

## Üniversite Öğrencilerinin Beden Memnuniyeti Düzeyleri İle Sosyal Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

### The Analysis of the Interaction between the Body Gratification of University Students and their Level of Skill

Temel Kalafat\*, Remzi Y. Kıncal\*\*

#### Özet

Bu araştırma, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesinde lisans düzeyinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin, beden memnuniyeti düzeyleri ve sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlamaktadır. Araştırmada, ilk önce üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti ve sosyal becerilerinin cinsiyetle ilişkisi kontrol edilmiş, daha sonra beden memnuniyeti ve sosyal beceri arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Araştırma, tarama(survey) modeli ile yapılmıştır. Toplam 1054 üniversite öğrencisine Yüksel(2004) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Sosyal Beceri Anketi" ve Gökdoğan(1988) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ve araştırmacı tarafından üniversite öğrencileri için geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan "Beden Bölgelerinden ve Özelliklerinden Memnuniyet Ölçeği" uygulanmıştır. Veriler, t testi ve korelasyon yöntemiyle SPSS(Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı) kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma sonuçları, kızların bedenlerinden erkeklere oranla daha düşük oranda memnun olduklarını fakat sosyal becerilerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Aynı zamanda beden memnuniyeti ve sosyal beceri yeterlilikleri arasında, pozitif ve negatif ilişki bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Beden İmajı, Sosyal Beceri

#### Abstract

In this research, we aimed to examine that if there is any correlation among Canakkale Onsekiz March University' students' body image satisfaction and social skills ability. In this research, firstly body image satisfaction and social skills ability were explained through gender and than controlled correlation between university students 'body image satisfaction and social skills ability. This research was done with survey method. 1054 university students were taken as a sample. "Social Skills Inventory" that developed by Riggio(1986) and was adapted into Turkish by Yüksel(2004) was used for defining university' students social skills. In order to define university students' body image satisfaction, we used "Body Parts and It' Features Satisfaction Inventory" that was adapted into Turkish by Gökdoğan(1988). But Gökdoğan adapted this inventory for high school students. Therefore, the researcher has done this inventory' reliability and validity analysis on university students. Results were controlled by t test, correlation analysis according to SPSS(Statistical Package For Social Science).

In the end of the research, we found that boys' body image satisfaction levels are higher than girls' body image satisfaction levels. Conversely, we found that girls' social skills ability levels are higher than boys' social skills ability levels. Also we found the correlation between university students' body image satisfaction and social skills ability.

**Keywords:** Body İmage, Social Skills

\* Temel Kalafat, Ankara Üniversitesi Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bölümü [kalafattemel@comu.edu.tr](mailto:kalafattemel@comu.edu.tr)

\*\* Remzi Y.Kıncal, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Eğitim Fakültesi [rkıncal@comu.edu.tr](mailto:rkıncal@comu.edu.tr)

## 1. GİRİŞ

Üniversite öğrenimi ülkemizde 18–22 yaşlarına denk gelmektedir. Bu yaşlar son ergenlik dediğimiz dönemleri kapsamaktadır. Bu dönemde bireyin üstesinden gelmesi gereken birçok gelişim görevi bulunmaktadır.

Bu dönem bireylerinin gelişim görevlerinden birisi çocukluktan beri sürekli gelişmekte olan benliğinin daha sağlam hale gelmesini sağlamaktır. Ergen benliği kristalleşirken bir değerlendirilme ve iyileştirilme döneminden de geçmektedir. Bu, ana-baba, öğretmen ve diğer uzmanların, anlamlı ilişkiler yoluyla, ergenlerin sağlıklı ve kendini gerçekleştirmeye yönelecek şekillerde büyümesine yardımcı olmada belirgin ve önemli güçler olabilecekleri anlamına gelmektedir. Hepsinden önemlisi, tipik bir ergenin benlik kavramı zayıf ve incinebilir bir olgudur. Bu dönemde benliği daha olgun bir tanıma ulaştırmak çok önemli temel bir başarıdır [1].

