

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Öğretmen Adaylarının Sosyal Fizik Kaygıları ve Beden İmgesinden Hoşnut Olma Düzeyleri *

Fatmanur ÖZTÜRK

Muhsin HAZAR²

Malik BEYLEROĞLU³

Gülşah ÇELİKAĞ⁴

Öz

Bu çalışmada spor ile uğraşan öğretmen adaylarının sosyal fizik kaygı düzeyleri ile beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri arasındaki ilişkinin tespit edilmesi amaçlanmaktadır. Araştırmada betimsel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubu, amaçlı örnekleme yöntemine göre belirlenmiş olup 2016-2017 eğitim-öğretim yılında Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde ve Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü'nde 1., 2., 3. ve 4. sınıfta öğrenim görmekte olan 400 (131 kadın, 269 erkek) öğretmen adaylarından oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Demografik Özellikler Bilgi Formu, Sosyal Fizik Kaygı Envanteri (SFKE) ve Beden Bölgelerinden ve Özelliklerinden Hoşnut Olma Ölçeği (BİHÖ) kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 21 programı ile analiz edilmiştir. Araştırmanın sonunda öğretmen adaylarının sosyal fizik kaygılarının düşük, beden imgelerinden hoşnut olma düzeylerinin ise orta düzeyin üzerinde olduğu; sosyal fiziki kaygıları ile beden imgelerinden hoşnut olma düzeyleri arasında negatif ve orta düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi ve spor öğretmenliği, öğretmen adayları, sosyal fizik kaygı, beden imgesi hoşnut olma

Pre-service Physical Education and Sports Teachers' Social Physical Anxiety Levels and Levels of Contentment With Their Body Image*

Abstract

The purpose of the current study is to determine the relationship between pre-service physical education and science teachers' social physical anxiety levels and levels of contentment with their body image. One of the descriptive survey models, relational survey model was used in the current study. The study group of the current research was determined by using the purposive sampling method and is comprised of 400 (131 females and 269 males) 1st, 2nd, 3rd and 4th year students attending the Faculties of Sports Sciences at Sakarya University and Kocaeli University in 2016-2017 academic year. In the study, Demographic Features Information Form, Physical Anxiety Inventory (SFKE) and the Scale of Contentment with the Parts and Characteristics of the Body (BİHÖ) were employed to collect data. The collected data were analyzed with SPSS 21 program package. At the end of the study, it was concluded that the

Sorumlu Yazar : Yüksek Lisans Öğrencisi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, ozturkfatmanur92@gmail.com

² Doç. Dr., Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, muhsin@gazi.edu.tr

³ Doç. Dr., Sakarya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, mbeyler@sakarya.edu.tr

⁴ Yüksek Lisans Öğrencisi, Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, gulsahcelikag@gmail.com

* Bu çalışmanın bir bölümü ERPA 2017'de sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

pre-service teachers' social physical anxiety level is low; level of contentment with their body image is medium and there is a negative and moderate relationship between their social physical anxieties and contentment with their body image.

Key Words: Physical education and sports teaching, pre-service teachers, social physical anxiety, contentment with body image

Giriş

Geçmişten günümüze kadar süregelen zaman diliminde ince, sağlıklı, kaslı vb. özelliklere sahip olmak ve bu özelliklerle diğer kişilere kıyasla daha olumlu etki oluşturmak birey açısından her zaman önemli olmuştur. Bireyler güzel görüntüye sahip olmayı olumlu olarak değerlendirirken, çirkin görüntüye sahip olmayı olumsuz olarak değerlendirmektedirler (Yaşartürk, Çalık, Kul, Türkmen ve Akyüz, 2014) . Bu algının oluşmasında ise kitle iletişim araçlarının büyük etkisi olmakta ve inanılan ideal vücut oranları kişilerin duygu ve düşüncelerine etki ederek beden algılarını değiştirmektedir (Yaman, Koşu, Tel, Teşneli, Yalvarıcı ve Gelen, 2008). Nitekim günümüzde her yaş grubuna ait bireylerin özellikle genç nesil başta olmak üzere dikkat ettiği konuların başında fiziksel görünüş gelmektedir (Çepikkurt ve Coşkun, 2010). Fiziki açıdan zayıflık ya da güzelliğin kültürel bir değer gibi gösterildiği özellikle reklam, magazin ve TV programlarında dış görünüş genellikle kişinin düşünce, davranış ve başarılarının önünde bir yer tutmaktadır (Çepikkurt ve Coşkun, 2010).

