularındaki farklılık, bedenini beğenmeyen ergenlerin akran ilişkileri kurabilmesinde; onaylanma, bir gruba ait olma ve akran desteği ihtiyaçlarının etkisi olduğunu düşündürmektedir. Olumsuz beden algısına sahip olan birey, kendi içerisinde duygusal ve ruhsal açıdan bazı durumlar yaşayabilmektedir. Ve bu durum, psikososyal olarak etkilenmesine neden olabilmektedir. Bu durumda birey bedenine yönelik olumsuz duygularını dışarı yansıtmak yerine, bir gruba ait olma ve onaylanma isteğiyle akran ilişkileri kurarak kendine bir yer edinmeye çalışabilmektedir. Bu süreçte, bedenini beğenmemenin getirdiği duygusal problemleri göz ardı edebilmektedir. Aynı zamanda, bireyin yaşadığı duyguları değiştirerek dışa aktarabileceğini de düşündürmektedir.

Bedenini beğenen ergenlerin ise; yüksek özgüven, kendini beğeniyor olma, olumlu benlik algısı, ben merkezilik, döneme özgü özellikler ve hayali seyirci kavramının etkisiyle akran ilişkileri kurma ihtiyacı duymuyor olabileceğini düşündürmektedir. Bu noktada, bireyin kişisel süreçlerinde problemi daha çok yaşasa da dışa aktarma ve akran ilişkileri noktasında devreye giren farklı değişkenlerin etkisi olabileceğini düşündürmektedir. Bu faktörler akran ilişkilerini azaltan unsurlar olarak karşımıza çıkmaktadır.

Harter (1999) tarafından yapılan çalışmada, ergenlerin kendilerini sürekli izleyen bir hayali seyirci kavramıyla tanımladıkları durumlarda, sosyal ilişkilerde daha çekingen davranabileceklerini öne sürülmektedir. Ayrıca bedenini beğenen ergenlerin daha az sosyal ilişki kurma eğilimi gösterebileceği

ifade edilmektedir. Sowislo ve Orth (2013)'ün çalışmasında, olumlu benlik algısına sahip bireylerin, başkalarından gelen onaydan daha az etkilendikleri ve daha bağımsız sosyal ilişkiler kurma eğiliminde oldukları ifade edilmiştir. Bu durum, bedenine olumlu bakan ergenlerin akran ilişkilerinde daha az sosyal bağıllık geliştirebileceğini göstermektedir.

### Öneriler

Yapılan araştırmanın bulguları ve alanyazın göz önüne alındığında lise dönemindeki ergenlerin beden algıları ile özgüvenleri ve akran ilişkileri arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular doğrultusunda, okullarda ergen bireyler ve velileri için beden algısı, özgüven ve akran ilişkilerine yönelik seminerler düzenlenebilir. Bireylerin farkındalıklarına yönelik çalışmalar gerçekleştirilebilir. Ergenlik bireylerin kendilerine, bedenlerine, akranlarına odaklandığı kritik dönemdir. Bu dönemde beden algısı, özgüveni ve akran ilişkileri ile ilgili sorun yaşayan bir ergenin olumsuz etkilenebileceği ve psikolojik problemlerle eşlik etmesi öngörülebilmektedir. Bu bağlamda bireylerin bedenlerine yönelik farkındalık geliştirmeleri amacıyla çalışmalar yapılabilir. Ergen bireylerle çalışan ruh sağlığı profesyonellerinin bu bulguları dikkate alarak tedavi planı hazırlaması önerilebilir. Özgüven, akran ilişkileri ve beden algısı konularında ihtiyaç grupları belirlenerek grupla psikolojik danışma yapılabilir. Yine ihtiyaç duyan bireylere yönelik akran grupları oluşturulabilir. Ergenlik döneminde beden algısına dikkat çekecek daha fazla araştırma yapılması önerilebilir. Günümüzde teknoloji kullanımının artışı ile birlikte, medyanın da beden algısına etki ettiği bilinmektedir. Bu nedenle ergenlere ve velilere medyadan etkilenme noktasında da bilgilendirmeler yapılabilir. Gelecek araştırmalarda, özellikle bedeni beğenme ve akran ilişkileri arasındaki bağlamın daha kapsamlı ve derinlemesine incelenmesi yapılabilir.

