

## **Üniversite Öğrencilerinin Beden İmgesi Hoşnutluğu ve İletişim Becerilerinin İncelenmesi**

Münevver HACIOĞLU

Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimler Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü.

### **Özet**

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin beden imgesi hoşnutluğu ve iletişim becerilerinin yaş, cinsiyet, spor yapma durumu açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Celal Bayar Üniversitesi'nin BESYO, Eğitim ve Fen Edebiyat Fakültesinde aktif olarak öğrenim gören, tesadüfi örneklem yöntemiyle seçilmiş 342 kişinin gönüllü katılımı sağlanmıştır. Araştırmaya katılanların 171'i aktif olarak spor yaptığını belirtirken 170'i spor yapmadığını belirtmiş, 1 kişi ise spor yapma durumunu cevapsız bırakmıştır. Araştırmada, Berscheid, Walster, Bohrnstedt (1973) tarafından geliştirilen ve Türkiye'ye uyarlaması Gökdoğan (1988) tarafından yapılan "Beden Bölgesi ve Özelliklerinden Hoşnut Olma Ölçeği" (BİHÖ) ve Ersanlı ve Balcı (1996) tarafından geliştirilen "İletişim Becerileri Ölçeği" (İBÖ) veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Yapılan istatistiksel analizler sonucu katılımcıların beden imgelerinden hoşnutluk düzeyleri; cinsiyete, yaşa, spor yapma durumuna, sporla ilgilenme derecesine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı gözlemlenmiştir. İletişim becerileri ise cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermezken, yaşa, spor yapma durumuna, sporla ilgilenme derecesine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Ayrıca yapılan korelasyon analizi sonucunda beden memnuniyeti ve iletişim becerileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yaş ile beden memnuniyeti arasında anlamlı bir ilişki görülmezken, iletişim beceriyle pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

*Anahtar Kelimeler:* Beden Hoşnutluğu, İletişim Becerileri, Spor

## **The Determination of Body Image and Communication Skills of University Students**

### **Abstract**

The determination of body image satisfaction and communication skills with regard to age, sex, dealing with sport of university students has aimed in this work. In this study, 342 volunteer participants who were chosen with random sample method and who study actively, have provided from Physical Education and Sport Academy (BESYO), Faculty of Education and Science departments of Celal Bayar University. The 171 of participants have expressed that they dealing with sport actively but another 170 of them indicated that they have not, in the study. One of them has left unanswered his dealing with sport situation. During the study, "Body and Satisfaction of Feature Scale" (BİHO) which developed by Berscheid, Walster, Bohrnstedt (1973) and adapted to Turkey by Gökdoğan (1988) and "Communication Skills Scale" (İBÖ) which developed by Eranlı and Balcı (1996) have used as a data collecting tool. In consequence of statistical analyses, participants' body image satisfaction level have shown significant difference in terms of sex, age, sporting and dealing with sport degree. While communication skills have not shown significant difference in terms of sex, it has shown significant difference in terms of age, sporting and dealing with sport degree. Additionally, as a result of correlation analyse, positively significant relation has found between body satisfaction and communication skills. And, while there is no significant relation between body satisfaction and age, positively significant relation has found with communication skills.

*Keywords:* Body Satisfaction, Communication Skills, Sport

## Giriş

Beden biyolojik ve nesnel bir varlık olmanın ötesinde toplumsaldır ve toplumsal yönü ağır basan bir varlıktır (Saygılı, 2005). Biçimi, kütlesi ve rengiyle varlığın maddi bölümünü oluştururken, cinsiyet, ırk ve cinsellik olarak tanımlanan, birçok kimliğin konumlandığı yer olması dolayısıyla toplumsallığı temsil etmektedir (Kara, 2011). Bedenin toplumsal olarak değerlendirilmesi 1980'li yıllarda başlamıştır. Bu yıllarda beden sosyolojik bir tartışma unsuru haline gelerek toplumsal ve kültürel yapı içerisinde değerlendirilmiş (Şensoy, 2013), ve bu değerlendirme süreciyle birlikte bireylerin beden imgelerini algılamaları da çeşitlenmiş ve tanımlamalara gidilmiştir.

Beden imgesi, yaşamımıza yön veren, iletişimimizi belirleyen bedenimiz hakkında oluşturduğumuz imge (Ertürk, 2006) zihnimizde vücudumuzun ölçüsü ve şeklini tanımlamanın bir yoludur (Kurt ve ark., 2012). Beden algısı ise, kişinin vücudunu nasıl gördüğü ve hissettiğinin dinamik algısıdır ve algılar, duygular, fiziksel hisler (Croll, 2005), sosyal ilişkiler ağı içinde öteki bireye göre belirlenmesi nedeniyle, kültürel idealler, söylemler, medya, reklam ve tıp söylemleri (Dedeoğlu, Savaşçı, 2005) tarafından şekillenir ancak sürekli değildir. Ruh haline, fiziksel deneyimlere ve çevreye göre değişebilir (Croll, 2005) bir kavramdır.