Bu açıdan bakıldığında toplumda genel olarak kabul gören değerlere dikkate alındığında kadınların ince bir vücut yapısını, erkeklerin ise kaslı bir vücut yapısını tercih ettiği ve bu şekilde vücut yapılarını tercih ettikleri görülmektedir (Cusumano ve Thompson,1997). Bunları göz önünde bulundurarak ideal fizik görünüş olarak hem zayıf hem de fit olmanın temelinde, vücut ölçülerinin orantılı ve sağlıklı olmasının gerekliliği mevcuttur (Çepikkurt ve Coşkun, 2010). Zira inanılan bu değerler gerçekliği olmayan fiziksel oranlara ulaşmaları konusunda kişiler üzerinde - özellikle de kadınlar üzerinde- bir baskı unsuru özelliği taşımaktadır (Hausenblas & Mack, 1999). İdeal fiziki görüntüye ulaşmak amacıyla erkekler sağlıksız yöntemlerle (örneğin steroid kullanımı) kas dokularını arttırmayı amaçlarken (Drewnowski, Kurth & Dean, 1995), kadınlar ise uygun olmayan diyet ve yemek yeme davranışını hayatlarında uygulamaya yönelmektedirler (Brownell, 1991; Leary, Tchividjian & Kraxberger, 1994). Bilindiği üzere, benlik kavramının bir parçası olan beden imgesi kişinin kendi bedenine ait algılarını ve algılara bağlı olarak ortaya çıkan yeterlik duygusunu oluşturmaktadır. Zihinde oluşturulan biçimlendirmeler sonucu bedenimizde var olduğuna inandığımız özellikler beden imgesidir (Atwater, 1990). Bireyin kendi vücudunu sevmesi ve hoşnut olmasına ilişkin düzeyi ise beden imgesinden hoşnut olma (BIH) olarak tanımlanmaktadır (Gökdoğan, 1988).

Beden algısı kişiye sahip olduğu duygu, düşünce ve davranışlarının yanı sıra dış dünyayla olan etkileşimi açısından da önemli işlevler yüklemiştir (Yaşartürk, Çalık, Kul, Türkmen ve Akyüz, 2014). Bu açıdan bireyin kendi bedenini bilişsel ve duyuşsal olarak duygusal anlamda yüklemiş olduğu olumsuz tutumlar kişinin hem kendisi hem de çevresiyle olan iletişimini ve etkileşimini olumsuz yönde etkilemektedir (Akın, 2007). Bu açıdan bakıldığında bireyin, başkalarının fiziksel görünüşünü değerlendirmesi sonucu bireyde oluşan endişe ve gerginlikler sosyal fizik kaygı olarak tanımlanmaktadır (Yaşartürk, Çalık, Kul, Türkmen ve Akyüz, 2014). Kişiler üzerindeki izlenimlerinin olumlu yönde olmasını isteyen bireyler davranış ve tutumlarını da bu doğrultuda düzenlemektedirler (Çepikkurt ve Coşkun, 2010). Sosyal fizik kaygı; bireyin dış görünüşünün fiziksel olarak sosyal çevresi tarafından olumsuz olarak düşünüldüğüne inandığı zamanlarda beden imgesi ile ilişkili olarak deneyimlediği *Sosyal Fizik Kaygı* (SFK) olarak tanımlanmaktadır (Hart, Leary ve Rejeski,1989). İnsanların başkalarının gözünde olumlu etki oluşturmaya yönelik doğal

bir motivasyona sahip olduğunu savunan, benlik sunumu ve etki yönetimi kuramlarına dayanan sosyal fizik kaygının, bireylerin fiziksel görünümüyle ilgili olarak başkalarının gözünde istedikleri algıyı ve imajı kurmada eksik olduklarını düşündükleri durumlarda da açığa çıktığı görülmektedir (Hagger & Stevenson, 2010).