### Sınırlılıklar

Bu araştırma, ilişkisel tarama yönteminde olan nicel bir çalışmadır. Ayrıca araştırmanın değişkenleri arasındaki ilişkiler kesitsel yöntem kullanılarak incelendiğinden elde edilen sonuçlar nedenselliğe dair fikirler verse de değişkenler arasında kesin bir neden-sonuç ilişkisi şeklinde yorumlanamamaktadır. Bu bağlamda, katılımcıların kavramlarla ilgili görüşlerini ve bakış açılarını öğrenebilmek için nitel, kavramlar ile bulguların zamanla değişim ve gelişimini görebilmek için boylamsal, kavramların birbirine etkisini ele alabilmek için deneysel araştırmaların yapılması öneriler arasında yer almaktadır. Bu araştırma, Bayburt ilinde yer alan devlet okullarında öğrenimini sürdüren lise öğrencilerinin katılımıyla yapılmıştır. Sonuçların genellenebilirliğini artırmak için farklı yaş grubundaki çocuk ve ergen bireylere yönelik, özel ve devlet okullarından ve farklı illerden daha büyük örneklemeleri içererek kapsamlı araştırmalar gerçekleştirilebilir.

Araştırmanın sınırlılıkları arasında, katılımcı öğrencilerin sadece Bayburt ilinde öğrenim gören öğrencilerden oluşması yer almaktadır. Bu durum, elde edilen sonuçların genellenebilirliğini kısıtlamaktadır. Araştırmanın ilişkisel tarama modeli ile gerçekleştirilmesi, ölçümlerin katılımcıların kendi durumlarına yönelik öz-bildirime dayanması ve araştırmaya katılan bireylerin yanıtlarının doğru ve yansız bulunduğunun varsayılması, verilerin çevrimiçi yollarla toplanması, kullanılan ölçme araçlarının madde sayısının fazla olması bu araştırmanın sınırlılıkları arasında değerlendirilebilmektedir. Bunun yanında, kullanılan ölçme aracının yapı itibari ile olumsuz olması ve akran ilişkileri noktasında olumsuz unsurlar ölçmesi sınırlılıklar arasında bulunmaktadır. Benzer araştırmaların farklı yöntemlerle ve daha geniş katılımcı gruplarıyla yapılması, elde edilen sonuçların genellenebilirliğini artırabilir.



## Çatışma Beyanı ve Etik Bildirim

Bu araştırmada herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Bu çalışma Bayburt Üniversitesi Etik Kurulu'nun 11.10.2023 tarih ve E-79126184-050.05.04-161094 sayılı onayı doğrultusunda gerçekleştirilmiştir.

## Kaynaklar

- Akın, A. (2007). Öz-Güven Ölçeği'nin geliştirilmesi ve psikometrik özellikleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 1-8.
- Anlı, G., Akın, A., Eker, H. ve Özçelik, B. (2015). Bedeni beğenme ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 36(2), 505- 511.
- Aral, N., Baran, G., Bulut, Ş., ve Çimen, S. (2001). Çocuk gelişimi. *İstanbul: Ya-Pa Yayınları*, 56.
- Aşkun, D. ve Çetin, F. (2017). Benmerkezcilik ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(5), 485.
- Bekman, M. (2022). Halkla ilişkiler uygulamalarında nicel araştırma yöntemi: ilişkisel tarama modeli. *Meriç Uluslararası Sosyal ve Stratejik Araştırmalar Dergisi*, 6(16), 238-258.
- Bilgin, O. (2011). *Ergenlerde özgüven düzeyinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Doktora tezi, *Sakarya Üniversitesi*. 328023
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (35. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Christoff, K.A., Scott, W.O, Kelly, M.L, Schlundt, D., Baer, G, & Kelly, J.A (1985). Social skills and social problem solving training for shy young adolescence. *Association Advancement of Behavior Therapy*, 16, 468-477.
- Çiftçi, H. (2018). Akran ilişkileri düzeylerinin karşılaştırılması: Lise öğrencileri üzerine bir inceleme. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(3), 1516-1535.
- Gökçe, G. (2017). *Lise öğrencilerinde benlik saygısı ve beden algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, *Sosyal Bilimler Enstitüsü*. 466086.
- Göksan, B. (2007). Ergenlerde beden imajı ve beden dismorfik bozukluğu. *Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi*. İstanbul: *Şişli Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği*.
- Güler, Ş. (2021). Öz'ün söz üzerine etkileri: kendilik tutarlılığı, beden imajı ve iletişim becerileri arasındaki ilişkilerin iletişim öğrencileri özelinde incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 52, 1-29.
- Güney, C. (2018). *15-18 yaş arası ergenlerde beden imgesi ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide kişilik özelliklerinin aracı etkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, *Işık Üniversitesi*. 508947.