Günümüz modern toplumlarında genç kalmak, ince olmak, yaşlanmayı olabildiğince geciktirmek, sağlıklı, fit bir bedene sahip olmak gibi batı kaynaklı ideal beden formları (Ersöz, 2010), televizyon programları, reklamlar, billboardlar, magazin dergilerindeki yazılar (Oğuz, 2005) aracılığıyla yayılmakta ve bireyler yoğun olarak bu ideal beden formlarına maruz kalmaktadır. Bu standartlara göre bedenleriyle ilgili tutum geliştiren kişilerde, ideal ölçülerden uzaklaşma, kişilerin kendilik değerlendirmelerinde farklılığa yol açmaktadır. Çünkü, kişinin bedenine ve beden uzuvlarına belli anlamlar yüklemesi, özgüven, kendine saygı (benlik saygısı), kendilik algısı, kimlik ve kişilik kavramları ile yakından ilişkilidir (Aslan, 2004). Bu bakımdan ideal beden formlarını içselleştirmek ve ulaşmaya çalışmak, bireylerde beden imajı hoşnutsuzluklarına, kendine güvenin azalmasına, bireylerin sağlıksız davranışlar geliştirmesine neden olmaktadır (Krishen, 2011). Kendini fiziksel açıdan olumlu değerlendiren bireylerin benlik saygısı yükseleceği gibi kişiler arası ilişkilerde de daha güvenli ve işlerinde daha başarılı olacağı (Aslan, 2004) düşünülmektedir.

Bireylerin sosyalleşmesinde ve kimlik kazanmasında önemli bir araç olan iletişim (Bilgin, 2004), bilginin, fikirlerin, duyguların, becerilerin, simgeler kullanılarak

iletirme sürecidir. İletişim becerileri ise sözel olan ve olmayan mesajlara duyarlılık, etkili olarak dinleme ve etkili olarak tepki verme süreci olarak adlandırılır (Erözkan, 2010). Etkili iletişim kurabilme hemen her ilişki için önemli bir etmenken, etkili iletişimin gerçekleşmemesi durumunda özellikle ergen bireylerde ve gençlerde saldırgan tutum ve davranışların geliştiği tespit edilmiştir ( Comelius ve ark., 2010).

İletişim becerilerini etkileyen pek çok faktör vardır ve fiziksel görünüm kişiler arası iletişimi etkileyen önemli unsurlardan biridir (Dökmen, 1994). Çünkü kişinin kendini fiziksel olarak nasıl imgelediği, beden duruşuna ve dolayısıyla da iletişim örüntüsüne yansımaktadır. Eğer kişi olumlu bir benlik saygısı geliştirebilmişse bu durum iletişim becerilerine de etkilemektedir ( Ertürk, 2006).

Spor sağlıklı bir beden imgesinin ve pozitif benlik kavramının gelişmesinde önemli bir araçtır (Çelikkol, 2008). Bu nedenle bedende meydana gelen türlü değişiklik bireyin benlik saygısını, olumlu ya da olumsuz karakter özellikler geliştirmesini (Ertürk, 2006 ), ve de iletişim yeteneğini etkileyeceği düşünülmektedir. Çünkü fiziksel görünümüyle ilgili olumsuz bir algıya sahip olan bireylerin bedensel görünümüleri nedeniyle yeni insanlarla tanışmaktan ve sosyal ortamlara girmekten kaçındıkları (Doğan ve ark. 2011; Öngören, 2015) pek çok araştırmada belirtilmektedir. Özellikle Atik ve Örtten (2008)'in İzmir ilinde ideal beden algısı üzerine yaptığı araştırmaya katkı sağlayan katılımcıların, ideal bedene sahip olmanın sosyal yaşantıdaki olumlu etkilerine dair ifadeleri araştırmamızın amacını belirlemiştir. Katılımcılar ideal bedene sahip olmanın sağladığı faydaları belirtirken insanları etkileme gücü, insanlarla kolay iletişim kurma, akılda kalma gibi ifadelerde bulunmuşlardır.

Bu nedenle çalışmamızın amacı, üniversite öğrencilerinin beden imgesi hoşnutluğu ve iletişim becerilerini yaş, cinsiyet, spor yapma durumu açısından ve de beden imgesi hoşnutluğu ve iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır.

**Yöntem****Araştırma Modeli**

Bu çalışma, Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti ve iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelendiği betimsel bir çalışma olup nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır

**Çalışma Grubu**

Araştırmanın çalışma grubunu Celal Bayar Üniversitesinin BESYO (137, %40,1), Fen Edebiyat ( 105, % 30,7), Eğitim Fakültelerinde (100, %29,2) eğitim gören toplam 342 öğrenci oluşturmaktadır. Öğrencilerin 171'i aktif olarak spor yaptığını belirtirken, 170'i spor yapmadığını, 1 kişi ise spor yapma durumunu cevapsız bırakmıştır.

Araştırmaya katılanlar 17 -29 yaş aralığındadır. Katılımcıların % 42.3 kız, %57.7'si erkektir. Katılımcılardan sporla uğraşanlar % 49.9 iken sporla uğraşmayanlar % 49.6'dır. %0.6'sı ise soruya cevap vermemiştir. % 40.8 amatör düzeyde sporla uğraşırken, % 10, 8'i profesyonel düzeyde sporla uğraşmaktadır.