Özellikle kadınlar erkeklere oranla sosyal fiziksel kaygıyı daha fazla yaşamakta ve bu yaşanan kaygı bireyin kendi davranışlarını da etkilemektedir (Davison & McCabe, 2005).

Kadınların sosyal fiziksel kaygı düzeylerinin erkeklere oranla daha fazla olması yeme tutumundaki etkenlere bağlı olabilir (Yaşartürk, Çalık, Kul, Türkmen ve Akyüz, 2014). Toplum tarafından benimsenen ince bedene sahip olma tasarımı kadınlarda daha fazla etkilidir (Ballı ve Aşçı, 2006). Fakat bu tutum günümüzde yavaş yavaş değişiklik göstermekte ve erkeklerin de belli vücut oranlarına ve tipine sahip olma aynı zamanda bunu koruyabilmeleri gerektiğine dair sosyal baskıların arttığı görülmektedir (Olivardia, 2001). Fiziksel aktivite ve egzersizler bireylerin vücut şekillerini düzene sokmak ve ideal beden yapısına sahip olmak için başvurdukları yöntemlerden biridir (Altınbas ve Aşçı, 2005). Fiziksel aktivite bireylerin hem daha sağlıklı bir vücuda sahip olmasını sağlarken hem de yeni ve daha tatmin edici bir görüntüye ulaşma şansı verir ve bu sayede kişiler kendileri hakkında daha olumlu duygular yaşayabilirler (Çepikkurt ve Coşkun, 2010).

Tüm bu bilgiler ışığında çalışmada spor ile uğraşan öğretmen adaylarının sosyal fizik kaygı düzeyleri ile beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri arasındaki ilişkinin tespit edilmesi amaçlanmaktadır. Sporla ilgilenen ve özellikle son yıllarda bir hayli önem kazanan ve yaşamın bir parçası olan beden imgesi ve sosyal fizik kaygıların tespiti yapılacak yeni çalışmalar için de kaynak olması bakımından literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Yöntem

Öğretmen adaylarının fiziksel kaygı düzeyleri ile beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri arasındaki ilişki ortaya koymak amacıyla yürütülen bu çalışmada betimsel tarama modelinde ilişki tarama yöntemi kullanılmıştır. Tarama modelleri geçmişte ya da varlığını sürdüren bir durumu olduğu şekli ile betimlemeyi ve açıklamayı amaç edinen araştırmalar için uygun bir modeldir (Karasar, 2008).

Çalışma Grubu: Araştırmanın çalışma grubu amaçlı örnekleme yöntemine göre belirlenmiş olup 2016-2017 eğitim-öğretim yılında Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde ve Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde öğrenim görmekte olan 1., 2., 3. ve 4. sınıf öğretmen adaylarından oluşmaktadır. Çalışmaya toplamda 131 kadın (kız), 269 erkek olmak üzere 400 aday katılmıştır.

Veri Toplama Araçları: Araştırma sürecinde kullanılan veri toplama araçları sırası ile sunulmuştur.

Demografik Özellikler Bilgi Formu: Bu bölümde öğretmen adaylarının cinsiyet, üniversite ve sınıf düzeyi değişkenleri ile bilgiye yer verilmiştir.

Sosyal Fizik Kaygı Envanteri (SFKE): Araştırmada veri toplama aracı olarak Hart, Leary ve Rejeski (1989) tarafından geliştirilen ve Türkiye'ye uyarlaması Mülazımoğlu Ballı ve Aşçı (2006) tarafından yapılan 12 madde ve iki alt ölçekten oluşan "Sosyal Fizik Kaygı Envanteri" kullanılmıştır. Maddeler 5'li likert tipi ölçek (tamamen yanlış, genellikle yanlış, bazen yanlış, bazen doğru, genellikle doğru, tamamen doğru) kullanılarak cevaplandırılmaktadır. Envanterden alınabilecek en düşük puan 12 en yüksek puan 60'dır. Sosyal Fizik Kaygı Envanterinden alınan puan arttıkça kişinin dış görünüşünden duyduğu kaygı düzeyi de artmaktadır. Envanterdeki 1., 2., 5., 8. ve 11. maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçme aracının Türkçe formunun test tekrar test

korelasyon katsayısı kızlarda 0.88 ve erkeklerde 0.81 bulunmuş, iç tutarlık katsayısı kızlarda 0.81 ve erkeklerde 0.77 olarak saptanmıştır.