- Harter, S. (1999). Symbolic interactionism revisited: Potential liabilities for the self constructed in the crucible of interpersonal relationships. *Merrill-Palmer Quarterly* (1982-), 677-703.
- Kaner, S. (2000). Akran ilişkileri ölçeği ve akran sapması ölçeği geliştirme çalışması. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 33(1), 1-13.
- Karakurt, R. B. (2019). *Ergenlerin benlik saygıları ile beden imajlarının sosyal medya kullanımı ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). 555496.
- Karasar, N. (2013). *Bilimsel araştırma modelleri* (25. Baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kocaman, G. ve Kazan, H. (2021). Lise düzeyinde öğrenim gören öğrencilerin instagram bağımlılıkları ve sosyal görünüş kaygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 18(40), 2638-2664.
- Köseoğlu, C. (2020). *Üstün yetenekli olan ve olmayan öğrencilerin öz güven düzeylerinin karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). *Marmara Üniversitesi, İstanbul*. 633890.
- Öz, F. (2010). *Sağlık alanında temel kavramlar*. (2.Baskı). Ankara: Mattek Yayıncılık.
- Pekşen Süslü D. (2016). *Lise öğrencilerinde siber zorbalık ve siber mağduriyetin benlik saygısı, anne, baba ve akran ilişkileri açısından incelenmesi* (Doktora tezi). *Maltepe Üniversitesi, İstanbul*. 447647.
- Rosenblum, GD. ve Lewis, M. (1999). Ergenlik döneminde beden imajı, fiziksel çekicilik ve vücut kitlesi arasındaki ilişkiler. *Çocuk gelişimi*, 70(1), 50-64.
- Rumsey, N. ve Harcourt, D. (2004). Body image and disfigurement: issues and interventions. *Body image*, 1(1), 83-97.
- Soner, O. (1995). *Aile uyumu, öğrenci özgüveni ve akademik başarı arasındaki ilişkiler*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, *Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul*. 42262.
- Sowislo, J. F., & Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety a meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological bulletin*, 139(1), 213.
- Uskun, E. ve Şabaplı, A. (2013). The relationship between body image and eating attitudes of secondary school students. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 12(5), 519-528.
- Uslu, D. (2019). *Bedeni beğenme-sosyal yetkinlik arasındaki ilişkilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*). 583763.
- Uzamaz, U. F. (2000). Ergenlerde sosyal beceriler ve değerlendirme yöntemleri. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(6), 1-10.
- Ülkü, H. (2017). *Gençlerde sosyal görünüş kaygısı ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkinin toplumsal cinsiyet bağlamında incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. *Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul*. 460724.
- Taşdan, T. (2020). *Ergenlerde özgüven düzeyi beden algısı ve yalnızlık arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). *Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa*. 721367.

Zorbaz, O. ve Dost, M. T. (2014). Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanımının cinsiyet, sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(29-1), 298-310.

### **Destek ve Teşekkür Beyanı**

Bu çalışma, TÜBİTAK 2209-A Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı kapsamında desteklenmiştir. Sağladığı destekten dolayı TÜBİTAK'a teşekkür ederiz.

## Investigation of the Relationship Between Body Perception, Self-Confidence and Peer Relationships in High School Students

Beyza KAZAN\*

### Abstract

The aim of this study is to examine the relationship between body perception, self-confidence and peer relationships in adolescents. In the study, the descriptive relationships between body perception, self-confidence and peer relationships were examined. The study group of the research consists of 9th, 10th, 11th and 12th grade students studying at high school level in secondary education institutions in Bayburt city center. The study group consisted of a total of 448 high school students, 252 girls (56.3%) and 196 boys (43.8%) between the ages of 13 and 18. The data were collected by applying "Personal Information Form", "Body Liking Scale", "Self-Confidence Scale" and "Peer Relationship Scale" to the students in the study group. At the point of data analysis; statistical procedures were performed with Pearson correlation analysis and multiple linear regression analysis. As a result of the analysis, it was determined that there was a positive and significant relationship between body perception and self-confidence, and a negative and significant relationship between close relationships with peers and negative relationships with peers. Regression analysis revealed that self-confidence and peer relationships explained 51% of the variance in body image. When the findings obtained from the study were analyzed, it was found that self-confidence was a significant predictor of body perception. Close relationships with peers and negative relationships with peers were not significant predictors of body image. The findings were discussed in the context of the related literature.

**Keywords:** Adolescence, body perception, self-confidence, peer relations

### Article History

**Received:** 09/10/2024

**Correction:** 02/12/2024

**Accept:** 16/12/2024

\* Psychological Counsellor, Bayburt University, 0009-0005-9086-8544, Bayburt, Turkey, beyzakazaan@gmail.com

**For citation:** Kazan, B. (2024). Investigation of the relationship between body perception, self-confidence and peer relationships in high school students. *OJCES*, 2(4), 221-242. [https:// 10.5281/zenodo.14556345](https://10.5281/zenodo.14556345)

**Article supplement information:** This study was conducted within the scope of TUBITAK 2209-A Project.

Presented as an oral presentation at the 2nd International Dede Korkut Education Research Congress held in Bayburt on 03-05 October.

## Introduction

Adolescence is a critical period when individuals focus on themselves, their bodies and their peers. It is known that individuals in high school experience the physical and emotional changes of adolescence intensely. While trying to adapt to these changes, adolescents also care about the opinions of others and how they are perceived from the outside. Adolescents are particularly sensitive to physical changes (Rosenblum & Lewis, 1999). One of the problems that adolescents often experience during this period is body perception. Body perception is defined as the evaluation of one's positive and negative feelings towards the parts of the body and the functioning of these parts (Uskun & Şabaplı, 2013). During adolescence, self-centredness can emerge as a way of thinking that everyone is paying attention to him/her, and the adolescent may think that those around him/her are constantly observing him/her (Aşkun ve Çetin, 2017). In this context, the concept of imaginary audience has an effect in adolescence. The adolescent's belief that he/she is being watched and evaluated may affect him/her to be more sensitive about his/her body. In particular, when the adolescent criticises himself in some way, he thinks that his audience criticises him in a similar way (Aşkun & Çetin, 2017). Adolescents start to pay more attention to their appearance by comparing their own bodies with the bodies of others (Öz, 2010). It is stated that adolescents tend to be more interested in their appearance and negative body perception leads to problems such as introversion, burnout, depression, withdrawal from social life and negative peer relations. (Taşdan, 2020). Problems in physical development have the potential to negatively affect the social and psychological development of adolescents (Aral et al. 2001). This is due to the fact that adolescence is a period of intense physical change and organisation (Güney, 2018). In this context, it can be said that body perception is a risk factor that may pose a threat to individuals' healthy and balanced adolescence. In this period, the adolescent's sense of self-confidence is also shaped with the effect of physical changes and this situation can affect the social and psychological development of the individual.

One of the problems caused by changes in their bodies is self-confidence. Today, it is known that there are problems related to self-confidence especially in adolescence and self-confidence development plays an important role in the formation of a healthy identity of the adolescent (Taşdan, 2020). Self-confidence is a subjective phenomenon that emerges as a result of self-evaluation. Self-confidence, which is variable according to conditions, developments and circumstances, can be positive or negative (Soner, 1995). Self-confidence, which has a dynamic structure, affects the behaviours of the person (Taşdan, 2020). Whether an individual has high or low self-confidence can affect his/her life positively or negatively (Bilgin, 2011). In this period, it is important for the adolescent to gain self-confidence, to make peace with his/her body and to regulate social relations. In this process, the development of self-confidence and the acquisition of social skills can form the basis for the adolescent to establish healthy and strong relationships with peers.

A number of skills are necessary for establishing mutual and healthy relationships with others. Thanks to these skills defined as social skills, people interact with each other (Uzamaz, 2000). Adolescence, unlike childhood, is a developmental stage in which daily problems need to be solved, individual tasks and responsibilities need to be fulfilled and social relationships are expected to progress. One of the developmental tasks of adolescence is to establish close relationships with peers. Making friends of different age and gender, participating in social activities and feeling belonging to the group of friends are extremely important for the social development of adolescents (Uzamaz, 2000). During adolescence, individuals can spend most of their time at school or in peer groups outside the home and family

environment. In this period, the main relationships of adolescents are with their friends (Uzamaz, 2000). Problems such as difficulty in establishing friendship relationships, timidity in relations with the opposite sex, inability to show emotions can be experienced intensely during adolescence (Uzamaz, 2000). Many adolescents have difficulty in establishing relationships with other adolescents and need social skills (Christof et al., 1985). Adolescents' relationships with their peers have a critical importance on their life, social life, thoughts and feelings. These relationships can have positive effects on the personal and psychological development of the adolescent as well as negative effects (Süslü, 2016).

When analysed in this context, body perception can be a threat to adolescents' self-confidence. As a result, it is usual for adolescents to experience social anxiety and difficulties in friendship skills. The fact that individuals have positive or negative thoughts about their body image has a determining effect on many socialisation areas such as work, education, friendship and family life, eating behaviours, sexual behaviours, and relationships with the opposite sex (Ülkü, 2017). Although the concept of body perception has attracted a lot of attention recently, it has been observed that the effect of body perception on obesity, depression, self-esteem dimensions have been examined and the effect of body perception on the ability to establish friendship has not been emphasised much.

In this study, it is aimed to examine the relationship between body perception, self-confidence and peer relationships in high school students. By examining the interactions of body perception with self-confidence and peer relations in a holistic way, it aims to make an important contribution to understanding how these factors affect social and psychological development. With this study, it is foreseen that examining the relationship between the body perception developed about oneself, self-confidence and peer relationships will contribute to the literature and researchers. It can also provide an understanding of the psychosocial development of individuals in high school. In this direction, examining high school students' body perception, self-confidence and peer relationships may contribute to the development of strategies that can help individuals to spend adolescence in a healthy way and to lead a healthier and more balanced psychological life. In particular, by investigating how body perception affects peer relationships and how it affects individuals' self-confidence levels, it can guide educators, researchers and psychological counsellors in developing new strategies to support the emotional and social development of young people.

In this context, it was aimed to examine the relationship between body perception, self-confidence and peer relationships in high school students. In line with this purpose, the following sub-objectives were addressed:

1. Is there a significant relationship between body perception, self-confidence and peer relations in high school students?
2. Do self-confidence and peer relations significantly predict body perception in high school students?

## **Method**

### **Research Model**

In this project, which aims to examine the relationship between body perception, peer relations and self-confidence in adolescents, the relational screening model, which deals with the relationships between variables from quantitative research methods, was used. The main purpose of choosing the relational survey model within the scope of the research is to examine the degree of relationship between the variables, the influence of the variables on each other at the same time and their changes. The model

used to determine the existence and degree of change between two or more variables is the relational survey model (Karasar, 2013). The relational survey model provides the opportunity to prove a strong assumption, the truth of the facts or statements to be put forward (Bekman, 2022).

### **Study Group**

The sample of the research consists of 9th, 10th, 11th and 12th grade students studying in secondary education institutions in Bayburt province. The study group consisted of a total of 448 high school students, 252 girls (56.3%) and 196 boys (43.8%), aged between 13 and 18 years ( $M= 15.77$ ,  $SD= 1.33$ ).

### **Data Collection Tools**

'Personal Information Form', 'Body Liking Scale', 'Self-Confidence Scale', 'Peer Relationship Scale' were used as data collection tools and applied to the participants in the study group.

#### **Personal Information Form**

In the personal development form developed by the researcher, there are questions about age, gender and grade level.

#### **Body Liking Scale**

The scale was developed by Tylka and Wood-Barcalow (2015). It was adapted into Turkish by Akin et al. (2015). Consisting of 10 items, the scale is a 5-point Likert (1-never-5-always) type measurement tool. While responding to the questions, the participants are expected to answer the rate of agreement with the items according to the explanation. According to their answers, the scores of the items in the scale are summed up and the total body liking score of the participant is reached. In this scale, there is no reverse coded item and the scale has a range between 10 and 50. High scores obtained from the scale indicate that the participant's body liking level is high. Validity and reliability analyses of the form adapted to Turkish were conducted (Karakurt, 2019). Item total correlation coefficients of the scale .31 to .76. As a result of confirmatory factor analysis, it was determined that the unidimensional model provided a good fit ( $\chi^2= 72.46$ ,  $sd= 33$ ,  $RMSEA=.077$ ,  $CFI=.98$ ,  $IFI=.98$ ,  $RFI=.95$ ,  $GFI=.93$ ,  $SRMR=.045$ ). The internal consistency reliability coefficient of the scale was found to be .88. In line with these results, it was revealed that the Body Liking Scale can be used as a valid and reliable tool (Akin, 2015).

#### **Self-confidence Scale**

It was developed by Akin in 2007. This scale, which is 5-point Likert (1 never-5 always) type, consists of 33 items. High scores on the scale indicate that the participant has a high level of self-confidence. The result is obtained by dividing the total score by the number of items. In the study conducted for the validity and fit analyses of the scale, the correlation coefficient between the self-confidence scale developed from the Cooper Smith Self-Esteem Inventory was examined and found to be .87 (Akin, 2007). This shows that the scale has high internal consistency. The reliability (internal consistency) coefficient was calculated as .83 for the first sub-dimension of the scale, .85 for the external self-confidence dimension and .83 for the overall scale. The total variance explained by the scale consisting of 33 items was 43.6%. High scores in the overall and sub-dimensions of this scale, all items of which are positive, indicate a high level of self-confidence (Köseoğlu, 2020). The Self-Confidence Scale has strong data in terms of both validity and reliability and is accepted as a reliable tool for measuring self-confidence.

### **Peer Relationship Scale**

It was developed by Kaner (2000). The purpose of designing the scale is to determine the peer relationships of adolescents. The scale consists of 18 items and 4 subscales. These subscales are: Loyalty, Trust and Identification, Commitment, Self-Disclosure. The total variance explained by the four dimensions is 54.3%. Based on the total scores obtained from the scale, significant differences were observed between the scores of the lower and upper groups (27%) on each item (Zorbaz & Dost, 2014). Kaner found an internal consistency reliability coefficient of .86 for the Peer Relationship Scale. Superman reported a split reliability coefficient of .73 for the Brown test and a reliability coefficient of .93 for the test-retest (Kaner, 2000). The Peer Relationship Scale is considered a reliable instrument with high construct validity and reliability results. Both Cronbach's Alpha and test-retest reliability confirm that this scale provides accurate and consistent data on peer relationships.

### **Data Collection**

Participation in the study was based on volunteerism. Convenient sampling method was used in the study and the data were collected by the researcher through an online form. Convenient sampling method involves collecting data from the people the researcher can reach by reducing the loss of time, money and labour (Büyüköztürk et al., 2018). After being informed about the research, data collection tools were applied to volunteer individuals.

### **Data Analysis**

In determining whether the distribution is suitable for parametric tests, descriptive methods (Abbott, 2011), which are considered together with skewness, kurtosis, mean and standard deviation values, were used. The fact that the skewness values of the variables are between .12 and -1.37 and the kurtosis values are between .03 and .98 and these values are between -1.5 and +1.5 means that the data are at an acceptable level in terms of normality (Tabachnick & Fidell, 2013). Following the normality assumptions, the data set was reviewed for multicollinearity problem and the assumptions of regression analysis were examined. In line with the findings obtained, it was determined that the Tolerance values ranged between .39 and .78 and were greater than .10. VIF values were found to be between 1.23 and 4.33 and less than 10. Afterwards, it was found that Durbin-Watson values were obtained as 1.78 for body perception, self-confidence and peer relations and were between 1-3, which is the criterion range, and thus it was seen that the data set was suitable for regression analysis in this respect (Seçer, 2013). Statistical procedures were performed by Pearson correlation analysis and multiple linear regression analysis. Statistical analyses were performed using SPSS 22.00 package programme.



## Findings

**Table 1.** Relationships between Body Perception, Self-Confidence and Peer Relationships

Variable	$\bar{x}$	Sd	1	2	3	4
1. Body perception	37.12	8.95	–			
2. Self- confidence	122.46	22.32	.71**	–		
3. Close Relationships with peers	44.92	13.08	-.19**	-.27**	–	
4. Negative Relationships with peers	21.34	8.38	-.12*	-.09	.05	–

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

When Table 1 was analysed, it was found that there was a positive and significant relationship between body perception and self-confidence ( $r = .71$ ,  $p < .01$ ), and a negative and significant relationship with close relationships with peers ( $r = -.19$ ,  $p < .01$ ) and negative relationships with peers ( $r = -.12$ ,  $p < .05$ ).

**Table 2.** Multiple Linear Regression Analysis on Body Perception, Self-Confidence and Peer Relationships

Variable	B	Standard Error	$\beta$	$t$	$p$
Constant	3,86	2.42		1.59	.00
Self- confidence	.28	.01	.70	20.32	.00**
Close Relationships with peers	-.00	.02	-.01	-.25	.80
Negative Relationships with peers	-.06	.03	-.06	-1.67	.09

$R = .71$ ,  $R^2 = .51$ ,  $F = 154,57$ , \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

When Table 2 is examined, it is seen that self-confidence and peer relationships explain 51% of the variance in body perception ( $R = .71$ ,  $R^2 = .51$ ,  $F = 154.57$ ,  $p < .01$ ). When the predictor variables were analysed one by one and  $t$  values were examined with  $\beta$ , it was found that self-confidence ( $\beta = .70$ ,  $t = 20.32$ ,  $p < .01$ ) was a significant predictor of body perception. Close relationships with peers ( $\beta = -.01$ ,  $t = -.25$ ,  $p > .05$ ) and negative relationships with peers ( $\beta = -.06$ ,  $t = -1.67$ ,  $p > .05$ ) were not significant predictors of body perception.

## Discussion, Conclusion and Recommendations

The main purpose of this study is to examine the relationship between self-confidence and peer relations with body perception in adolescents. In the results of the research, it was determined that there was a positive relationship between body perception and self-confidence, and a negative and significant relationship between close relationships with peers and negative relationships with peers. The finding of a positive significant relationship between body perception and self-confidence indicates that body liking may be a positive factor for self-confidence in adolescents. According to the findings, self-confidence is a significant predictor of body perception. In other words, it was concluded that individuals who perceive their body in a positive way may have higher levels of self-confidence.

There are many studies on self-confidence and body perception in the literature. When these studies are analysed, it is seen that there is a direct relationship between individuals' body perceptions and self-confidence levels. According to Bilgin (2011), adolescents who like their bodies physically and think that they have a good body are more likely to have a positive body perception and feel happy. For this reason, it is stated that their self-confidence will be higher. Göksan (2007) also stated in his study that body perception plays an important role in the development of adolescents' self-confidence. In this direction, this information in the literature supports the current research finding.

In the results of the research, in the peer relations dimension, a significant negative relationship was found in body perception and close relationships with peers and negative relationships with peers. According to the findings, it was observed that adolescents who liked their bodies had difficulty in establishing relationships with their peers, whereas adolescents who did not like their bodies could establish relationships with their peers. These findings suggest that body perception may affect adolescents' peer relationships.

In the peer relations dimension, a negative and significant relationship was found, but different findings were also found in the literature. In the study conducted by Rumsey and Harcourt (2004), it was stated that people who do not like their bodies and have various physical disabilities (congenital or postnatal deformations, diseases, etc.) have problems in establishing social relationships. It is stated that individuals have difficulty in meeting people and withdraw themselves in developing long-term relationships. In the study conducted by Uslu (2019), it is observed that people who are satisfied with their body have an increase in self-esteem and are more successful in communicating with others. It can be said that this information differs from the findings of the current research.

Contrary to the findings in the literature, a significant negative relationship was found between peer relations and body perception. This situation allowed the relationship between peer relations and body perception to be examined from a different perspective. The fact that a significant negative result was obtained in the peer relations dimension suggests that there may be many different reasons.

In addition to the difficulties brought about by the characteristics specific to adolescence, adolescents may also have different social needs. For adolescents, being part of a group, being liked, admired and accepted are considered important (Kocaman & Kazan, 2021). The difference in the research findings suggests that the needs for approval, belonging to a group and peer support have an effect on the ability of adolescents who do not like their bodies to establish peer relationships. Individuals with negative body perception may experience some emotional and psychological situations. And this situation may cause psychosocial effects. In this case, the individual may try to gain a place for himself/herself by establishing peer relationships with the desire to belong to a group and to be approved instead of

reflecting his/her negative feelings towards his/her body. In this process, they may ignore the emotional problems caused by not liking their body. At the same time, it also suggests that the individual can change the emotions he/she experiences and externalise them.

It suggests that adolescents who like their bodies may not feel the need to establish peer relationships due to high self-confidence, self-love, positive self-perception, self-centredness, period-specific characteristics and the effect of the concept of imaginary audience. At this point, although the individual experiences the problem more in personal processes, it suggests that different variables that come into play at the point of externalisation and peer relations may have an effect. These factors appear as factors that reduce peer relations.

In a study conducted by Harter (1999), it is suggested that adolescents may behave more timidly in social relationships when they define themselves with the concept of an imaginary spectator who is constantly watching them. It is also stated that adolescents who like their bodies may tend to establish less social relationships. In the study of Sowislo and Orth (2013), it was stated that individuals with positive self-perception are less affected by the approval from others and tend to establish more independent social relationships. This suggests that adolescents who view their bodies positively may develop less social connectedness in peer relationships.

### **Recommendations**

Considering the findings of the study and the literature, significant relationships were found between high school adolescents' body perceptions, self-confidence and peer relationships. In line with the findings obtained, seminars on body perception, self-confidence and peer relations can be organised for adolescents and their parents in schools. Studies can be carried out for the awareness of individuals. Adolescence is a critical period when individuals focus on themselves, their bodies and their peers. It can be predicted that an adolescent who has problems with body perception, self-confidence and peer relations in this period may be negatively affected and may be accompanied by psychological problems. In this context, studies can be carried out to help individuals develop awareness of their bodies. It may be recommended that mental health professionals working with adolescents should prepare a treatment plan by taking these findings into consideration. Group psychological counselling can be done by determining the need groups on self-confidence, peer relations and body perception. Again, peer groups can be formed for individuals in need. It may be recommended to conduct more research to draw attention to body perception during adolescence. Today, with the increase in the use of technology, it is known that the media also affects body perception. For this reason, adolescents and parents can also be informed about being influenced by the media. In future research, a more comprehensive and in-depth examination of the context between body liking and peer relationships can be conducted.

### **Limitations**

This research is a quantitative study in the relational survey method. In addition, since the relationships between the variables of the study are analysed using the cross-sectional method, although the results obtained give ideas about causality, they cannot be interpreted as a definite cause-effect relationship between the variables. In this context, it is recommended to conduct qualitative research to learn the views and perspectives of the participants about the concepts, longitudinal research to see the change

and development of the concepts and findings over time, and experimental research to examine the effects of concepts on each other. This research was conducted with the participation of high school students who continue their education in public schools in Bayburt province. In order to increase the generalisability of the results, comprehensive studies can be conducted with larger samples of children and adolescents of different age groups, from private and public schools and from different provinces.

The limitations of the study include the fact that the participant students are only students studying in Bayburt province. This situation limits the generalisability of the results obtained. The limitations of this study include the fact that the research was carried out with the relational survey model, the measurements were based on the self-report of the participants about their own situations and the responses of the individuals participating in the research were assumed to be accurate and unbiased, the data were collected online, and the number of items of the measurement tools used was high. In addition, the limitations include the fact that the measurement tool used is negative in terms of structure and measures negative elements in terms of peer relations. Conducting similar studies with different methods and larger participant groups may increase the generalisability of the results obtained.

### Conflict Declaration and Ethical Statement

There is no conflict of interest in this study.

This study was carried out in accordance with the approval of Bayburt University Ethics Committee dated 11.10.2023 and numbered E-79126184-050.05.04-161094.

### References

- Akın, A. (2007). Öz-Güven Ölçeği'nin geliştirilmesi ve psikometrik özellikleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 1-8.
- Anlı, G., Akın, A., Eker, H. ve Özçelik, B. (2015). Bedeni beğenme ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 36(2), 505- 511.
- Aral, N., Baran, G., Bulut, Ş., ve Çimen, S. (2001). Çocuk gelişimi. *İstanbul: Ya-Pa Yayınları*, 56.
- Aşkun, D. ve Çetin, F. (2017). Benmerkezcilik ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(5), 485.
- Bekman, M. (2022). Halkla ilişkiler uygulamalarında nicel araştırma yöntemi: ilişkiisel tarama modeli. *Meriç Uluslararası Sosyal ve Stratejik Araştırmalar Dergisi*, 6(16), 238-258.
- Bilgin, O. (2011). *Ergenlerde özgüven düzeyinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Doktora tezi, *Sakarya Üniversitesi*. 328023
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (35. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Christoff, K.A., Scott, W.O, Kelly, M.L, Schlundt, D., Baer, G, & Kelly, J.A (1985). Social skills and social problem solving training for shy young adolescence. *Association Advancement of Behavior Therapy*, 16, 468-477.

- Çiftçi, H. (2018). Akran ilişkileri düzeylerinin karşılaştırılması: Lise öğrencileri üzerine bir inceleme. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(3), 1516-1535.
- Gökçe, G. (2017). *Lise öğrencilerinde benlik saygısı ve beden algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. 466086.
- Göksan, B. (2007). Ergenlerde beden imajı ve beden dismorfik bozukluğu. *Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi. İstanbul: Şişli Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği*.
- Güler, Ş. (2021). Öz'ün söz üzerine etkileri: kendilik tutarlılığı, beden imajı ve iletişim becerileri arasındaki ilişkilerin iletişim öğrencileri özelinde incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 52, 1-29.
- Güney, C. (2018). *15-18 yaş arası ergenlerde beden imgesi ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide kişilik özelliklerinin aracı etkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Işık Üniversitesi. 508947.
- Harter, S. (1999). Symbolic interactionism revisited: Potential liabilities for the self constructed in the crucible of interpersonal relationships. *Merrill-Palmer Quarterly* (1982-), 677-703.
- Kaner, S. (2000). Akran ilişkileri ölçeği ve akran sapması ölçeği geliştirme çalışması. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 33(1), 1-13.
- Karakurt, R. B. (2019). *Ergenlerin benlik saygıları ile beden imajlarının sosyal medya kullanımı ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). 555496.
- Karasar, N. (2013). *Bilimsel araştırma modelleri* (25. Baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kocaman, G. ve Kazan, H. (2021). Lise düzeyinde öğrenim gören öğrencilerin instagram bağımlılıkları ve sosyal görünüş kaygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 18(40), 2638-2664.
- Köseoğlu, C. (2020). *Üstün yetenekli olan ve olmayan öğrencilerin öz güven düzeylerinin karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). *Marmara Üniversitesi, İstanbul*. 633890.
- Öz, F. (2010). *Sağlık alanında temel kavramlar*. (2.Baskı). Ankara: Mattek Yayıncılık.
- Pekşen Süslü D. (2016). *Lise öğrencilerinde siber zorbalık ve siber mağduriyetin benlik saygısı, anne, baba ve akran ilişkileri açısından incelenmesi* (Doktora tezi). *Maltepe Üniversitesi, İstanbul*. 447647.
- Rosenblum, GD. ve Lewis, M. (1999). Ergenlik döneminde beden imajı, fiziksel çekicilik ve vücut kitlesi arasındaki ilişkiler. *Çocuk gelişimi*, 70(1), 50-64.
- Rumsey, N. ve Harcourt, D. (2004). Body image and disfigurement: issues and interventions. *Body image*, 1(1), 83-97.
- Soner, O. (1995). *Aile uyumu, öğrenci özgüveni ve akademik başarı arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, *Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul*. 42262.
- Sowislo, J. F., & Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety a meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological bulletin*, 139(1), 213.

Uskun, E. ve Şabaplı, A. (2013). The relationship between body image and eating attitudes of secondary school students. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 12(5), 519-528.

Uslu, D. (2019). *Bedeni beğenme-sosyal yetkinlik arasındaki ilişkilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü). 583763.

Uzamaz, U. F. (2000). Ergenlerde sosyal beceriler ve değerlendirme yöntemleri. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(6), 1-10.

Ülkü, H. (2017). *Gençlerde sosyal görünüş kaygısı ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkinin toplumsal cinsiyet bağlamında incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul. 460724.

Taşdan, T. (2020). *Ergenlerde özgüven düzeyi beden algısı ve yalnızlık arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa. 721367.

Zorbaz, O. ve Dost, M. T. (2014). Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımının cinsiyet, sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(29-1), 298-310.

### Statement of Support and Acknowledgment

This study was supported by TUBITAK 2209-A University Students Research Projects Support Programme. We would like to thank TUBITAK for its support.