**Veri toplama araçları**

Araştırmada öğrencilerin beden bölgelerinden hoşnutluğunu ölçmek amacıyla Beden Bölgesi ve Özelliklerinden Hoşnut Olma Ölçeği ve İletişim Becerileri Ölçeği kullanılmıştır. Öğrencilerin kişisel özelliklerinin belirlenmesi amacıyla araştırmacı tarafından kişisel bilgi formu geliştirilmiştir.

*İletişim Becerileri Ölçeği (İBÖ)*, iletişim Becerileri Envanteri ilk olarak Balcı (1996) tarafından geliştirilmiştir. Ersanlı ve Balcı (1998) tarafından son hali verilen envanter 45 maddeden oluşan 5'li likert türü bir ölçektir. Test-tekrar test yöntemi ile yapılan güvenirlik çalışması sonucunda Cronbach's Alfa güvenirlik katsayısı .68, test yarılama yöntemi ile yapılan çalışmada Cronbach's Alfa güvenirlik katsayısı .64 bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılığını belirlemek amacıyla uygulanan Cronbach Alpha katsayısı .72 olarak bulunmuştur. iletişim becerileri envanterinin toplam puanı ile alt ölçekler arasında .001 düzeyinde ve alt boyutların kendi içinde .001 korelasyon bulunmuştur (Ersanlı ve Balcı, 1998).

*Beden Bölgesi ve Özelliklerinden Hoşnut Olma Ölçeği*, bireylerin beden bölgelerinden hoşnut olma düzeylerini ölçmek için Berscheid ve ark. (1973)

tarafından geliştirilen ve Türkiye'ye uyarlaması Gökdoğan (1988) tarafından yapılan "Beden Bölgesi ve Özelliklerinden Hoşnut Olma Ölçeği" kullanılmıştır. Envanterde kızlar için 26, erkekler için 27 madde bulunmaktadır. Maddeler "son derece hoşnut olma ile pek hoşnut olmama" arasında beşli dereceleme ölçeği kullanılarak değerlendirilmiştir. Puanın yüksekliği beden imgesinden hoşnutluğu ifade etmektedir. Ölçeğin geçerliği için uzman görüşüne başvurularak görünüş geçerliği yapılmıştır. Güvenirlik çalışması için test-tekrar test yöntemi uygulanmış ve korelasyon katsayısı  $r=0.88$  bulunmuştur.

*Kişisel Bilgi Formu*, bu form araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Kişisel bilgi formunda katılımcıların cinsiyet, yaş, öğrenim gördüğü fakülte, aktif olarak spor yapma durumu ve uğraştığı spor dalıyla ilgilenme derecesi gibi sorular yer almıştır.

### Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin analizi için SPSS 21<sup>TM</sup> paket programından yararlanılmıştır. Katılanların genel profillerinin belirlenmesi adına tanımlayıcı istatistikler verilmiştir. Daha sonra gruplar arası farklılıkların tespit edilmesi için bağımsız örneklem t-testi ve tek yönlü varyans analizleri kullanılmıştır. Belirlenen grupların ortalamaları arasındaki farklılıkların anlamlı olup olmadığı bu şekilde test edilmiştir. Bunun yanında beden memnuniyeti ve iletişim becerileri faktörlerinin birbirleri ile olan doğrusal ilişkisinin ortaya çıkarılması için Pearson korelasyon analizinden faydalanılmıştır. Tüm testlerde istatistiksel güven düzeyi %95 olarak belirlenmiş ve sonuçlar buna göre yorumlanmıştır.

### Bulgular

**Tablo 1:** Üniversite Öğrencilerinin Beden İmgesi Hoşnutluğu ve İletişim Becerilerinin cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırılması

Faktörler	Cinsiyet	Sayı	Ortalama	S.S.	t	p
Beden Memnuniyeti	Kız	144	3,92	0,65	3,43	0,01*
	Erkek	198	4,19	0,76		
İletişim Becerileri	Kız	144	161,06	25,42	-0,92	0,355
	Erkek	198	163,87	29,17		

Tablo 1'de Üniversite öğrencilerinin beden imgesi hoşnutluğu ve iletişim becerilerinin cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırması verilmektedir. Buna göre, iletişim becerilerinde cinsiyet değişkeni açısından farklılığa rastlanamazken ( $p>0.05$ ), beden imgesi hoşnutluklarında farklılığa rastlanmıştır ( $p<0.05$ ). Erkek öğrencilerin beden

imgesi hoşnutluk düzeyi (4.19), kız öğrencilerinkinden (3.92) daha yüksek bulunmuştur.

**Tablo 2:** Üniversite Öğrencilerinin Beden İmgesi Hoşnutluğu ve İletişim Becerilerinin Aktif Olarak Sporla Uğraşma Durumu Açısından karşılaştırılması

Faktörler	Sporla Uğraşma	Sayı	Ortalama	S. S.	t	p
Beden Memnuniyeti	Evet	171	4,31	0,72	6,23	0,00*
	Hayır	170	3,85	0,65		
İletişim Becerileri	Evet	171	166,30	24,82	2,42	0,016*
	Hayır	170	159,1	29,95		

Tablo 2 incelendiğinde aktif olarak sporla uğraşmanın gerek beden memnuniyeti gerekse iletişim becerileri üzerinde etkili olduğu söylenebilir. Nitekim aktif olarak sporla uğraşan öğrencilerin beden memnuniyetleri ortalamasının uğraşmayanlara göre daha yüksek çıktığı görülmüştür.