Beden Bölgelerinden ve Özelliklerinden Hoşnut Olma Ölçeği (BİHÖ): Bireylerin beden bölgelerinden hoşnut olma düzeylerini ölçmek için Berscheid ve Bohrnstedt (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.

Araştırmada kullanılan adayların kişisel bilgilerinin yer aldığı "Kişisel Bilgi Formu", "Sosyal Fizik Kaygı Envanteri" ve "Beden Bölgelerinden Hoşnut Olma Ölçeği" veri toplama araçları, araştırmacılar tarafından Kocaeli ve Sakarya İlleri Merkez İlçelerde bulunan devlet üniversitelerinde öğrenim görmekte olan beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğretmen adaylarına uygulanmıştır. Veriler, adaylara ilgili yönergenin sunumu yapılmış ve ardından verilen zaman diliminde toplanmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 21 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. İki değişkenli durumlarda (cinsiyet, üniversite) bağımsız t-testi, ikiden fazla olan değişkenlerde (sınıf düzeyi) One Way ANOVA ve iki düzey arasında (fizik kaygı ile bedenden hoşnut olma) ilişkinin tespitinde ise Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır.

Bulgular

Araştırmadan elde edilen veriler sırası ile sunulmuştur.

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Öğretmen Adayları Sosyal Fizik Kaygı Duyma Düzeylerine İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğrencilerin fizik kaygı düzeyleri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo1. Öğretmen adaylarının sosyal fizik kaygı düzeyleri

| | N | Min. | Max. | \bar{x} | SS |
|-----------------------------|-----|------|------|-----------|------|
| Fizik Kaygı Ortalama | 400 | 1,00 | 5,00 | 2,32 | 0,68 |

Tablo 1'de görüldüğü üzere, fizik kaygı düzey ölçeğinden öğrenciler en düşük 1,00 puan, en yüksek 5,00 puan arasında $\bar{x}=2,32$ ortalama ile kaygı düzeylerinin orta düzeye yakın olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgudan hareketle, araştırmaya katılan öğretmen adayları fizikleri ile ilgili çok da fazla kaygılı olmadıkları söylenebilir.

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Öğretmen Adaylarının Sosyal Fizik Kaygı ile Cinsiyet Değişkeni Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 2. Öğretmen adaylarının sosyal fizik kaygı ile cinsiyet değişkeni arasındaki farka ilişkin t-testi sonuçları

| Cinsiyet | \bar{x} | N | SS | t | p |
|---------------|-----------|-----|-------|-------|-------|
| Kadın | 2,32 | 131 | 0,671 | 0,095 | 0,924 |
| Erkek | 2,32 | 269 | 0,696 | | |
| Toplam | 2,32 | 400 | 0,687 | | |

Tablo 2'de araştırmaya katılan öğretmen adaylarının fiziki kaygı düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği belirtilmiştir ($p>0.05$). Nitekim kadın ve erkeklerin fiziki kaygı düzey ortalamalarına bakıldığında ortalamaların birbirileri ile aynı olduğu görülmektedir. Bu

bulgudan hareketle kadın ve erkek öğretmen adaylarının aynı düzeyde kaygı yaşadıkları söylenebilir.

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Öğretmen Adaylarının Sosyal Fizik Kaygı ile Üniversite Değişkeni Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 3. Öğretmen adaylarının sosyal fizik kaygı ile üniversite değişkeni arasındaki farka ilişkin t-testi sonuçları

| Üniversite | \bar{x} | N | SS | t | p |
|---------------|-------------|------------|--------------|--------|------|
| Sakarya | 2,29 | 200 | 0,682 | | |
| Kocaeli | 2,35 | 200 | 0,693 | -0,842 | 0,40 |
| Toplam | 2,32 | 400 | 0,687 | | |

Tablo 3'te araştırmaya katılan öğretmen adaylarının fiziki kaygı düzeyleri üniversite değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği belirtilmiştir ($p>.05$). Ancak Kocaeli Üniversitesi'nde öğrenim gören öğretmen adaylarının kaygı düzey ortalamaları, Sakarya Üniversitesi'nde öğrenim gören öğretmen adaylarının ortalamalarına kıyasla daha fazla olduğu görülmektedir. Bu bulgudan hareketle Kocaeli Üniversitesi'nde öğrenim gören öğretmen adaylarının az fark da olsa daha kaygılı oldukları söylenebilir.