Ergenlikte başarılması gereken diğer bir görev ise, bedeni kabul etmedir. Toplumda pek az insan televizyonda ve dergilerde yer alan reklâmlardaki mankenlere benzer; onlar genellikle toplumun güzellik ideallerini temsil etmektedirler [2]. Ama önemli olan aynada algıladığımız şeyin bizdeki beden imgesini ya da bedenimiz hakkındaki duygularımızı, benlik kavramımızı ya da birey olarak kendi hakkımızdaki duygularımızı nasıl etkilediğidir. Araştırmacılar beden imajını iki şekilde tanımlamışlardır;

Birincisi, beden imajı değerlendirmedir. Bu bireylerin fiziksel görünüşleri hakkındaki inançlarını ve düşüncelerini değerlendirmeyi içermektedir.

İkincisi, beden imajı yatırımdır. Bu bireylerin görünmek istedikleri şekle ulaşmak için uğraştıkları, performans gösterdikleri bireysel davranışları açıklamaktadır [3]. Araştırmalar ikisi arasında anlamlı ilişkiler bulmuşlardır. Beden imajı ile ilgili olarak yapılan bir araştırmada, erkeklerin benlik algısı, beden imajlarındaki memnuniyetlerinden büyük ölçüde etkilenmektedir [4]. Bireyin sağlıklı gelişimi için bu gelişim görevini başarıyla ergenlik döneminde başarıyla tamamlaması gerekir.

Beden imajı algısı, bozukluğu ve memnuniyeti geçmiş 20–30 yıl içerisinde büyük bir ilgiye sahne olmuştur. Bu çalışmaların çoğu öğrenciler üzerinde yapılmıştır. Daha sonraki çalışmalar kadınlar üzerinde yoğunlaşmıştır. Son çalışmalar ise çocuklar üzerinde yoğunlaşmaktadır [4]. Hangi grup üzerine yoğunlaşırsa yoğunlaşsın, zayıf beden imajı ve memnuniyetsizliğinin, çocuklarda ve ergenlerde

depresif semptomlarla ilişkili olduğu bulunmuştur [5]. Beden imajı bizim sosyal ilişkilerimizde başarılı olmamızda önemli bir yere sahiptir, özellikle gelişen teknoloji beden imajını insanlar için ön plana çıkarmaktadır. Beden imajındaki bozukluk ve hasar insanların sosyal ilişkilerden de kaçınmalarına yol açmaktadır. Newell ve Marks [6] beden imajlarından dolayı psikolojik zorluk yaşayan birçok kişinin, buna benzer olarak sosyal fobi yaşadığını belirtmektedir. Onlar bu durumu bir karşı karşıya gelme ve kaçınma özellikleri ile anlatmaktadırlar. Karşı karşıya gelme daha uyum sağlayıcıyken, kaçınma ise bireyin ileri derecede yetersizlik ve karmaşıklığa düşmesine neden olmaktadır. Kaçınma, korku ve olumsuz yaşantılar ile daha da derinleşmekte, kişinin aktif yaşamının sınırlanmasına yol açmakta ve zararsız olan durumlar bile tehdit edici olarak algılanabilmektedir. Newell ve Marks [6] bu yüzden, kalıplaşmış korku ve kaçınmayı zarar görmüş beden imajının muhtemel tetikleyicisi olarak görmektedir. Bu model, bilişsel-davranışsal yaklaşım içinde bulunan, sosyal kaçınma için mantıklı bir açıklamadır.

Kent [7]'in modeli de bilişsel-davranışçı yaklaşım üzerine temellenmiştir. Görünüm anksiyetesi; görünüm, algılanan sosyal normlardan değişiklik gösterdiğinde ortaya çıkabilir. Bu anksiyete bireyin "tetikleyici olay" ile karşılaştığında artabilir (Bir sosyal olaya davet edildiğinde vücut bozukluğunu herkesin görmesi gibi). Bu model, çeşitli faktörleri içeren ve bu faktörlerle bağlantılı birçok olayla birlikte, görünüm anksiyetesi üzerindeki sosyal normlar ve onun dinamiklerini açıklamaktadır. Buna rağmen bireyler çok geniş savunma stratejileri izlemektedirler ve "tetikleyici olaylar" bu anksiyeteyi açıklamada temel değildir [8].