**Tablo 3:** Üniversite Öğrencilerinin Beden İmgesi Hoşnutluğu ve İletişim Becerilerinin Uğraşılan Sporla İlgilenme Derecesi Açısından karşılaştırılması

Faktörler	Sporla Uğraşma	Sayı	Ortalama	S.S.	t	p
Beden Memnuniyeti	Amatör	134	4,26	0,73	-2,58	0,01*
	Profesyonel	37	4,59	0,51		
İletişim Becerileri	Amatör	134	166,63	25,14	-0,208	0,835
	Profesyonel	37	167,6	24,98		

Tablo 3 incelendiğinde profesyonel olarak sporla uğraşan öğrencilerin beden memnuniyetleri ortalamasının (4,59) daha yüksek olduğu görülmektedir. Bağımsız örneklem t-testi sonuçlarına göre profesyonel olarak sporla ilgilenmenin beden memnuniyeti üzerinde etkili olduğu görülmüştür. İletişim becerileri ile sporla ilgilenme derecesi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

**Tablo 4:** Üniversite Öğrencilerinin Beden İmgesi Hoşnutluğu ve İletişim Becerilerinin Yaş Grupları Açısından karşılaştırılması

	Gruplar	n	Ort.	S.S.	p	Anlamlı Fark
Beden Memnuniyeti	17-21 Yaş	190	4,18	0,72	0,013	1>2
	22-25 Yaş	129	3,96	0,65		
	26-29 Yaş	23	3,88	1,02		
İletişim Becerileri	17-21 Yaş	190	167,60	27,36	0,000	1>2 1>3
	22-25 Yaş	129	157,90	27,62		
	26-29 Yaş	23	148,96	21,15		

Gruplar: 1.grup 17-21 yaş, 2.grup 22-25 yaş, 3.grup 29-29 yaş

Tablo 4 incelendiğinde yaş grupları için yapılan varyans analizi sonucunda, yaşın beden memnuniyeti üzerinde etkili bir faktör olduğu görülmektedir. Yapılan post-hoc analizi sonucunda, Beden memnuniyeti açısından farklılığın 17-21 yaş grubundan kaynaklandığı görülmektedir. Yine aynı tabloya göre yaşın iletişim becerileri üzerinde etkili olduğu görülmektedir. İletişim becerileri açısından farklılık yaratan yaş gruplarının 17-21 yaş grubu olduğu söylenebilir.

**Tablo 5:** Üniversite Öğrencilerinin Yaş, Beden Memnuniyeti ve İletişim Becerileri Arasındaki Korelasyon

	Beden Memnuniyeti	İletişim Becerileri
İletişim Becerileri	.232**	1
Yaş	-0.740	-0.226**

N=342 \*\*P< 0.01

Tablo 5'e bakıldığında yapılan korelasyon analizi sonucunda Beden Memnuniyeti faktörü ile İletişim Becerileri faktörleri arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyde (0.232) bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Ayrıca öğrencilerin yaşları ile iletişim becerileri arasında negatif yönlü zayıf (-0,226) bir ilişkinin olduğu yine bu tablodan görülmektedir. Ancak beden memnuniyeti ve yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

### Tartışma ve Sonuç

Araştırma sonucuna göre; Tablo 1 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre iletişim becerilerinde anlamlı farklılık görülmezken ( $0,355 > p > 0,05$ ), beden memnuniyetinin anlamlı düzeyde farklılaştığı ( $p < 0,01 < 0,05$ ) ortaya çıkmıştır. Sonuç beden memnuniyeti açısından incelendiğinde erkeklerin beden memnuniyeti puanı (4,19), kızların beden memnuniyeti puanından anlamlı düzeyde yüksek (3,92) bulunmuştur. Araştırma sonucunun erkekler lehine sonuçlanması, bayanların fiziksel görünümüne erkeklerden daha çok önem vermesinden ayrıca kadınların fiziksel görünümleri hakkında erkeklerden daha fazla eleştiriye maruz kalmalarından kaynaklandığı düşünülebilir.

Bayan ve erkeklerin spora yönelme nedenleri üzerine yapılan araştırmalara bakıldığında (Yüksel, 2014), kadınların yaşlanmayı geciktirmek, zinde olmak, düzgün bedene sahip olmak, kilo vermek, formda kalmak gibi nedenlerle spora yöneldiği (Özdiñç, 2005) sonucuna ulaşılmıştır. Erkeklerin ise sosyal çevre edinmek eğlenmek, topluluk duygusu yaşamak, para ve saygınlık kazanmak (Yüksel, 2014) gibi nedenlerden ötürü spora yöneldikleri ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlar kadınların fiziksel çekiciliğe verdikleri önemi destekler niteliktedir.

Beden memnuniyetinin erkekler lehine sonuçlanması konuyla ilgili yapılmış pek çok çalışma sonucuyla paralellik göstermekte ve araştırma sonucumuzu desteklemektedir (Avan, 2015; Çepikkurt, Çoşkun, Çiftçi, 2014; Doğan ve ark., 2005; Kalafat, Kincal, 2008; Karagöz, Karagün, 2015; Örsel ve ark., 2004; Phares ve ark., 2004; Wood ve ark., 1996).