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Öğretmen Adaylarının Sosyal Fizik Kaygı ile Sınıf Düzeyi Değişkeni Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 4. Öğretmen adaylarının sosyal fizik kaygı ile sınıf düzeyi değişkenine ilişkin betimsel istatistik değerleri

| Sınıf Düzeyi | \bar{x} | N | SS |
|---------------|-------------|------------|--------------|
| 1.sınıf | 2,50 | 100 | 0,646 |
| 2.sınıf | 2,37 | 100 | 0,714 |
| 3.sınıf | 2,16 | 100 | 0,683 |
| 4.sınıf | 2,25 | 100 | 0,666 |
| Toplam | 2,32 | 400 | 0,687 |

Tablo 4'te görüldüğü üzere, araştırmaya katılan öğretmen adaylarının fiziki kaygı düzey ortalamalarının birbirinden farklı olduğu ve en yüksek ortalamanın 1.sınıf öğretmen adaylarının ortalamasının diğer sınıf düzeylerinin ortalamasından büyük olduğu ($\bar{x}=2,50$) tespit edilmiştir.

Tablo 5. Öğretmen adaylarının sosyal fizik kaygı ile sınıf düzeyi değişkeni arasındaki farka ilişkin One Way ANOVA sonuçları

| | Kareler toplamı | sd | Kareler ortalaması | F | p | Fark çıkan gruplar |
|----------------------|-----------------|------------|--------------------|------|-------|--------------------|
| Gruplar arası | 6,59 | 3 | 2,19 | 4,78 | 0,003 | 1-3 |
| Grup içi | 182,00 | 396 | 0,46 | | | 1-4 |
| Toplam | 188,59 | 399 | | | | |

Tablo 5'te öğretmen adaylarının kaygı düzeyleri ile sınıf düzeyi değişkeni arasından 1.sınıflar lehine ($p<.05$) anlamlı farklılık görülmektedir. Anlamlı farklılık çıkan gruplar ise 1.sınıflar ile 3.sınıflar ve 1.sınıflar ile 4.sınıflar arasında olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgudan hareketle, 1.sınıf öğretmen adaylarının öğrenime başladıklarında fiziki kaygı taşıdıkları ve daha sonra öğrenim gördükleri süreçle ilişkili olarak fiziki kaygılarının azaldığı söylenebilir.

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Öğretmen Adayları Beden İmgesinden Hoşnut Olma Düzeylerine İlişkin Bulgular

Tablo 6. Öğretmen adaylarının beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri

| | N | Min. | Max. | \bar{x} | SS |
|-------------------------------------|-----|------|------|-----------|------|
| Beden İmgesinden Hoşnut Olma Düzeyi | 400 | 1,00 | 5,00 | 3,73 | 0,46 |

Tablo 6'da görüldüğü üzere, beden imgesi düzey ölçeğinden öğrenciler en düşük 1,00 puan, en yüksek 5,00 puan arasında $\bar{x}=3,73$ ortalama ile beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri orta düzeyin üzerinde olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgudan hareketle, araştırmaya katılan öğretmen adaylarının bedenlerinden memnun oldukları söylenebilir.

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Öğretmen Adaylarının Beden İmgesinden Hoşnut Olma Düzeyi İle Cinsiyet Değişkeni Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 7. Öğretmen adaylarının beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasındaki farka ilişkin t-testi sonuçları

| Cinsiyet | \bar{x} | N | SS | t | p |
|----------|-----------|-----|-------|--------|-------|
| Kadın | 3,93 | 131 | 0,533 | -2,398 | 0,017 |
| Erkek | 4,09 | 269 | 0,640 | | |
| Toplam | 4,04 | 400 | 0,611 | | |

Tablo 7'de araştırmaya katılan öğretmen adaylarının beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri cinsiyet değişkenine göre erkekler lehine anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($p<.05$). Nitekim kadın ve erkeklerin beden imgesinden hoşnut olma düzey ortalamalarına bakıldığında erkeklerin ortalamasının ($\bar{x}=4,09$), kızların ortalamasından ($\bar{x}=3,93$) fazla olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgudan hareketle erkeklerin kadınlara nazaran beden imgelerinden daha hoşnut oldukları söylenebilir.