Bireylerin sağlıklı olarak topluma uyumu için bazı yeterlilikleri kazanması gerekmektedir. Bu yeterlilikler sosyal beceri olarak adlandırılmaktadır. Bu özelliklerin kazanıldığı dönemler bireyin hızlı bir gelişim gösterdiği ergenlik dönemidir. Fakat bazen birey bazı nedenlerden ötürü bu yeterlilikleri kazanamamaktadır. Bu nedenlerden en önemlisi, kendi bedenini kabul etmeyle ilgili gelişim görevini sağlıklı olarak tamamlayamamış olmasıdır. Bunun sonucu olarak kendi bedenine olan olumsuz bakış açısı, sosyal anksiyeteye ve sosyal kaçınmaya neden olmaktadır. Araştırmada üniversite öğrencilerinin bu gelişim görevini ne derece tamamladıklarının belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla, üniversitede farklı bölümlerde

okuyan öğrencilerin beden imajından memnun olma düzeyi ile sosyal beceri düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını, çalışmanın problemini oluşturmaktadır.

## 2. YÖNTEM

### 2.1. Araştırmanın Modeli

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerin beden imajı ve sosyal uyum becerilerinin incelendiği bu araştırma, alan araştırması olup tarama (survey) modeline göre yapılmıştır. Bu yöntemle betimleme araştırmaları da denebilir. Bu modelde, mevcut olayların daha önceki olay ve koşullarla ilişkilerini de dikkate alarak, durumlar arasındaki etkileşimin açıklanması hedef alınır. Bu yöntemle dayanan araştırmalarda, “Durum nedir? Neredeyiz? Ne yapmak istiyoruz? Nereye, hangi yöne gitmeliyiz? Oraya nasıl gideriz?” gibi sorulara, mevcut zaman kesiti içinde olduğu düşünülen verilere dayanılarak cevap bulmak istenir [9].

### 2.2. Evren ve Örneklem

Çalışma evrenini Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesindeki lisans düzeyinde öğrenim gören 1. ve 4. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesinden Eğitim Fakültesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Biga İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Mühendislik Fakültesi, Ziraat Fakültesi, Su Ürünleri Fakültesi, Güzel Sanatlar Fakültesinden, tesadüfi örneklem yoluyla seçilen bölümlerde 1054 1.ve 4. sınıf üniversite öğrencisi oluşturmaktadır.

### 2.3. Verilerin Toplanması

Bu çalışmada Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerin sahip oldukları beden imajı memnuniyet düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla anket uygulaması yapılmıştır. Beden imajını ölçmek için öğrencilere, “Beden Bölgeleri ve Özelliklerinden Hoşnut Olma Anketi [10]’nin uygulanmasına karar verilmiştir. Fakat anket ortaöğretim öğrencilerine uyarlandığı için, üniversite öğrencilerine uygulanıp uygulanamayacağını belirlemek amacıyla geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması olumlu sonuçlar verdikten sonra anket öğrencilere uygulanmıştır. Sosyal Beceri düzeylerinin ölçülmesinde ise “Sosyal Beceri Envanteri [11]” kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan anket sonuçları istatistiksel veriler ışığında analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen veriler bilgisayar ortamında değerlendirilmiş,

istatistikî çözümleme için SPSS programından yararlanılmıştır.

**Beden Bölgelerinden ve Özelliklerinden Hoşnut Olma Anketi:** Bu anket, Berscheid, Walster ve Bohrnstedt’in beden imajı doyumunun ölçülmesinde kullandıkları “Beden İmajı Anketi” temel alınarak Gökdoğan [10] tarafından kültürel özelliklerde dikkate alınarak Türkçe’ye uyarlanmıştır. Fakat anket, ortaöğretime uyarlandığı için, üniversite öğrencilerine uygulanmadan önce, anketin üniversite öğrencilerine uygunluğunun test edilmesi gerekmiştir. Bu amaçla, ilk önce ölçek, bir dil uzmanının kontrolünden geçirilmiştir. Ölçeğimizin kapsam geçerliliği ise üniversitelerde görev yapan alan uzmanlarına başvurularak kontrol ettirilmiştir. Alan uzmanlarının görüşleri doğrultusunda, öğretmen adaylarının beden memnuniyetini ölçmek için, veri toplama aracımızın güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Bu amaçla;

**Test-Tekrar Test Çalışması:** Random yoluyla seçilen 60 üniversite 2. ve 3. sınıf öğrencisi üzerinde 2 aylık bir süre aralığıyla, test-tekrar test yöntemi ile güvenilirlik çalışması yapılmıştır. İlk ve ikinci uygulamaya ait anket formları karşılaştırılarak, maddelerin tümüne verilen toplam puanların korelasyonu “Pearson Çarpım Momentler Korelasyon Katsayısı” ile hesaplanmış ve iki uygulama arasındaki korelasyonun  $r = 0,70$  olduğu ( $p < 0,001$ ) yani anketin iki uygulama arasında yüksek bir korelasyon gösterdiği ortaya konulmuştur. Böylece aracın güvenilir olduğuna karar verilmiştir. Ankette kızlar için 26 madde, erkekler için 27 madde bulunmaktadır. Ankette likert tipi sorular “hiç memnun değilim”, “pek memnun değilim”, “kararsızım”, “oldukça memnunum”, “son derece memnunum” şeklinde 5’li derecelendirme şeklinde yapılmıştır. Gökdoğan’ın anketin uyarlama çalışmasındaki formatına uygun olarak, kızlar, erkeklerin cevapladığı “yüzdeki kıl miktarı” ile ilgili soruyu cevaplamamışlardır.

Yukarıda belirtilen çalışmalar tamamlandıktan sonra, anket uygulanmıştır. Daha sonra bu anketler arasından rastgele seçilen 100 öğrencinin anket formu üzerinde madde analizi çalışması yapılmıştır.

**Madde Analizi Çalışması:** Beden imajından hoşnut olma anketinin ne derece iyi işlediğini, diğer bir ifadeyle anketin amaca ne derece hizmet ettiğini anlamak amacıyla madde analizi çalışması yapılmıştır. Bu amaçla uygulamaya alınan toplam 1054 denek arasından 100 deneğe ait anket formu üzerinde çalışılmıştır.

Madde puanları ile test puanları (anketin tümünden alınan puanlar) arasındaki korelasyon katsayıları, istatistiksel olarak, en az  $\alpha=.01$  düzeyinde anlamlı olmayan ve testin tümünden en yüksek ve en düşük puanları alan denekleri en az  $\alpha=.01$  düzeyinde ayırt etmeyen maddelerin anketten çıkarılması kararlaştırılmıştır. Yapılan madde toplam puanları analizi sonucu, bütün maddelerin  $\alpha=.01$  düzeyinde anlamlı olduğu görülmüştür.

Yapılan Cronbach Alfa değerlerinin ölçülmesi sonucunda anketin Cronbach Alfa değerinin 0,91 olduğu görülmüştür ve böylece anketin güvenilir olduğu sonucuna varılmıştır.

**Sosyal Beceri Envanteri:** Sosyal Beceri Envanteri 1986 yılında Riggio tarafından geliştirilmiş ve 1989 yılında yeniden gözden geçirilerek bugünkü şeklini almış bir ölçme aracıdır. Bu envanter Yüksel [12] tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Envanterin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması üniversite öğrencileri üzerinde Yüksel [12] tarafından yapılmıştır. Envanter 90 maddeden ve altı alt ölçekten oluşmaktadır. Sosyal anlatımcılık, sosyal kontrol, sosyal duyarlılık, duyuşsal anlatımcılık, duyuşsal kontrol, duyuşsal duyarlılık alt ölçekleri bulunmaktadır. 5'li derecelendirme ise "hiç benim gibi değil", "biraz benim gibi", "benim gibi", "oldukça benim gibi", "tamamen benim gibi" şeklinde sıralanmıştır. Sosyal Beceri Ölçeğine ait alt boyutlar şunlardır;

**Duyuşsal Anlatımcılık:** Bireylerin sözel olmayan iletişim becerilerine özellikle duyuşsal mesajları gönderme becerilerine duyuşsal anlatımcılık adı verilir.

**Duyuşsal Duyarlılık:** Bireyin başkalarından gelen sözel olmayan mesajları alma ve çözümleme becerilerini ifade etmektedir.

**Duyuşsal Kontrol:** Bireyin, belli başlı duyguları yetenekli bir şekilde birleştirme ve bu duyguları bir maske altında gizleme becerilerini kapsar.

**Sosyal Anlatımcılık:** Bireyin, sosyal iletişim kurma ve iletişime katılma becerilerini ifade etmektedir.

**Sosyal Duyarlılık:** Bireylerin, başkalarının sözel mesajlarını çözümleme becerilerini ve bunun yanı sıra bireylerin uygun sosyal davranışlarını yönlendiren normları anlamayı ve bireysel duyarlılığı değerlendirmeyi içermektedir.

**Sosyal Kontrol:** Bireyin, sosyal rol oynama ve bireyin sosyal olarak kendini ortaya koyma becerilerini ifade etmektedir [11].

#### 2.4. Verilerin Çözümü ve Yorumlanması

Araştırmada kullanılan anket sonuçları istatistiksel veriler ışığında analize tabi tutulmuştur. Araştırma sonucunda elde edilen veriler bilgisayar ortamında değerlendirilmiş, istatistikî çözümleme için SPSS programından yararlanılmıştır. Elde edilen sonuçlar ayrıntılı olarak verilmiştir. Sonuçları değerlendirmede, beden imajının cinsiyete göre değişip değişmediğini incelemede t testi, cinsiyet ve beden imajının sosyal beceri düzeyine göre farklılığını analiz etmede regresyon analizi kullanılmıştır.

### 3. BULGULAR VE YORUM

Araştırmanın bu bölümünde, üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyleri ve genel sosyal beceri düzeyleri ilk önce cinsiyet değişkenine göre incelenmiş, daha sonra üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkiye bakılmıştır.

#### 3.1. Üniversite Öğrencilerinin Beden Memnuniyeti Düzeyleri

**Tablo 1.** Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Beden Memnuniyeti Puanları Arasındaki Farklık

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SK	sd	t	p
Erkek	482	4.11	.54	1051	8.089	.000*
Kız	571	3.84	.49			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Bireylerin beden memnuniyetine yönelik tutumları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [ $t_{(1051)}=8.08$ ,  $p<.05$ ]. Erkek üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti ( $\bar{X}=4.11$ ), kız üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}=3.84$ ) beden memnuniyetine göre daha olumludur. Bu bulgulara göre farklılığın erkeklerin lehine olduğu söylenebilir. Yani erkek üniversite öğrencileri kız üniversite öğrencilerine göre bedenlerinden daha memnundurlar. Tiggeman [13], tarafından yapılan bir çalışma bu bulgumuzu desteklemektedir. Bu çalışma beden memnuniyetsizliğiyle ilgili olarak, özellikle kızların yaşam boyunca sıkıntıları olduğunu göstermektedir. Genç erkekler, genç kızlara göre, daha iyi bir beden imajına sahip olarak bulunmuşlardır.

Araştırma bulgularını destekleyen diğer bir çalışmada ülkemizde Çok [14] tarafından yapılmıştır. Sonuçlar, erkeklerin kızlara göre bedenlerinden daha memnun olduklarını ortaya

koymaktadır. Diğer çalışmalarda da görüldüğü gibi, sonuçlar erkek üniversite öğrencilerinin kız üniversite öğrencilerine göre bedenlerinden daha memnun olduğuna ilişkin bulgularla tutarlılık göstermektedir.

### 3.2. Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeyleri

Burada, üniversite öğrencilerinin genel sosyal beceri düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tabloleştirilmiştir.

**Tablo 2.** Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Sosyal Beceri Düzeyi Toplam Puanlarına İlişkin Bulgular

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SKsd	tt	p	
Erkek	572	2.82	.70	1052	5.01	.000*
Kız	482	3.01	.53			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Araştırma sonuçları bireylerin sosyal beceri düzeylerine yönelik tutumlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiğini ortaya koymaktadır [t<sub>(1052)</sub>=5.01, p<.05]. Erkek üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeyleri ( $\bar{X}$  =2.82), kız üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}$  =3.01) sosyal beceri düzeylerine göre düşüktür. Bu bulgulara göre farklılığın kızların lehine olduğu söylenebilir. Buna göre, kızlar sosyal beceri yönünden erkeklerden daha başarılı bulunmuşlardır. Çalışmanın bulguları Deniz ve arkadaşları [15]'nin bulgularıyla da tutarlılık göstermektedir. Deniz ve arkadaşları tarafından yapılan bir çalışmada da, kızların toplam sosyal beceri puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

### 3.3. Üniversite Öğrencilerinin Beden Memnuniyeti Düzeyleri ile Sosyal Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

**Tablo 3.** Üniversite Öğrencilerinin Beden Memnuniyeti Düzeyleri İle Duyuşsal Sosyal Beceriler Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

	Duyuşsal Anlatımcılık	Duyuşsal Duyarlılık	Duyuşsal Kontrol
<b>Pearson Korelasyon</b>	.055	.145**	.082**
<b>Beden Memnuniyeti</b>			
<b>Sig (2tailed)</b>	.074	.000	.008
<b>N</b>	1054	1054	1054

\*\* .01 düzeyinde anlamlı

\*.05 düzeyinde anlamlı

Tablo 3, incelendiğinde üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyleri ile duyuşsal anlatımcılık (r= .055, p<.01) duyuşsal duyarlılık (r=.145, p<.01) ve duyuşsal kontrol (r= .082, p<.01) becerileri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Buna göre beden memnuniyeti arttıkça, duyuşsal sosyal becerilerin de arttığı söylenebilir. Korelasyon değerlerine baktığımızda çok yüksek değerler olmamasına rağmen, anlamlı sonuçların çıkmasını örneklemin büyüklüğüne de bağlayabiliriz. Fakat bu duruma rağmen sonuçlar bizim değerlendirme yapmamız için yeterli düzeydedir.

**Tablo 4.** Üniversite Öğrencilerinin Beden Memnuniyeti Düzeyleri İle Sözel Sosyal Beceriler Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

	Sosyal Anlatıcılık	Sosyal Duyarlılık	Sosyal Kontrol
Pearson Korelasyon	.192**	.119**	.245**
Beden Memnuniyeti	Sig (2tailed)	.000	.000
	N	1054	1054

\*\* .01 düzeyinde anlamlı

\* .05 düzeyinde anlamlı

Tablo 4 incelendiğinde ise, üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyleri ile sosyal anlatıcılık ( $r=.192$ ,  $p<.01$ ) ve sosyal kontrol ( $r=.245$ ,  $p<.01$ ) özellikleri arasında pozitif ve sosyal duyarlılık ( $r=.119$ ,  $p<.01$ ) özellikleri arasında ise negatif bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu durumda üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyi arttıkça sosyal anlatıcılık ve sosyal kontrol düzeylerinin de arttığını, beden memnuniyeti düzeyi azaldıkça sosyal duyarlılık düzeylerinin arttığını söyleyebiliriz.

**Tablo 5.** Üniversite Öğrencilerinin Beden Memnuniyeti Düzeyleri İle Genel Sosyal Beceriler Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

Beden Memnuniyeti	Pearson Korelasyon	Genel Sosyal Beceri
	.182**	
	Sig (2tailed)	.000
	N	1054

\*\* .01 düzeyinde anlamlı

\* .05 düzeyinde anlamlı

Üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyleri ile genel sosyal beceri düzeylerini karşılaştırdığımızda, üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyi ile sosyal beceri düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ( $r=.182$ ,  $p<.01$ ). Bu durumda, üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyi arttıkça sosyal beceri düzeylerinin de arttığını söyleyebiliriz.

#### 4. SONUÇ

Bedensel özelliklerini kabul etmek ve bedenini etkili bir biçimde kullanmak, ergenlik dönemindeki en önemli gelişim görevlerinden biridir. Beden imajından memnun olmanın, özellikle ergenlik döneminde en yoğun problem durumunu teşkil ettiği araştırma bulgularıyla da desteklenmektedir [5,16]. Yapılan araştırmalar özellikle kızların, bu konuda büyük endişeye sahip olduklarını göstermektedir [13,14,17,18,19].

Bu araştırma sonuçlarıyla tutarlı olarak cinsiyete göre üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeylerini incelediğimizde, kızların erkeklere daha düşük beden memnuniyetine sahip olduğu görülmüştür. Kızlarda beden memnuniyeti kızların erkeklere göre daha düşük olmasına rağmen, bedenlerinden memnuniyet seviyeleri yüksektir. Bulduğumuz sonuçlar yapılan birçok araştırma sonuçları ile de tutarlılık göstermektedir. Bu araştırma sonuçlarına göre de erkekler kızlara göre bedenlerinden daha memnundurlar.

Yapılan araştırmalar, beden imajı memnuniyetsizliğinin büyük ölçüde çevreden alınan mesajlardan kaynaklandığını göstermektedir. Bireylerin aldığı bu mesajlar, onların sosyal beceri düzeylerini de etkilemektedir [19]. Yaptığımız araştırmanın sonuçları da yapılan bu diğer araştırmalarla tutarlılık göstermektedir.

Çalışmada ilk önce üniversite öğrencilerinin genel sosyal beceri düzeyi kabul edilmiş, daha sonra beden memnuniyeti ve sosyal beceri arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Sosyal beceri ölçeğinden alınan genel puan ortalamalarına baktığımızda kızların erkeklere oranla daha yüksek puan aldıkları görülmektedir. Çalışmamızın bulguları Deniz ve arkadaşlarının [15] bulgularıyla da tutarlılık göstermektedir. Deniz ve arkadaşlarının [15] çalışmalarında kızların toplam sosyal beceri puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Araştırma bulgularımıza göre, beden imajı memnuniyeti bireyin duyuşsal sosyal becerileri ile pozitif yönde ilişkilidir. Yani beden imajından memnun alan bir birey sözsüz mesaj alma, sözsüz mesaj gönderme, sözsüz mesajları etkili bir şekilde kontrol etme becerilerinde de kendini başarılı görmektedir.

Bunun yanı sıra beden memnuniyeti sözel sosyal becerilerden sosyal anlatıcılık ve sosyal kontrol ile pozitif yönde ilişkiliyken, sosyal duyarlılık ile negatif yönde ilişkili olarak bulunmuştur. Bunun birkaç sebebi olabilir; birincisi beden imajı zayıf olan bir birey kendisi sosyal olarak sıkıntı yaşadığından dolayı,

karşıdaki bireylere karşı daha empatik bir anlayış geliştirmiş olabilir. Çünkü kendisi sosyal olarak acı çekmektedir ve karşıdaki kişinin bu duyguyu yaşamasını istememektedir. İkinci olarak beden memnuniyeti yüksek birey kendine daha fazla güven duyabilmektedir. Kendisi sosyal olarak bu konuda bir acı ya da zorluk yaşamadığından daha düşük bir empatik anlayış geliştirmiş olabilir.

Üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti ile genel sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkiye bakıldığında, aralarında pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre beden memnuniyetinin bireyin sosyal becerileri üzerinde etkisi olduğunu söyleyebiliriz. Araştırma sonuçları bize, beden memnuniyetinin bireylerin tamamlaması gereken çok önemli bir gelişim görevi olduğunu göstermektedir. Bu gelişim görevini tamamlamayan birey hayat boyu bunun acısını çekecektir. Bu problem bireyin sosyal hayatına da olumsuz yansiyarak, psikolojik problemler yaşamasına sebep olacaktır. Bu yüzden, bireye ilköğretimden itibaren uygun psikolojik danışma ve rehberlik yardımı sağlanmalıdır.

#### KAYNAKLAR

- Adams, F. J. (1995) "*Ergenliği Anlamak*". Ankara: İmge Yayınevi.
- Gander J. M. ve H. W. Gardiner. (1998) "*Çocuk ve Ergen Gelişimi*(Bekir Onur, Çev.)", Ankara: İmge Yayınevi.
- Morrison, T. G., Kalin, R. ve Morrison, M. A. (2004) "Body Image Evaluation and Body Image Investment Among Adolescents: A Test of Sociocultural and Social Comparison Theories." *Adolescence*, 39: 571-592.
- Furnham, A., Badmin, N., Sneade I. (2002) "Body Image Dissatisfaction: Gender Differences in Eating Attitudes, Self Esteem and Reasons For Exercise." *The Journal of Psychology*, 136(6): 581-596.
- Rinderknecht, K. and Smith, C. (2002) "Body Image Perceptions Among Urban-Native American Youth." *Obesity Research*, 10(5): 315-327.
- Newell, R. and Marks, I. (2000) "Phobic Nature of Social Difficulty in Facially Disfigured People." *British Journal of Psychiatry*, 176: 177-181.
- Kent, G. (2000) "Understanding the Experiences of People with Disfigurements: An Investigation of Four Models of Social and Psychological Functioning." *Psychology, Health and Medicine*, 2(5): 117-129.
- Rumsey, N. and Hercaut, D. (2004) "Body Image and Disfigurement: Issues and Interventions." *Body Image*, 1(1): 83-97.
- Kaptan, S. (1998) "*Bilimsel Araştırma ve İstatistik Teknikleri*." Ankara: Bilim Yayınları.
- Gökdoğan, F. (1988) "*Ortaöğretime Devam Eden Ergenlerde Beden İmajından Hoşnut Olma Düzeyi*" (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yüksel, G. "*Sosyal Beceri Envanteri El Kitabı*." Ankara: Asil Yayınevi, (2004).
- Yüksel, G. (1998) "Sosyal Beceri Envanterinin Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlilik ve Güvenirlilik." *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(9): 39-48.
- Tiggeman, M. (2004) "Body Image Across The Adult Life Span: Stability and Change." *Body Image*, 1(1): 29-41.
- Çok, F. (1990) "Body Image Satisfaction in Turkish Adolescents." *Adolescence*, 25(98): 409-413.
- Deniz, M. E., Hamarta, E. and Arı, R. (2005) "An Investigation of Social Skills and Loneliness Level of University Students With Respect to Their Attachment Styles in A Sample of Turkish Adolescents." *Social Behaviour and Personality*, 33(1): 19-32.
- Marcotte, D., Fortin, L., potvin P. & Papillon, M. (2002) "Gender Differences in Depressive Symptoms During Adolescence: Role of Gender Typed Characteristics, Self Esteem, Body Image, Stressful Life Events and Pubertal Status." *Journal of Emotional and Behavioral Disorder*, 10(1): 29-42.
- Konstanski, M. and E. Gullone. (1998) "Adolescent Body Image Dissatisfaction: Relationship with Self Esteem, Anxiety and Depression Controlling For Body Mass." *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 39(2): 255-262.
- Smolak, L. (2004) "Body Image in Children and Adolescents: Where Do We Go From Here?" *Body Image*, 1(1): 15-28,
- McCabe, P. M. and Ricciardelli, L. A. (2004) "A Longitudinal Study of Pubertal Timing and Extreme Body Change Behaviors Among Adolescent Boys and Girls." *Adolescence*, 39(153): 145-166.