Araştırmada birçok çalışmanın aksine iletişim becerisi ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ortaya çıkan bu sonuca göre kadın ve erkeklerin iletişim becerisi yönünden farklılaşmadığını söyleyebiliriz. Araştırma sonucunda elde ettiğimiz bu bulguyu destekleyen araştırmalar bulunmakla birlikte (Çavuşoğlu, 2014; Mutlu vd., 2014; Özşaker, 2013; Ulukan, 2012; Yanık, 2015; Yılmaz ve Çimen, 2010), araştırmaların çoğu cinsiyetin iletişim becerilerini etkilediği yönündedir. Bu durum erkek ve kadınların sosyalleşirken farklı davranışlarının onaylanmasına bağlanmış, özellikle bayanların duygularını erkeklere nispeten daha açık ifade edebilmesinden, sosyal ilişkilere daha fazla önem vermesinden kaynaklanmaktadır (Öztürk ve ark., 2011).



Üniversite öğrencilerinin sporla uğraşma durumuna göre beden memnuniyeti ve iletişim becerileri puanlarının farklılaşma durumu incelendiğinde; beden memnuniyetinin yanı sıra iletişim becerilerinin de spor yapanlar lehine sonuçlandığı görülmüştür (Tablo 2). Çıkan sonuç spora katılımın beden memnuniyeti üzerindeki etkisinin yanı sıra olumlu psiko-sosyal özelliklerin gelişimine katkı sağladığını kanıtlar niteliktedir. Fiziksel aktiviteye katılım, erkekler için kaslı ve ince; kadınlar için de daha fit ve ince olma gibi günümüzde yaygın olan estetik ideale benzemeyle ilgili (Brownell, 1991) olduğu için günümüzde pek çok birey beden imajını iyileştirmek için spora yönelmektedir. Bu nedenle spor sonucunda vücutta meydana gelen değişiklikler kişilerin beden memnuniyetinin artmasına neden olduğu söylenebilir. Bu görüşü destekleyen pek çok araştırma mevcuttur (Aşçı ve ark., 1993; Kök, 2005; Heather, Hausenblas ve Downs, 2001; Hausenblas ve Fallon 2006; Neumark-Sztainer ve ark., 2010).

Aktif olarak spor yapan üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerinin spor yapmayanlardan yüksek çıkması, spor yapma ve fiziksel aktivitelere katılmanın özellikle üniversite öğrencilerinin sosyalleşmesine fırsat tanıyarak, iletişim becerilerinin gelişmesini katkı sağlamasından kaynaklandığı (Özşeker, 2013) düşünülmektedir. Ayrıca, sporun iletişim engellerini kaldırması, özgüveni arttırması, sağlıklı davranışlar ve yaşam becerileri kazandırması (Şahin, 2012) gibi nedenlerle sporla uğraşanların iletişim becerilerinin daha yüksek çıktığı düşünülmektedir. Öztürk ve ark. (2009) tarafından yapılan araştırmada Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin iletişim beceri algılarına yönelik puan ortalamaları yüksek bulunurken; yine Öztürk ve ark. (2011) tarafından yapılan bir araştırmada da üniversite takımlarındaki sporcu-öğrencilerin iletişim beceri düzeylerinin spor yapmayan öğrencilerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Dalkılıç,(2011) sportif katılımın iletişim becerisini anlamlı ölçüde etkilediği sonucuna ulaşmıştır. (Yanık, 2015; Yılmaz, Çimen, 2010) BESYO öğrencilerinin ve öğretmenlerinin iletişim becerilerini oldukça yüksek bulmuştur. Tüm bu araştırma bulguları sportif katılımın iletişim becerilerini etkilediği sonucunu desteklemekte ve araştırma bulgumuz ile paralellik göstermektedir. Ancak Tepeköylü ve ark, (2009)'in yaptıkları araştırmada öğrencilerin düzenli olarak bir spor branşıyla ilgileniyor olmaları ile iletişim becerileri arasında anlamlı bir farklılık bulamamıştır. Ayrıca (Çavuşoğlu, 2014; Hergüner ve ark. 1997) yaptıkları çalışmalarda sonucu destekler niteliktedir.

Yaşa göre beden memnuniyetinin farklılaşma durumu incelendiğinde, farkın anlamlı olduğu bulunmuş ve sonuç 17-21 yaş lehine sonuçlanmıştır (Tablo 4). Yaşın beden memnuniyetiyle korelasyonuna bakıldığında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür (Tablo 5). Beden memnuniyetinin 17-21 yaş grubu lehine sonuçlanması, yaş artışının bireylerde beden memnuniyetinin azalmasına neden olmasından kaynaklandığı söylenebilir. Beden memnuniyetine; bireylerin kendileri hakkındaki tutumları, çevrelerinden gelen tepkiler etki ettiği için bireylerin yaşı arttıkça bedeni hakkındaki tutumlarının değişeceği düşünülmüştür. Araştırma neticesinde elde ettiğimiz bu sonuç (Alagül, 2004), Sivert ve Sinanovic (2008), Polce-Lynch ve ark., (1998) yaptığı araştırma sonucu ile örtüşmektedir. Öngören (2015) yaptığı araştırmada beden algısının yaş gruplarına göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Yaşın iletişim becerilerine göre farklılaşma durumu incelendiğinde farkın anlamlı olduğu bulunmuştur ve sonuç 17-21 yaş lehine sonuçlanmıştır (Tablo 4). Yaşın iletişim becerileriyle korelasyonuna bakıldığında ilişkinin negatif yönlü zayıf (-0,226) olduğu ortaya çıkmıştır. Bu sonuca göre, yaş arttıkça iletişim becerilerinin azaldığı söylenebilir. Bu sonuç Bayrak ve Nacar, (2015) ve Dalkılıç, (2011) yaptıkları araştırma bulgusu ile örtüşmektedir.