Öğretmen Adaylarının Beden İmgesinden Hoşnut Olma Düzeyi İle Üniversite Değişkeni Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 8. Öğretmen adaylarının beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri ile üniversite değişkeni arasındaki farka ilişkin t-testi sonuçları

| Üniversite | \bar{x} | N | SS | t | p |
|------------|-----------|-----|-------|-------|-------|
| Sakarya | 4,10 | 131 | 0,600 | 2,012 | 0,045 |
| Kocaeli | 3,98 | 269 | 0,617 | | |
| Toplam | 4,04 | 400 | 0,611 | | |

Tablo 8'de araştırmaya katılan öğretmen adaylarının beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri üniversite değişkenine göre Sakarya Üniversitesi'nde öğrenim gören öğretmen adaylarının lehine anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($p<.05$). Nitekim Sakarya ve Kocaeli Üniversiteleri'nde öğrenim gören öğretmen adaylarının beden imgesinden hoşnut olma düzey ortalamalarına bakıldığında Sakarya Üniversitesi ortalamasının ($\bar{x}=4,10$), Kocaeli Üniversitesi ortalamasından ($\bar{x}=3,98$) fazla olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgudan hareketle Sakarya Üniversitesi'nde öğrenim gören öğretmen adaylarının beden imgelerinden daha hoşnut/memnun oldukları söylenebilir.

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Öğretmen Adaylarının Beden İmgesinden Hoşnut Olma Düzeyi ile Sınıf Düzeyi Değişkeni Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 9. Öğretmen adaylarının beden imgesinden hoşnut olma düzeyi ile sınıf düzeyi değişkenine ilişkin betimsel istatistik değerleri

| Sınıf Düzeyi | \bar{x} | N | SS |
|---------------|-----------|-----|-------|
| 1.sınıf | 3,84 | 100 | 0,644 |
| 2.sınıf | 4,05 | 100 | 0,677 |
| 3.sınıf | 4,19 | 100 | 0,573 |
| 4.sınıf | 4,07 | 100 | 0,487 |
| Toplam | 4,04 | 400 | 0,611 |

Tablo 9'da görüldüğü üzere, araştırmaya katılan öğretmen adaylarının beden imgesinden hoşnut olma düzeyi ortalamalarının birbirinden farklı olduğu ve en yüksek ortalamanın 3.sınıf öğretmen adaylarının ortalamasının diğer sınıf düzeylerinin ortalamasından büyük olduğu ($\bar{x}=4,19$) tespit edilmiştir.

Tablo 10. Öğretmen adaylarının beden imgesinden hoşnut olma düzeyi ile sınıf düzeyi değişkeni arasındaki farka ilişkin One Way ANOVA sonuçları

| | Kareler toplamı | sd | Kareler ortalaması | F | p | Fark çıkan gruplar |
|----------------------|-----------------|-----|--------------------|-------|------|--------------------|
| Gruplar arası | 6,517 | 3 | 2,172 | 6,029 | ,001 | 3-1 3-4 |
| Grup içi | 142,685 | 396 | ,360 | | | |
| Toplam | 149,201 | 399 | | | | |

Tablo 10'da öğretmen adaylarının beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri ile sınıf düzeyi değişkeni arasından 3. sınıflar lehine ($p<.05$) anlamlı farklılık görülmektedir. Anlamlı farklılık çıkan gruplar ise 1.sınıflar ile 3.sınıflar ve 3.sınıflar ile 4.sınıflar arasında olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgudan hareketle, 3.sınıf öğretmen adaylarının daha önceki sınıf düzeylerine göre ortalamasının fazla olması öğrenim görülen bölümle ilgili/yapılan etkinliklere bağlı olarak gelişme göstermiş olabileceği 4.sınıf adayların sınav/iş kayguları nedeni ile hoşnut olma durumlarında düşüş olduğu söylenebilir.

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Öğretmen Adaylarının Sosyal Fizik Kaygı Düzeyleri ile Beden İmgelerinden Hoşnut Olma Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Tablo 11. Öğretmen adaylarının sosyal fizik kaygı düzeyleri ile beden imgelerinden hoşnut olma düzeyleri arasındaki ilişki

| | | Kaygı Ortalama | Beden İmgesi Ortalama |
|------------------------------|--------------------|----------------|-----------------------|
| Kaygı ortalama | Pearson Korelasyon | 1 | -,471(**) |
| | p | | ,000 |
| | N | 400 | 400 |
| Beden İmgesi Ortalama | Pearson Korelasyon | -,471(**) | 1 |
| | p | ,000 | |
| | N | 400 | 400 |

** Korelasyon.01 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 11’de araştırmada gerçekleştirilen korelasyon analiz edilen bulgular yer almaktadır. Tablo 10’a göre, öğretmen adaylarının fizik kaygı düzeyleri ile beden imgelerinden hoşnut olma düzeyleri arasında negatif ve orta düzeyde ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r=-,471$; $p=,000$). Bu bulgudan hareketle öğretmen adaylarının fizik kaygı düzeyleri arttıkça kendi beden imgelerinden hoşnut olma düzeylerinin de bir o kadar azaldığı söylenebilir.

Tartışma

Beden eğitimi ve spor öğretmenliği öğretmen adaylarının fiziki kaygı düzeyleri ile beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri arasındaki ilişki ortaya koymak amacıyla yürütülen bu çalışmada elde edilen sonuçlar sırası ile sunulmuştur. Öğretmen adaylarının fizik kaygı düzeyleri ortalamasının orta düzeye yakın ancak düşük olduğu ve çok da fazla sosyal fizik kaygısı taşımadıkları sonucuna varılmıştır. Bununla birlikte adayların sosyal fizik kaygı düzeylerinin cinsiyet ve üniversite değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiş ve cinsiyet değişkeninde düzey ortalamalarının aynı olduğu ortaya koyulmuş, Kocaeli Üniversitesi’nde öğrenim gören öğretmen adaylarının kaygı düzey ortalamalarının, Sakarya Üniversitesi’nde öğrenim gören öğretmen adaylarının ortalamalarına kıyasla daha fazla olduğu sonucuna varılmıştır. Araştırmanın cinsiyet açısından kaygı düzeyleri arasında bir farklılık olmadığı bulgusuna Doğan ve Çoban (2009)’un araştırma bulgusu paralellik göstermektedir. Ancak Akgün, Gönen ve Aydın (2007), Çakmak ve Hevedanlı, 2005; Tümerdem (2007) ve Taşgın (2006); Yaşartürk, Çalık, Kul, Türkmen ve Akyüz (2014) yapmış oldukları çalışmalarda kız öğrencilerin erkek öğrencilere nazaran kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna varmışlardır.

Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının sosyal fizik kaygı düzeyleri ile sınıf düzeyleri arasında birinci sınıf öğretmen adaylarının lehine anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

Araştırmanın diğer ayağını oluşturan öğretmen adaylarının beden imgesinden hoşnut olma düzeylerinin orta düzeyin üzerinde olduğu ($\bar{x}=3,73$) yani adayların bedenlerinden hoşnut oldukları sonucuna varılmıştır. Güneş (2009) yapmış olduğu araştırmada, beden imgesi memnuniyeti puanları açısından spor yapan ve yapmayan gruplar arasında anlamlı farklılık tespit etmiş ve spor yapanların beden imgesi memnuniyetinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Adayların beden imgesinden hoşnut olma düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre erkekler lehine ($\bar{x}=4,09$) anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Araştırma sonucunda ortaya çıkan bulgular erkek ve kadın fitness uzmanlarının beden bölgelerinden hoşnut olma, vücut çekiciliği, sosyal fizik kaygı, sosyal fizik kaygının görünümüne ilişkin olumsuz değerlendirme beklentisi ve görünümünden dolayı kendini rahatsız hissetme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir (Altıntaş ve Aşçı, 2005). Mülsazımoğlu ve Aşçı (2004) yapmış oldukları çalışmada, düzenli fiziksel etkinlik programına katılan ve katılmayan bireylerin cinsiyet değişkenine göre bedenlerine yönelik algıları arasında anlamlı bir fark olmadığını tespit etmişlerdir.

Benzer şekilde adayların beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri üniversite değişkenine göre Sakarya Üniversitesi’nde öğrenim gören öğretmen adaylarının lehine anlamlı farklılık gösterdiği sonucuna varılmıştır. Diğer bir değişken olan sınıf düzeyine bakıldığında öğretmen adaylarının beden imgesinden hoşnut olma düzeyi ortalamalarının birbirinden farklı olduğu ve 3. ve 4.sınıf öğretmen adayları lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Son olarak öğretmen adaylarının sosyal fizik kaygı düzeyleri ile beden imgelerinden hoşnut olma düzeyleri arasında negatif ve orta düzeyde ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r=-,471$; $p=,000$). Bu bulguyu Mülazımoğlu Ballı ve Aşçı, (2006); Güneş, (2009); Çepikurt ve Coşkun, (2010) çalışma bulguları desteklemektedir.

Tüm bu bilgiler ışığında çalışmanın sonuçları göz önüne alındığında, sosyal fizik kaygılarının ve beden imgesinden hoşnut olma düzeylerinin tespiti için daha fazla üniversite örneklem grubuna dâhil edilebilir ve geniş çaplı bir çalışma yürütülebilir. Yine bu çalışma farklı bölümler arasında (beden eğitimi ve spor öğretmenliği, antrenörlük gibi) yürütülebilir ve bölümler arasındaki farklılık olup olmadığı tespit edilebilir. Adayların sosyal fiziki kaygılarını en aza indirmek ve beden imgelerinden hoşnut olma düzeylerini olumlu yönde geliştirmek için çeşitli bilgilendirici/destekleyici seminerler verilebilir.

Kaynakça

- Akgün, A., Gönen S. ve Aydın, M. (2007). İlköğretim fen ve matematik öğretmenliği öğrencilerinin kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(20), 283-299.
- Akın, H. (2007). Muğla Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinin beden benlik algısı ve psikolojik belirtilerle ilişkisi. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okul Dergisi*, 11(4), 38-47.
- Altıntaş A. ve Aşçı F.H. (2005). Fitness uzmanlarının bedenlerine yönelik algıları. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 101-104.
- Aşçı, H.F., Tüzün, M. ve Koca, C. (2006). An examination of eating attitudes and physical activity levels of Turkish university students with regard to self presentational concern. *Eating Behaviours*, 7, 362-368.
- Atwater E. (1990). *Psychology of adjustment personal growth in a changing world*. 4. Edition. New Jersey: Prentice Hall.
- Brownell, K. D. (1991). Dieting and the search for the perfect body: Where physiology and culture collide. *Behavior Therapy*, 22, 1-12.
- Cusumano D.L. & Thompson J.K. (1997). Body image and body shape ideals in magazines: Exposure, awareness, and internalization. *Sex Roles*, 37, 701-721.
- Çakmak, Ö. ve Hevedanlı, M., (2005). Eğitim ve fen-edebiyat fakülteleri biyoloji bölümü öğrencilerinin kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(14), 115-127.
- Çepikkurt, F. ve Coşkun, F. (2010). Üniversiteli dansçıların sosyal fizik kaygı ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 80-120.
- Davison, T. E. & McCabe, M. P. (2005). Relationship between men's and women's body image and their psychological, social and sexual functioning. *Sex Roles*, 5, 463-475.
- Doğan, T. ve Çoban, A. E. (2009). Eğitim fakültesi öğrencilerinin öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Education and Science*, 34 (153), 157-168.
- Drewnowski, A., Kurth C.L. & Krahn, D.D. (1995). Effects of body image on dieting exercise, and anabolic steroid use in adolescent males. *International Journal of Eating Disorders*, 17, 381-386.
- Gökdoğan F. (1988). *Orta öğretime devam eden ergenlerde beden imajından hoşnut olma düzeyi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Güneş, İ. (2009). *Medyada yer alan kadın bedeni imgeleri ve kadınlarda beden imgesi hoşnutsuzluğu* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Hagger, M.S. & Stevenson, A. (2010). Social physique anxiety and physical self-esteem: *Gender and age effects*. *Psychology & Health*, 25 (1), 89 -110.
- Hart E.A., