

Çocuklarda Engelleyici Aile İlişkileri ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkide Beden Takdirinin Aracılık Rolü

Selen Gençoğlu¹, Önder Baltacı²

¹ Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Kırşehir, Türkiye

² Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Eğitim Fakültesi, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Kırşehir, Türkiye

Özet

Çocukların sosyal-duygusal gelişiminde aile ilişkileri ve beden algısı, psikolojik iyi oluşun temel bileşenleri arasında yer almaktadır. Bu araştırmanın amacı, çocuklarda engelleyici aile ilişkileri ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide beden takdirinin aracılık rolünü incelemektir. Araştırma ilişkisel tarama modeline dayalı olarak yürütülmüştür. Araştırmanın verileri 9–12 yaş aralığındaki 351 çocuktan elde edilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak "Çocuklar için Beden Takdir Ölçeği", "Aile İlişkileri Ölçeği" ve "Çocuklar için Sosyal Anksiyete Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistikler, Pearson korelasyon analizi ve aracılık testi uygulanmıştır. Bulgular, engelleyici aile ilişkileri, beden takdiri ve sosyal anksiyete değişkenleri arasında anlamlı ilişkilerin olduğunu göstermiştir. Ayrıca beden takdirinin engelleyici aile ilişkileri ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide kısmi aracılık rolüne sahip olduğu görülmüştür. Engelleyici aile ilişkileri arttıkça beden takdiri azalmış, beden takdirindeki azalma ise sosyal anksiyete düzeylerinde artışla ilişkilendirilmiştir. Sonuçlar, çocuklarda sosyal anksiyeteyi anlamada aile ilişkileri ve beden algısının birlikte değerlendirilmesinin önemine işaret etmektedir. Araştırma, çocukların psikososyal gelişimini desteklemeye yönelik aile temelli ve beden algısını güçlendirici müdahalelerin planlanmasına katkı sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Sosyal anksiyete, aile ilişkileri, beden takdiri, çocuk.

Abstract

Family relationships and body image are fundamental components of children's socio-emotional development and psychological well-being. The present study aimed to examine the mediating role of body appreciation in the relationship between restrictive family relationships and social anxiety among children. The research was conducted using a correlational survey design, and data were collected from 351 children aged between 9 and 12 years. The Body Appreciation Scale for Children, the Family Relationships Scale, and the Social Anxiety Scale for Children were employed as data collection instruments. Descriptive statistics, Pearson correlation analysis, and mediation analysis were performed. The findings indicated significant associations among restrictive family relationships, body appreciation, and social anxiety. Moreover, body appreciation was found to have a partial mediating role in the relationship between restrictive family relationships and social anxiety. As restrictive family relationships increased, body appreciation decreased, and lower body appreciation was associated with higher levels of social anxiety. The results highlight the importance of considering both family relationships and body image when understanding social anxiety in children. The study contributes to the development of family-based and body image-enhancing interventions aimed at supporting children's psychosocial development.

Keywords: Social anxiety, family relationships, body appreciation, childhood.

The Mediating Role of Body Appreciation in the Relationship Between Restrictive Family Relationships and Social Anxiety in Children

Extended Abstract

Introduction: Family dynamics and body-related attitudes are central to children's socio-emotional adjustment. Restrictive or controlling family interactions have been linked to anxiety and poorer self-views, whereas positive evaluations of one's body are considered protective. Yet, little is known about how body appreciation operates in childhood to explain the link between restrictive family relationships and social anxiety. This study examined whether body appreciation mediates the association between restrictive family relationships and social anxiety among children aged 9–12.

Method: Using a correlational survey design, data were collected from 351 children (189 girls, 162 boys; ages 9–12) attending primary schools. Measures included the Body Appreciation Scale for Children, the Family Relationships Scale, and the Social Anxiety Scale for Children. After descriptive statistics, Pearson correlations were computed to test bivariate associations. Mediation was examined with a bootstrapped indirect-effect test (5,000 resamples; 95% confidence intervals). All analyses were conducted in SPSS 22.00 and Jamovi 2.6.45.

Results: Correlations showed that restrictive family relationships were positively associated with social anxiety and negatively associated with body appreciation; body appreciation was negatively associated with social anxiety. In the mediation model, restrictive family relationships significantly predicted lower body appreciation, and lower body appreciation significantly predicted higher social anxiety. The direct path from restrictive family relationships to social anxiety remained significant when the mediator was included, indicating partial mediation. The bootstrapped indirect effect from restrictive family relationships to social anxiety via body appreciation was significant (95% CI excluding zero), demonstrating that children experiencing more restrictive interactions report diminished appreciation of their bodies, which in turn relates to heightened social anxiety. Overall, the total effect of restrictive family relationships on social anxiety was positive and statistically robust.

Discussion: Findings highlight body appreciation as a meaningful, modifiable mechanism linking restrictive family dynamics to children's social anxiety. Beyond the direct contribution of restrictive family relationships to anxiety, these interactions may erode positive body attitudes, thereby amplifying fear of negative evaluation in social contexts. Practically, family-focused interventions that reduce controlling or discouraging practices, together with school-based programs that cultivate body appreciation and self-acceptance, may help prevent or alleviate social anxiety in late childhood. Limitations include the cross-sectional design, self-report measures, and a geographically circumscribed sample, which constrain causal inference and generalizability. Future longitudinal and multi-informant studies across diverse cultural settings are warranted to test developmental pathways and to evaluate integrated, family- and body-image-strengthening interventions.

Giriş

Beden algısı, bireylerin kendi dış görünüşünü estetik olarak görme ve algılama şekli anlamına gelmektedir. Ancak bu algı kişiden kişiye değişebildiği için her zaman gerçeği yansıtmayabilmektedir (Doğan, 2005). Bireylerin kendi dış görünüşünü hakkında olumlu ve olumsuz algılarının tamamı beden algısını ifade etmektedir. Beden algısı, erken çocukluk döneminden itibaren şekillenmeye başlamakta ve ergenlik döneminde belirginleşmektedir (Kale, Hurşidi ve Karaboğa, 2021). Bu algı, yalnızca bireyin öznel yargılarını değil aynı zamanda içinde bulunduğu toplumsal ve kültürel bağlamı da yansıtmaktadır (Boğaz, Kutlu ve Cihan, 2019). Beden algısını bir sonuçtan ziyade bir süreç olarak ele almak daha doğru olacaktır. Bu süreçte çocuk, ailesinden, arkadaş çevresinden ve medya gibi sosyokültürel etkenlerden edindiği geri bildirimlerle bedenine ilişkin değerlendirmeler geliştirmektedir (Gleeson ve Frith, 2006). Çocukların yetişmesinde son derece büyük bir rolü olan anneler kendi beden algıları hakkında daha dikkatli olmaları gerekmektedir. Çünkü bu beden algısı çocuklarına da aktarılabilir. Olumsuz beden algısı sonucunda ise yeme bozukluğu gibi çeşitli problemler ortaya çıkabilmektedir (Toprak, 2023). Bu durumun sebebi ise bireylerin kendi bedenlerini olumsuz bir şekilde algılamaları sonucunda yanlış ve sağlıksız beslenme şekli tercih ederek zayıflamaya çalışması olabilmektedir (Arslan, 2020).

Beden algısı toplumsal yapıyla da yakından ilişkilidir. Çünkü bu algı, bireyin kişisel tutumlarının yanı sıra içinde yaşadığı toplumun sosyokültürel değerlerinden de etkilenmektedir. Özellikle kadınlarda beden algısı, toplumsal normlar tarafından sıklıkla şekillendirilmekte ve belirli kalıplara oturtulmaktadır (Toprak, 2023). Ebeveynler, rol modeller, arkadaş çevresi ve kültürel değerler, bireyin bedeni hakkındaki görüşlerinin oluşumunda önemli bir rol oynamaktadır. Kişinin bedenine yönelik duygusal tutumları, benlik algısına da yansımaktadır. Benlik saygısı, bireyin kendine ne kadar değer verdiği ve kendisini nasıl gördüğüyle ilgilidir (Doğan, 2005). Benlik saygısı ve beden algısı sebep sonuç ilişkisi şeklinde birbirlerinden etkilenmektedirler. Bireyin kendi bedenini algılayarak onlara belli anlamlar vermesi benlik algısı, kişilik ve kimlik kavramları ile ilişkilidir (Boğaz, Kutlu ve Cihan, 2019). Olumsuz beden algısı, benlik saygısında azalmaya neden olmakta, bireyin öz güvenini zayıflatmakta ve kendini yetersiz hissetmesine yol açabilmektedir (Doğan, 2005). Nitekim yapılan araştırmalar, olumsuz beden algısının düşük özgüvenle ilişkili olduğunu göstermektedir (Bilgin, 2011).

Beden algısı, bireyin günlük yaşamdaki duygu, düşünce ve davranışlarını etkileyebilmektedir. Ancak bu algı her şeyden önce kişilerarası ilişkiler üzerinde belirleyici bir rol oynamaktadır (Tomas-Aragonés ve Marron, 2016). Olumsuz beden algısına sahip bireyler,

başkaları tarafından olumsuz değerlendirilmekten daha fazla korku duymakta ve bu durum sosyal görünüme ilişkin kaygının artmasına neden olmaktadır. Sosyal görünüş kaygısındaki artış ise sosyal anksiyete düzeyinin yükselmesiyle ilişkilidir (Ben, 2017). Sosyal görünüş kaygısı düzeyi arttıkça sosyal anksiyetenin alt boyutundaki kaygı düzeyi ve kaçınma düzeyinde de artış olmaktadır (Ben, 2017). Sosyal anksiyete bozukluğu, bireyin kalabalık önünde veya sosyal ortamlarda gerçekleştirilen çeşitli etkinlikler sırasında yoğun rahatsızlık ve korku hissetmesiyle karakterize edilen bir durumdur. Bu bozukluk, toplumda oldukça yaygın olarak görülmektedir (Muhtar ve Çakmak Tolan, 2022). Sosyal anksiyete, önemli bilişsel ve duygusal belirtilerle kendini göstermektedir. Mükemmel olma eğilimi, herkes tarafından beğenilme arzusu ve hata yapmaktan kaçınma gibi özellikler bu belirtilere örnek olarak gösterilebilir (Terlemez, 2018). Olumsuz beden algısı sonucunda sosyal ilişkiler zayıflayabileceğinden, bireylerin bedenlerine yönelik olumsuz algılarının ele alınması ve bu algıların daha sağlıklı hâle getirilmesi önem taşımaktadır (Yağız, 2014).

Toplumda kadınlar, erkeklere kıyasla bedenleri hakkında daha fazla eleştiri ve yoruma maruz kalmaktadırlar. Bu durum, kadınların bedenleri ve dış görünüşleri üzerinde aşırı biçimde odaklanmalarına yol açmaktadır. Dolayısıyla bu durum onların psikolojik ve fiziksel sağlıkları üzerinde olumsuz etkiler yaratabilmektedir (Toprak, 2023). Araştırmalar, beden algısı ile sosyal anksiyete arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Buna göre, bedenine ilişkin olumsuz algılara sahip bireylerde sosyal anksiyete düzeyleri daha yüksek olabilmektedir. Benzer biçimde, başkaları tarafından olumsuz değerlendirilmekten duyulan korku da sosyal anksiyetenin önemli belirleyicilerinden birisidir. Beden algısıyla yakından ilişkili olan sosyal anksiyete, bireyin sosyal işlevselliğini etkileyen psikiyatrik bir rahatsızlıktır (Ben, 2017). Aile, bireyin kişilik gelişiminde ve kimlik oluşumunda belirleyici bir role sahiptir. Ailenin sahip olduğu değerler, tutumlar ve yaşam tarzı, çocuğun benlik algısını ve özgüvenini doğrudan etkileyebilmektedir (Özada ve Duyan, 2018). Demokratik, destekleyici ve güven verici aile ortamlarında yetişen çocukların özgüven düzeyi genellikle daha yüksekken, şiddet, baskı ve olumsuz iletişimin hâkim olduğu ailelerde büyüyen çocuklarda özgüven düşüklüğü daha sık görülmektedir (Kaya ve Taştan, 2020). Ayrıca olumsuz aile ilişkileri ve kaba davranışlara maruz kalan çocukların, bu tutumları ilerleyen yaşlarda kendi sosyal çevrelerine yansıtma olasılığı da artmaktadır (Özada ve Duyan, 2018).

Aile ile ilişkinin niteliği ve sosyal desteğin olup olmaması beden imgelerini doğrudan ya da dolaylı etkilemektedir (Dinç, 2010). Ebeveynlerin çocuklarına yönelik doğrudan yorumları ve dolaylı modelleme davranışları, çocukların bedenlerine ilişkin tutum ve davranışlarını şekillendirmektedir. Annelerin çocuklarının tutum ve davranışları üzerinde

babalardan biraz daha fazla etkiye sahiptir. Bu durum özellikle kız çocukları için daha belirgindir. Ebeveynlerin çocuğun kilosuyla ilgili yorumlarının etkisi, mesajı her iki ebeveyn de verdiğinde daha güçlü hale gelmektedir (Smolak, Levine ve Schermer, 1999). Araştırmalar, ebeveynlerin çocukların beden algısı ve kilo kontrolü davranışları üzerinde önemli bir rol oynadığını ve bu etkinin, olumsuz beden algısının önlenmesine yönelik birincil müdahalelerde dikkate alınması gerektiğini göstermektedir (Smolak, Levine ve Schermer, 1999).

Yapılan bir araştırmaya göre (Ümmet, 2007), çocukların yetiştiği aile ortamındaki iletişim biçimi ile sosyal anksiyete düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Olumlu ve güçlü iletişimin hâkim olduğu bir aile ortamında yetişen çocuklar, ilerleyen yaşlarda kendini daha rahat ifade edebilen ve sosyal becerileri gelişmiş bireyler hâline gelirken, olumsuz iletişimin bulunduğu ailelerde yetişen çocuklar, kendini ifade etmede zorlanmakta ve zamanla daha yüksek düzeyde sosyal anksiyete belirtileri göstermektedir (Ümmet, 2007). Ebeveyn tutumlarının çocuklardaki sosyal anksiyete üzerinde belirleyici bir etkisi olduğu söylenebilir. Özellikle reddedici veya aşırı koruyucu ebeveyn tutumları, çocuklarda sosyal anksiyete görülme olasılığını artırmaktadır (Terlemez, 2018). Ayrıca sosyal anksiyeteyi etkileyen değişkenler incelendiğinde, çocuğun yaşı ve ebeveynlerin eğitim düzeyinin de bu süreçte önemli rol oynadığı bulunmuştur (Ümmet, 2007).

Beden algısı, bireyin kendi fiziksel görünümüne ilişkin duygu ve düşüncelerinin tümünü ifade etmektedir (Doğan, 2005). Ancak beden algısı yalnızca bireysel bir süreç değildir. Aile içi ilişkilerin niteliği de bireyin bedenine yönelik değerlendirmelerini önemli ölçüde etkilemektedir (Dinç, 2010). Öte yandan, sosyal anksiyete bireyin başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme veya yargılanma olasılığı karşısında yaşadığı kaygı olarak tanımlanmaktadır (Muhtar ve Çakmak Tolan, 2022). Literatürde yapılan çalışmalar incelendiğinde, beden algısı ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkinin çoğunlukla yetişkin örneklemeleri üzerinde araştırıldığı, ancak çocuklar üzerinde sınırlı sayıda çalışma bulunduğu görülmektedir. Bu nedenle, çocukluk döneminde beden algısının sosyal anksiyeteye ilişkisini incelemek, alandaki önemli bir boşluğu dolduracaktır. Bu araştırmanın amacı, çocuklarda engelleyici aile ilişkileri ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkiyi incelemek ve bu ilişkide beden takdirinin olası aracılık rolünü ortaya koymaktır.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Çocuklarda engelleyici aile ilişkileri ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide beden takdirinin aracı rolünü test eden bu çalışma, ilişkisel tarama modeliyle gerçekleştirilmiştir.

İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı amaçlamakta olup, değişkenler arasında anlamlı bir ilişki bulunması durumunda bu ilişkinin yönünü ve derecesini belirlemeye de olanak tanımaktadır (Karasar, 2011). Bu doğrultuda, çalışmada engelleyici aile ilişkileri, beden takdiri ve sosyal anksiyete değişkenleri arasındaki yapısal ilişkiler incelenmiştir.

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, yaşları 9 ile 12 arasında değişen toplam 351 çocuk oluşturmaktadır. Cinsiyet değişkenine göre dağılım incelendiğinde, 189'unun (%53.8) kız ve 162'sinin (%46.2) erkek olduğu görülmüştür. Çocukların yaş dağılımı incelendiğinde ise çocukların çoğunluğunu 10 yaş (%40.5) ve 11 yaş (%47.0) gruplarındaki çocuklar oluşturmaktadır. Bu kapsamda, örneklem homojen bir yaş dağılımı sergilemekte ve analizlerde anlamlı bir temsil gücü sunmaktadır. Ayrıca, örneklem büyüklüğünün (N = 351) aracılık analizlerinde önerilen minimum düzeyin üzerinde olduğu ve istatistiksel açıdan yeterli gücü sağladığı söylenebilir (Fritz ve MacKinnon, 2007).

Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanmasında "Kişisel Bilgi Formu", "Çocuklar için Beden Takdir Ölçeği", "Aile İlişkileri Ölçeği" ve "Çocuklar için Sosyal Anksiyete Ölçeği" kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Öğrencilerin cinsiyet ve yaşlarını belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanan bu form kullanılmıştır.

Çocuklar için Beden Takdir Ölçeği: Bu çalışmada, çocukların beden, vücut algısı ve vücut farkındalık düzeylerini değerlendirmek amacıyla ölçme aracı olarak "Çocuklar için Beden Takdir Ölçeği" kullanılmıştır. Halliwell, Jarman, Tylka ve Staler (2017) tarafından geliştirilen bu ölçek, Yam (2019) tarafından Türk kültürüne uyarlanmış ve 9-11 yaş aralığındaki çocuklar için uygun hale getirilmiştir. Tek boyutlu yapıya sahip olan ölçek, toplam 10 madde içermektedir ve 5 dereceli Likert tipi bir formatla uygulanmaktadır. Katılımcıların her madde için "Asla", "Nadiren", "Bazen", "Sık sık" veya "Her zaman" seçeneklerinden birini işaretlemeleri beklenmektedir. Ölçek maddelerinin tamamı düz ifadelerden oluşmakta olup ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten elde edilebilecek toplam puan aralığı 10 ile 50 arasında değişmektedir. Ölçeğin Türkçe formunun iç tutarlılığı yüksek bulunmuş; Cronbach's Alfa katsayısı .87 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca, birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum istatistikleri şu şekildedir: $\chi^2/df = 1.23$, GFI = .94, IFI = .98, CFI = .98, NFI = .91, AGFI = .90, TLI = .98 ve RMSEA = .044. Bu değerler, ölçeğin Türk örnekleminde yapı geçerliliğinin yüksek ve model uyumunun iyi düzeyde olduğunu göstermektedir (Yam, 2019).

Aile İlişkileri Ölçeği: Demirtaş-Zorbaz ve Korkut-Owen (2011) tarafından geliştirilen bu ölçek, 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin aile ilişkilerine dair algılarını ölçmek amacıyla hazırlanmıştır. Üçlü Likert tipinde düzenlenen ölçek "Her Zaman", "Bazen" ve "Hiçbir Zaman" seçeneklerinden oluşmaktadır. Açımlayıcı faktör analizine 590 öğrenci katılmış ve analiz sonucunda 56 maddelik yapı, iki faktörlü 20 maddelik forma indirgenmiştir. Alt boyutlar içerik analiziyle adlandırılmış; biri "Engelleyici Aile İlişkileri", diğeri "Destekleyici Aile İlişkileri" olarak belirlenmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi ise 300 öğrenciyle yürütülmüş, modelin uyum indeksleri ($\chi^2/df = 1.89$, GFI = .91, AGFI = .89, CFI = .96, NFI = .90, RMSEA = .05) iyi düzeyde bulunmuştur. Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı engelleyici ilişkiler için .82 ve .84; destekleyici ilişkiler için .76 ve .78 olarak hesaplanmıştır; bu da ölçeğin yeterli düzeyde güvenilir olduğunu göstermektedir.

Çocuklar İçin Sosyal Anksiyete Ölçeği: La Greca ve arkadaşları (1988) tarafından geliştirilen ve Demir ve arkadaşları (2000) tarafından Türkçeye uyarlanan bu ölçek, 18 maddeden oluşmaktadır. Yanıtlayıcılardan "Hiçbir zaman"dan "Daima"ya kadar uzanan beşli Likert tipi seçeneklerden birini işaretlemeleri istenmektedir. Ölçekten alınabilecek puanlar 18 ile 90 arasında değişmektedir. 452 öğrenciden elde edilen verilere göre Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .81 olarak bulunmuş; bu da yüksek bir iç güvenirliği göstermektedir. Test-tekrar test korelasyonu toplam puan için .81 düzeyindedir. Ayrıca, madde-toplam korelasyonlarında sadece 2 ve 5. maddelerde düşük değerler saptanmıştır. Ölçüt geçerliği kapsamında Sürekli Kaygı Envanteri ile yapılan karşılaştırmada ÇSAÖ-Y ile anlamlı düzeyde pozitif bir ilişki tespit edilmiştir ($r = .60$, $p < .001$) (Demir ve ark., 2000).

Verilerin Analizi

Araştırmada öncelikle değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla betimsel istatistikler ve Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Engelleyici aile ilişkileri ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide beden takdirinin aracılık rolünü test etmek amacıyla aracılık analizi uygulanmıştır. Aracılık etkisinin doğrudan ve dolaylı yollarının anlamlılığını değerlendirmek için bootstrapping tekniğinden yararlanılmıştır. Bu yöntem, örneklemde çoklu yeniden örnekleme yaparak kestirimlerin güvenirliğini artırmayı ve dolaylı etkilerin anlamlılığını sağlam biçimde test etmeyi amaçlamaktadır (Hayes, 2013). Aracılık etkisinin anlamlı kabul edilmesi için elde edilen %95 güven aralığının sıfır değerini içermemesi temel ölçüt olarak alınmıştır (Preacher & Hayes, 2008). Bu kapsamda çocuklarda engelleyici aile ilişkileri ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide beden takdirinin aracı rolünü test etmek amacıyla %95 güven düzeyinde ve 5000 yeniden örnekleme ile parametrik bootstrapping yöntemi uygulanmıştır. Tüm analizler SPSS 22.00 ve Jamovi 2.6.45 programları aracılığıyla gerçekleştirilmiştir.

Bulgular

Bu bölümde araştırmanın amacı doğrultusunda yapılan analizlerin sonuçları yer almaktadır.

Ön Analizler

Aracılık analizine geçmeden önce, aracılık varsayımlarını test etmek amacıyla değişkenler arasındaki korelasyonlar incelenmiştir. Ön analizler sonucunda, araştırmanın sürekli değişkenleri arasında anlamlı ilişkilerin olduğu görülmüştür (Bkz. Tablo 1).

Tablo 1. Çocukların sosyal anksiyete, engelleyici aile ilişkileri ile beden takdiri düzeyleri arasındaki ilişkilere yönelik sonuçlar

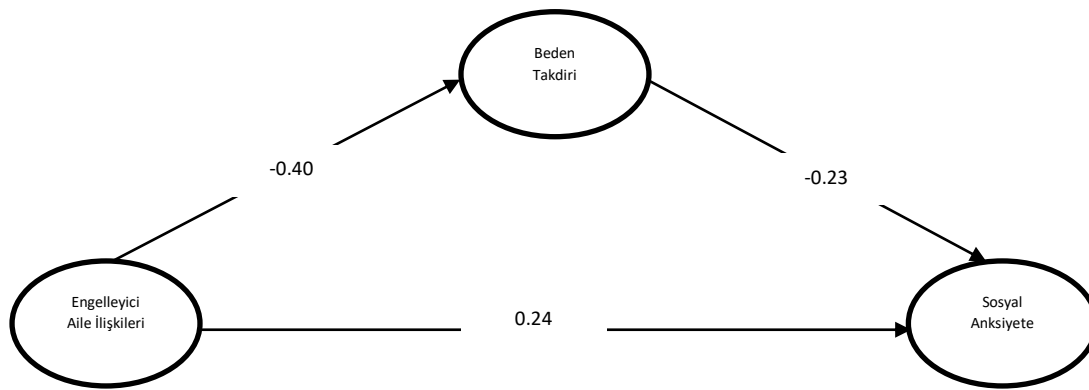
Değişken	N	X	SS	1	2	3
1.Sosyal Anksiyete	351	44.65	12.15	-		
2.Engelleyici Aile İlişkileri	351	14.55	2.91	.330**	-	
3.Beden Takdiri	351	40.86	6.72	-.329**	-.403**	-

*p < .05; **p < .001

Tablo 1'deki bulgular, sosyal anksiyete, engelleyici aile ilişkileri ve beden takdiri değişkenleri arasındaki ilişkileri göstermektedir. Değişkenler arasındaki korelasyonlar incelendiğinde, sosyal anksiyete ile engelleyici aile ilişkileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r = .330$, $p < .05$). Bu durum, engelleyici aile ilişkileri arttıkça sosyal anksiyetenin de artabileceğini göstermektedir. Buna karşın, sosyal anksiyete ile beden takdiri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = -.329$, $p < .05$). Yani, çocukların beden takdiri arttıkça sosyal anksiyetesinin azaldığı söylenebilir. Ayrıca, engelleyici aile ilişkileri ile beden takdiri arasında da negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir ($r = -.403$, $p < .05$). Bu bulgu, beden takdiri düşük olan çocukların, engelleyici aile ilişkileri yaşadıklarında sosyal anksiyete düzeylerinin daha yüksek olabileceğini düşündürmektedir. Bu sonuçlar, sosyal anksiyete üzerinde aile dinamiklerinin ve bireyin beden algısının önemli etkileri olabileceğini ortaya koymaktadır. Özellikle, engelleyici aile ilişkilerinin hem sosyal anksiyete üzerinde artırıcı etkisi hem de beden takdirini azaltıcı etkisi dikkat çekicidir.

Aracılık Analizi

Ön analizlerin ardından, araştırma kapsamında aracılık modelini test etmek amacıyla aracılık analizi gerçekleştirilmiştir (Bkz. Şekil 1).



Şekil 1. Çocukların engelleyici aile ilişkileri ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide beden takdirinin aracı rolü

Tablo 2, engelleyici aile ilişkilerinin çocuklarda sosyal anksiyete üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkilerini göstermektedir.

Tablo 2. Çocukların engelleyici aile ilişkilerinin sosyal anksiyete ile arasındaki ilişkide beden takdirinin aracı rolü

Yollar	Katsayı	SH	95 % GA	
			AS	ÜS
Doğrudan				
EAİ → BT	-.93	.10	-1.14	-.72
BT→ SA	-.42	.10	-.62	-.21
EAİ → SA	.98	.23	.52	1.43
Dolaylı				
EAİ → BT → SA	.39	.10	.18	.60
Dolaylı				
EAİ → SA	1.37	.21	.95	1.79

Not. EAİ: Engelleyici Aile İlişkileri; BT: Beden Takdiri; SA: Sosyal Anksiyete; SH: Standart Hata; GA: Güven Aralığı; AS: Alt Sınır; ÜS: Üst Sınır.

Analiz sonuçlarına göre, engelleyici aile ilişkilerinin sosyal anksiyete üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur ($\beta = 0.236$, $p < .001$). Ayrıca, engelleyici aile ilişkilerinin beden takdiri üzerindeki etkisi negatif yönde ve anlamlıdır ($\beta = -0.403$, $p < .001$). Bununla birlikte, beden takdirinin sosyal anksiyete üzerindeki etkisi de negatif yönde ve anlamlı bulunmuştur ($\beta = -0.234$, $p < .001$). Engelleyici aile ilişkilerinin sosyal anksiyete üzerindeki dolaylı etkisi, beden takdiri aracılığıyla incelendiğinde, bu etkinin anlamlı olduğu görülmüştür ($\beta = 0.094$, $p < .001$). Dolaylı etkinin anlamlı bulunması, beden takdirinin engelleyici aile

ilişkileri ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide kısmi bir aracılık rolü üstlendiğini göstermektedir. Son olarak, modelin genel değerlendirmesi engelleyici aile ilişkilerinin sosyal anksiyete üzerindeki toplam etkisinin güçlü ve anlamlı olduğunu ortaya koymaktadır ($\beta = 0.330$, $p < .001$). Bu bulgular, engelleyici aile ilişkilerinin çocukların beden takdirini olumsuz yönde etkilediğini, bunun da sosyal anksiyete düzeylerinde artışa yol açtığını göstermektedir. Ayrıca, engelleyici aile ilişkilerinin sosyal anksiyete üzerinde doğrudan artırıcı bir etkisinin de bulunduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlar, beden takdirinin çocuklarda sosyal anksiyeteye karşı koruyucu bir faktör olduğunu desteklemektedir.

Tartışma

Araştırmada çocuklarda sosyal anksiyete, engelleyici aile ilişkileri ve beden takdiri değişkenleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca beden takdir ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkide engelleyici aile ilişkilerinin aracı rolünü içeren bir aracı model kurulmuştur. Sosyal anksiyete ile engelleyici aile ilişkileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu durum, engelleyici aile ilişkileri arttıkça sosyal anksiyetenin de artabileceğini göstermektedir. Buna karşın, sosyal anksiyete ile beden takdiri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yani, bireyin beden takdiri arttıkça sosyal anksiyetesinin azaldığı söylenebilir. Ayrıca, engelleyici aile ilişkileri ile beden takdiri arasında da negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Bu bulgu, engelleyici aile ilişkilerinin artmasının beden takdirini olumsuz etkileyebileceğini düşündürmektedir. Çocuklarda beden takdirinin sosyal anksiyeteyi azaltmada önemli bir rol oynadığı ve bu etkinin kısmen engelleyici aile ilişkileri aracılığıyla gerçekleştiği söylenebilir.

Çocuklarda sosyal anksiyete ile engelleyici aile ilişkileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bir başka ifade ile engelleyici aile ilişkileri arttıkça sosyal anksiyetenin de artabileceğini göstermektedir. Literatür taraması sonucunda araştırmada elde edilen sonuçların çeşitli araştırma bulgularıyla tutarlı olduğu görülmektedir (Hamarta, Baltacı, Üre ve Demirbaş, 2010; Ümmet, 2007; Zalım Başbekleyen, 2018). Hamarta ve ark. (2010) Çocukların utangaçlık düzeyleri üzerinde algılanan ebeveyn tutumunun etkisi vardır. Çocuklar ailelerinin otoriter olarak algılıyorsa utangaçlık düzeyleri yüksek çıkmakla birlikte ebeveynlerinin demokratik olduğunu düşünen çocukların utangaçlık düzeylerinin düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka araştırma sonucuna göre ise aile ilişkisi sosyal kaygı birbiri ile ilişkili olup olumlu bir aile ilişkisi olan çocuk olumsuz aile ilişkisi olanlara göre anksiyete yaşama ihtimali daha düşüktür (Ümmet, 2007). Özellikle erken çocukluk dönemindeki çocuk ve ebeveynlerin ilişkisi çocuğun ileriki yaşları içinde son derece önemlidir. Olumsuz ve güvensiz

ortamda büyüyen çocukta sosyal anksiyete görülme ihtimalini fazladır (Zalım Başbekleyen, 2018).

Sosyal anksiyete ile beden takdiri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yani, bireyin beden takdiri arttıkça sosyal anksiyetesinin azaldığı söylenebilir. Literatür taraması sonucunda araştırmada elde edilen sonuçların çeşitli araştırma bulgularıyla tutarlı olduğu görülmektedir (Ben, 2017; Yağız, 2014; Zalım Başbekleyen, 2018). Yapılan araştırmalara göre beden algısı ve sosyal anksiyete birbiri ile ilişkilidir. Bedenine ve dış görünüşüne karşı olumsuz algısı olan bireylerin sosyal ilişkileri zayıf olup sosyal anksiyete düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu nedenle olumsuz beden algısının düzeltilmesi önemlidir (Ben, 2017; Yağız, 2014). Zalım Başbekleyen (2018) Bir gruba dahil olma arzusunda olan çocuk dış görünüşüne dikkat ederek bu gruba dahil olma çabasıdadır. Buna göre dış görünüş ve sosyal ilişki iç içe olan durumlardır.

Engelleyici aile ilişkileri ile beden takdiri arasında da negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Bu bulgu, engelleyici aile ilişkilerinin artmasının beden takdirini olumsuz etkileyebileceğini düşündürmektedir. Literatür taraması sonucunda araştırmada elde edilen sonuçların çeşitli araştırma bulgularıyla tutarlı olduğu görülmektedir (Erkul, 2024; Toprak, 2023). Aile faktörünün ve aileden gelen zayıf olma baskılarının ve medyanın zayıf ve inceliği çekici olarak algılaması ergenlik dönemindeki kadın bireyin yeme tutumunu ve beden imaj kaygısını etkilemektedir (Erkul, 2024). Çocukların gelecekteki karakterini etkilen pek çok faktör vardır ama en önemlisi anne ile arasındaki bağıdır. Ve bu bağ çocuğun beden algısı üzerinde de belirleyici rol oynar (Toprak, 2023).

Çocuklarda beden takdirinin sosyal anksiyeteyi azaltmada önemli bir rol oynamakta bu etkinin kısmen engelleyici aile ilişkileri aracılığıyla gerçekleştiği söylenebilir. Başka bir ifade ile engelleyici aile ilişkileri beden takdirini ve sosyal anksiyeteyi dolaylı olarak etkilemektedir. Beden takdirinin engelleyici aile ilişkileri aracılığıyla sosyal anksiyete üzerindeki etkisi negatif ve anlamlı bulunmuştur. Bu sonuç, beden takdirinin yalnızca doğrudan değil, aynı zamanda engelleyici aile ilişkileri üzerinden dolaylı olarak da sosyal anksiyeteyi azalttığını göstermektedir. Toplam etki incelendiğinde ise, beden takdirinin sosyal anksiyete üzerindeki genel etkisinin negatif ve anlamlı olduğu görülmektedir. Bu bulgu, beden takdirinin hem doğrudan hem de dolaylı yollarla sosyal anksiyeteyi azalttığını göstermektedir.

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. İlk olarak, araştırma verileri yalnızca 9–12 yaş aralığındaki çocuklardan toplanmış olup, farklı yaş gruplarını kapsamadığı için bulgular bu yaş grubuyla sınırlıdır. İkinci olarak, veriler çocukların öz-bildirimlerine dayanan

ölçekler aracılığıyla elde edilmiştir. Bu durum, bireylerin gerçek tutum ve davranışlarından ziyade algılarına yönelik veri sunmakta ve yanıltıcı yanlılığına neden olabilmektedir. Üçüncü olarak, araştırmada kullanılan ölçme araçları beden algısı, aile ilişkileri ve sosyal anksiyete gibi değişkenleri belirli sınırlı boyutlarıyla ele almakta; bu kavramların tüm boyutlarını kapsamamaktadır. Ayrıca, çalışma grubu belirli bir bölgeyle sınırlı olduğu için elde edilen bulguların genellenebilirliği sınırlıdır. Son olarak, araştırmanın kesitsel (tek zamanlı) bir desenle gerçekleştirilmiş olması, değişkenler arasındaki nedensel ilişkilerin tam olarak ortaya konmasını engellemektedir. Bu nedenlerle gelecekte yapılacak çalışmalarda daha geniş ve farklı sosyo-kültürel grupları kapsayan örneklemelerle, boylamsal ve karma yöntemlerin kullanıldığı araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Engelleyici aile ilişkileri ve sosyal anksiyete arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulgusunu göz önüne alarak aile ilişkilerinin çocuk üzerindeki etkisinin fazla olduğunu, çocuk yetiştirirken engelleyici tutumdan çok destekleyici bir tutum edinmenin önemli olduğu unutulmamalıdır. Aile ilişkisi sadece çocukluk dönemi için değil ileri yaşlarda sosyal hayatını etkileyeceği için demokratik bir aile ortamının önemini anlatan aile hedefli çalışmaların sosyal anksiyeteyi önleyici bir etkisi olacaktır. Beden takdiri ve sosyal anksiyete arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulgusu ise çocukların kendi bedenini algılama şeklinin sosyal hayat üzerinde etkili olduğu anlamına gelmektedir. Bu sonuç göz önüne alındığında anksiyete ile başa çıkarken beden algısını göz önünde bulundurmanız gerektiğini göstermektedir. Özellikle ergenlik döneminde fiziksel özellikler üzerinden yapılan zorbalıkları önleyici çalışmalarda yapılabilir. Psikolojik danışma servislerinin öğrencilere yönelik psikolojik destek hizmetlerini yaygınlaştırması önerilebilir. Engelleyici aile ilişkileri ve beden takdiri arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğuna yönelik bulgu ailenin çocuklara karşı tutumu beden algılarını şekillendirmede etkili olduğu anlamına gelmektedir. Çocukların olumsuz beden algılarına sahip olmasını engellemek için aileyi içine alan önleyici çalışmalar yapılabileceğini göstermektedir.

Etik Bildirim: Çalışma, 1964 Helsinki Bildirgesi ve sonraki güncellemelerinde belirtilen etik standartlara uygun olarak gerçekleştirilmiştir.

Yazar Katkı Oranı Beyanı: Bu çalışma, her iki yazarın ortak katkılarıyla gerçekleştirilmiştir. Tüm aşamalarda yazarlar iş birliği içinde çalışmıştır.

Çıkar Çatışması Beyanı: Yazarlar bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve yayımlanmasıyla ilgili olarak herhangi bir çıkar çatışması potansiyeli beyan etmemiştir.

Finansman Bilgisi: Bu çalışma herhangi bir kurum ya da kuruluş tarafından finansal olarak desteklenmemiştir.

Veri Erişilebilirliği Beyanı: Bu çalışmada kullanılan araştırma etiği ilkeleri doğrultusunda yalnızca bilimsel araştırma amacıyla kullanılmak üzere makul talepler üzerine ilgili araştırmacılarla paylaşılabilir.

Katılım Onamı: Çalışmaya dâhil edilen tüm katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Kaynakça

- Arslan, M. (2020). Lise öğrencilerinin beden algısı ve yeme tutumunun incelenmesi ve bunların bki (beden kitle indeksi) ile ilişkisinin değerlendirilmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 11(26), 107-117. <https://doi.org/10.21076/vizyoner.651699>
- Ben, S. (2017). *İstanbul'da yaşayan üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete düzeyleri ile beden algısı olumsuz değerlendirilme korkusu sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Bilgin, O. (2011). *Ergenlerde özgüven düzeyinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Boğaz, M. E., Kutlu, R., ve Cihan, F. G. (2019). Obezite ile yeme davranışı, beden algısı ve benlik saygısı arasındaki ilişki. *Çukurova Medical Journal*, 44(3), 1064-1073. <https://doi.org/10.17826/cumj.467339>
- Creswell, J. W. (2012). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research* (4th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Demir, T., Eralp-Demir, D., Türksoy, N., Özmen, E. ve Uysal, Ö. (2000). Çocuklar için sosyal anksiyete ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirliği. *Düşünen Adam Dergisi*, 13(1), 42-48. <https://dusunenadamdergisi.org/storage/upload/pdfs/1588684503-en.pdf>
- Demirtaş, S. (2011). *Çocuklar için aile ilişkileri ölçeği'nin geliştirilmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Dinç, B. (2010). *Ergenlik döneminde beden imgesinin gelişimi üzerine aile, akran ve televizyonun etkilerinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Doğan, Ş.S. (2005). *Cinsiyet rollerine ilişkin tutumlar kapsamında kadınların beden algılarının psikososyal uyumları ve kendilik saygıları üzerine etkisi*. [Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Erkul, S. (2024). Aile tutumları ve medya faktörünün, ergenlik dönemindeki kadın bireylerin yeme tutumları ve beden imaj kaygısına etkisinin yeme bozuklukları ile ilişkisinin incelenmesi. *Dünya İnsan Bilimleri Dergisi*, 2024(1), 152-166. <https://doi.org/10.55543/insan.1219761>

- Fritz, M. S., & Mackinnon, D. P. (2007). Required sample size to detect the mediated effect. *Psychological Science*, 18(3), 233–239. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2007.01882.x>
- Gleeson, K. ve Frith, H. (2006). (De) constructing body image. *Journal of Health Psychology*, 11(1), 79-90. <https://doi.org/10.1177/1359105306058851>
- Hamarta, E., Baltacı, Ö., Üre, Ö., Demirbaş, E. (2010). Lise öğrencilerinin utangaçlıklarının algılanan anne baba tutumları ve problem çözme yaklaşımları açısından incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 21(21), 73-82. <https://doi.org/10.21560/spcd.89130>
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York: Guilford Press.
- Kale, M., Hurşidi, S., ve Karaboğa, A. B. (2021). Okul öncesi dönemde beden algısı. *OPUS International Journal of Society Researches*, 17(34), 1408-1435. <https://doi.org/10.26466/opus.829749>
- Kaya, N., ve Taştan, N. (2020). Özgüven üzerine bir derleme. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(2), 297-312. https://dergipark.org.tr/tr/pub/kusbd/issue/56190/728746#article_cite
- Muhtar, G. ve Tolan, Ö. Ç. (2021). Sosyal anksiyete bozukluğu olan yetişkinlerde bilinçli farkındalık temelli müdahalelerin etkililiği: sistematik bir gözden geçirme. *Psikoloji Çalışmaları*, 41(2), 427-458. <https://doi.org/10.26650/SP2020-847371>
- Özada, A., ve Duyan, V. (2018). Ebeveyn-çocuk ilişkisi ve zorbalık. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 12(1), 49-55. <https://doi.org/10.21763/tjfmprc.399941>
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40(3), 879-891. <https://doi.org/10.3758/BRM.40.3.879>
- Smolak, L., Levine, M.P. and Schermer, F. (1999). Parental input and weight concern among elementary school children. *International Journal of Eating Disorders*, 25, 263-271. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-108X\(199904\)25:3%3C263::AID-EAT3%3E3.0.CO;2-V](https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-108X(199904)25:3%3C263::AID-EAT3%3E3.0.CO;2-V)
- Terlemez, M. (2018). Sosyal fobinin spora etkileri. *Iğdır Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 35-40. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/628098>

- Toprak, B. (2023). Anne kız ilişkisinin beden algısı üzerindeki rolünün incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Kadın Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 22-26. <https://doi.org/10.5152/atakad.2023.22013>
- Ümmet, D. (2007). *Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygının cinsiyet rolleri ve aile ortamı bağlamında incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Tomas-Aragones, L., & Marron, S. E. (2016). Body Image and Body Dysmorphic Concerns. *Acta Dermato-Venereologica*, 96(217), 47–50. <https://doi.org/10.2340/00015555-2368>
- Toprak, B. (2023). Anne-kız ilişkisinin beden algısı üzerindeki rolünün incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Kadın Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 22-26. <https://doi.org/10.5152/atakad.2023.22013>
- Yağız, A. (2014). *Üniversite öğrencilerinde sosyal anksiyete bozukluğu yaygınlığı, bu bozuklukta öfke ifade tarzı, beden self ilişkisi ve yeme tutumlarının değerlendirilmesi*. [Uzmanlık Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Yam, F. C. (2019). Çocuklar için Takdir Ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. Ş. Şentürk (Ed.), *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Uluslararası 100. Yıl Eğitim Sempozyumu Bildiriler Kitabı içinde* (ss.164-172). Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- ZalımBaşbekleyen, F. (2018). *Aile ve çocuk arasındaki güvensiz bağlanmanın, ortaokul son sınıf öğrencilerinde benlik algısı, sosyal anksiyete, depresif belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Zorbaz-Demirtaş, S. ve Korkut-Owen, F. (2013). Çocuklar için aile ilişkileri ölçeği'nin geliştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 58-67. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/199996>