Çalışmamızda elde ettiğimiz bir diğer bulgu ise profesyonel düzeyde spor yapan öğrencilerin beden memnuniyeti ve iletişim becerilerinin amatör olarak sporla uğraşanlardan yüksek çıkmasıdır. Profesyonel düzeyde sporla uğraşanların beden imgelerinden amatör düzeyde uğraşanlardan yüksek çıkması; spor yapma yılı arttıkça sporcuların yeteneklerinden hoşnut olma seviyelerinin artması, elde edilen yeteneklerin zamanla mükemmelleşmesi, ayrıca elit düzeyde spor yapanların yıllar geçtikçe kaslı vücut gelişimleri nedeniyle bedenlerinden hoşnutluklarının artması (Karagöz, Karagün, 2015) gibi nedenlerden kaynaklandığı düşünülmektedir. Aşçı ve ark., (1993) spor yaşı ve deneyiminin beden memnuniyetini arttırdığı bulgusuna ulaşması, (Pollatouet ve ark., 2010) profesyonel dansçıların amatör dansçılardan daha yüksek beden memnuniyeti skoruna sahip olması gibi sonuçlar araştırma sonucumuzu desteklemektedir.

Sporla ilgilenme seviyesinin iletişim becerisini olumlu düzeyde arttırması, profesyonel sporcuların birçok insan ile farklı şekillerde iletişim kurmak durumunda kalmaları, yaşam tarzları, günlük alışkanlıkları gibi nedenlerde iletişim becerileri de gelişmektedir. Bu durum onların hem dış çevre ile hem de takım arkadaşları ve

antrenörleriyle sağlıklı ilişkiler kurmalarını kolaylaştırmaktadır (Şahin, 2012). Bu nedenle profesyonel düzeyde sporla uğraşanların iletişim becerileri daha yüksek çıktığı düşünülebilir. Araştırma bulgumuzu destekleyen çalışmalar sınırlı olsa da Abakay ve Kuru, (2011) profesyonel ve amatör futbolcuların antrenörler iletişim düzeyi farklılıklarını ortaya koyduğu çalışmayla profesyonel futbolcuların antrenörle olan iletişim düzeylerinin amatör futbolcularınkinden daha yüksek olduğu tespit etmiştir. Şahin (2012) elit sporcular üzerine yaptığı çalışmada elit sporcuların iletişim becerilerini oldukça yüksek bulmuştur.

Son olarak beden memnuniyeti ve iletişim becerileri arasında pozitif yönlü zayıf (0,232) bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu ilişkiyi doğrudan ortaya koyan bir çalışmaya rastlanmasa da beden şeklinde meydana gelen değişiklikler, bireyin sosyal ilişkilerini, özgüvenlerini etkilediği (Öngören, 2015) belirtilmektedir. Bu nedenle araştırmamız sonucunda beden memnuniyeti ve iletişim becerileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin ortaya çıkması beden memnuniyetinin iletişim becerisini etkileyen bir faktör olduğunu doğrulamıştır.

Sporun beden memnuniyetini ve iletişim becerilerini etkileyen bir faktör olarak ortaya çıkması ve daha pek çok pozitif özellikler kazandıran bir faaliyet olması nedeniyle toplumun her kesiminden gençlerin spor aktivitelerine katılıma teşvik edilmesi, gençlere spor yapabilmeleri için imkânlar sunulması gereklidir. Bu sayede toplum olarak gençlerden alacağımız verimin artacağı düşünülmektedir.

### Kaynaklar

- Abakay U, Kuru E. (2011). Profesyonel ve Amatör Futbolcuların Antrenörleri İle İletişim Düzeyi Farklılıklarının Karşılaştırılması. Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi.13(1): 125-13.
- Aslan D. (2004) Beden Algısı İle İlgili Sorunların Oluşturabileceği Beslenme Sorunları 13(9): 326-329.
- Aşçı F.H, Gökmen H, Tiryaki G, Aşçı A, Zorba E. (1993) Sportif Katılımın Lisesi Erkek Öğrencilerin Beden Bölgelerinden Hoşnut Olma Düzeyleri Üzerine Etkisi, Spor ve Performans Dergisi 4(3): 38-47.
- Atik D., Örtten T.(2008), İdeal Beden İmgesini Oluşturan Sosyal ve Kurumsal Faktörler ve Bu İdealin Bireyler Üzerindeki Etkileri. Edebiyat Fakültesi Dergisi, 25(1): 1-31.

- Avan Z. (2015). Özel Bir Spor Merkezinde Devam Eden 18-30 Yaş Arası Bireylerin Beslenme Durumlarının ve Beden Algılarının Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi Ankara: Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetik Ana Bilim Dalı.
- Bayrak E. Nacar E. (2015). Profesyonel Takım Sporlarında Görev Yapan Antrenörlerin İletişim Beceri Düzeylerinin Araştırılması. Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi, 3(14): 391-405
- Bilgin, N. (2007). Kimlik İnşası, Aşına Kitaplar Yayıncılık, Ankara.
- Brownell K. D. (1991) Dieting and the Search for the Perfect Body: Where Physiology and Culture Collide. Article in Behavior Therapy 22(1):1-12 DOI: 10.1016/S0005-7894(05)80239-4
- Croll J. (2005). Body Image and Adolescents. Chest (in), 40(35):50.
- Compbell A. ve Hausenblas H. A. (2009). Effects Of Exercise Interventions On Body İmage. Journal of Health Psychology . 14(6):780-793
- Çavuşoğlu S. B. (2014). İstanbul Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Öğrencilerinin İletişim Becerileri Algı Düzeyinin Farklı Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi , Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi.,6(1):1309-8039
- Çelikkol A. (2008). Egzersiz ve Benlik Kavramı. Sosyal Psikiyatri Kongresi, Kocaeli.
- Çepikkurt F, Coşkun F. (2010). Social Physique Anxiety and Body İmage Satisfaction Levels Of Collegion Dengers. Pamukkale Journal Of Sport Sciences, 1(2):1
- Çepikkurt F, Selağzı S. (2014). Antrenör ve Sporcu İletişim Düzeylerinin Belirlenmesi. Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimler Dergisi, 9(1):11-18
- Dalkılıç M. (2011), İlköğretim Öğrencilerinin Sportif Faaliyetlere Katılım Düzeyi ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tez, Karaman: Karaman Mehmet Bey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Dedeoğlu, A. Ö., ve Savaşçı, İ. (2005). Tüketim Kültüründe Beden Güzelliği ve Yemek Yeme Arzuları: Kadınların Tüketim Pratiklerine Yansıması. Ege Academic Review, 5(1): 77-87.
- Doğan T, Sapmaz F, Totan T. (2011). Beden İmgesi-Baş Etme Stratejileri Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması: Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. Anadolu Psikiyatri Dergisi, 12, 121-129.
- Dökmen Ü. (1996). İletişim Çatışmaları ve Empati. Sistem Yayıncılık, İstanbul 20.

- Eraslan M, Çalışkan G, Baş M. (2015). Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Öğrencilerinin Benlik Saygılarının Yaş, Cinsiyet Ve Spor Yapma Durumlarına Göre İncelenmesi. Uluslararası Multidisipliner Akademik Araştırmalar Dergisi, 2(1).
- Ersanlı K, Balcı S. (1998). İletişim Becerileri Envanterinin Geliştirilmesi: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2(10): 7-12.
- Ersöz A. G. (2010). Tüketim Toplumunda 'Sıfır Beden' Söylemi: Neden ve Sonuçları Üzerine Sosyolojik Bir Değerlendirme. Edebiyat Fakültesi Dergisi, 27(22):67-84.
- Erozkan A. (2007). Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerilerini Etkileyen Faktörler, Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Dergisi, 26(26): 59-72.
- Ertürk D.Y. (2006). Bedenin İki Yanması: Bedenle İletişim, İletişimde Beden. İletişim Fakültesi Dergisi. 24.
- Gökdoğan F. (1988). Orta Öğretime Devam Eden Ergenlerde Beden İmajından Hoşnut Olma Düzeyi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Göksan B. (2007). Ergenlerde Beden İmajı ve Beden Dismorfik Bozukluğu. Uzmanlık Tezi. İstanbul. T. C Sağlık Bakanlığı Şişli Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği.
- Hacıcaferoğlu S, Korkmaz M, Atalay A. (2015). Türkiye'de Üniversiteler Voleybol 2. Liginde Oynayan Öğrenci- Sporcuların İletişim ve Performans Verimine Yönelik Görüşlerinin İncelenmesi, Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi, 5(16): 88-107.
- Hauseblas H.A. (2011) Comparisen of Body Image Betwen Athletes and Non athletes: A Meta Analytic Review, Journal of Applied Sport Psychology. (13): 323-339.
- Hausenblas H. A. andFallon E. A. (2006). Exercise and Body İmage: A Meta-Analysis. Psychology and Health. 21(1): 33-47.
- Heather A. Hausenblas H. A. And Downs, (2001), AssociationsBetween Body Satisfaction And Physical Activity İn Adolescents: Implications for Programs Aimed at Preventing A Broad Spectrum Of Weight-Related Disorders. Journal Of Applied Sport Psychology, 13: 323–339.

- Hergüner G, Güven Ö, Yaman M. (1997). Sporun Üniversite Öğrencilerinin İletişim Beceri Düzeylerine Etkisi. Paü. Eğitim Fakültesi Dergisi. 3: 93-101
- Kara Z. (2012). Günahkar Bedenlerde Referans Bedenlere: İslam da Beden Algısı Üzerine Sosyolojik Bir Değerlendirme, Din Bilimleri Akademik Araştırma Derneği, 12(1): 7-41.
- Karagöz N, Karagün E. (2015), Profesyonel Sporcuların Beden İmajı Üzerine Betimsel Bir Çalışma, Sport Sciences, (Nwsasps), 10(4):34-43.
- Kalfat T, Kıncal R.Y. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Beden Memnuniyeti İle Sosyal Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi, 23: 41-47.
- Kök E. (2005). Üniversite Öğrencilerinde Beden Algısı İle Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Krishen A. S ve Worthen D. (2011). Body Image Dissatisfaction and Self-Esteem: A Consumer-Centric Exploration and A Proposed Research Agenda. Journal of Consumer Satisfaction, Dissatisfaction and Complaining Behavior, 24, 90.
- Kurt E, Özdiilli K, Yorulmaz H. (2013 ). Body Image and Self-Esteem in Patients with Rheumatoid Arthritis. Archives of Neuropsychiatry. (50): 202-208.
- Mutlu T.O, Şentürke H. E, Zorba E. (2014). Üniversite Öğrencisi Tenisçilerde Empatik Eğilim ve İletişim Becerisi. International Journal of Science Culture and Sport. Özel Sayı: 1.
- Sztainera N, Storya G, Wallb (2010). Comparison Of Body Image Between Athletes And Nonathletes: A Meta-Analytic Review, 125-137.
- Oğuz G.Y (2005). Bir Güzellik Miti Olarak İncelik ve Kadınlarla İlgili Beden İmgesinin Televizyonda Sunumu. Selçuk İletişim Dergisi. 4(1):31-37.
- Öngören, B. (2015). Sosyolojik Açından Sağlıklı Beden İmgesi. Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi, (34): 25-45.
- Örsel S, Canpolat B.I, Akdemir A, Özbay H. (2004). Diyet Yapan ve Yapmayan Ergenlerin Kendilik Algısı, Beden İmajı ve Beden Kitle İndeksi Açısından Karşılaştırılması. Türk Psikiyatri Dergisi. 15(1): 5-15.
- Özdiñç Ö. (2005).Çukurova Üniversitesi Öğrencilerinin Sporun ve Spora Katılımın Sosyalleşmeyle İlişkisi Üzerine Görüşleri. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2: 77-84.

- Özşeker M. (2013). Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Öğrencilerinin İletişim Becerileri ve Benlik Saygılarının Değerlendirilmesi, *International Journal Of Now Trends İn Arts, Sport Ve Science Education*, 2(3): 29-39.
- Öztürk Ö.T, Soytürk M, Ada E.N.D., Çamlıyer H. (2011). Üniversite Takımlarında Sporcu Olan Öğrencilerle Spor Yapmayan Öğrencilerin İletişim Becerisi Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 22(2): 43-53.
- Phares V, Steinberg A.R, Thompson K. (2004). Gender difference İn Peer And Parental Influence: Body İmage Disturbance. Self- Worth And Psychological Functioning İn Preadolescent Children. *Journal Of Youth And Adoloscence*. 33(5): 421-429.
- Polce-Lynch M, Myers B.J, Kilmartin C.T, Forssmann-Falck R, Kliewer W. (1998). Gender and Age Patterns in Emotional Expression, Body Image, and Self-Esteem: A Qualitative Analysis. *A Journal of Research*, 38(11): 1025–1048
- Pollatou E, Bakali N, Theodorakis Y, Goudas M. (2010). Body İmage in Female Professional and Amateur Dancers. *Research in Dance Education*, 11(2): 131-137.
- Saygılı A. (2005). Modern Devletin Beden İdolojisi Üzerine Kısa Bir Deneme. *Ankara Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi*, 3(54): 323-340.
- Šerifović-Šivert Š, Sinanović O. (2008). Body dissatisfaction: Is age a factor?. *Facta universitatis-series: Philosophy, Sociology, Psychology and History*, 7(1): 55-61.
- Şahin N. (2012). Elit Düzeyde Takım Sporü Ve Bireysel Spor Yapan İki Grubun İletişim Becerilerinin Karşılaştırılması. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(1): 13-16
- Şensoy B. (2013). Medyada Beden İmajı: Bazı Televizyon Programlarından Örnekler. Yüksek Lisans Tezi. Afyon: Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tepeköylü Ö, Soytürk M, Çamlıyer H. (2009). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu (BESYO) Öğrencilerinin İletişim Becerisi Algılarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(3): 115-124.
- Tözün M. (2010 ) Benlik Saygısı. *Geniş Açık*. 53-57.
- Ulukan H. (2012). İletişim Becerilerinin Takım ve Bireysel Sporculara Olan Etkisi. *Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman*.



Wood K.C, Becker J.A, Thompson J.K. (1996). Body Image Dissatisfaction in Preadolescent Children, Journal Of Applied Developmental Psychology.17(1): 85-100.

Yanık M. (2015). Spor Türü ve Diğer Bazı Değişkenlerin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Beceri Düzeylerine Etkisi. International Journal of Human Sciences,12 (2): 1366-1376.

Yılmaz İ. Çimen Z. (2008), Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının İletişim Becerileri Düzeyi. Atatürk Journal Of Physical Education and Sport Siences, 10(3).

Yüksel M. (2014). Cinsiyet ve Spor. Tarih Okulu Dergisi. 7(19): 663-684.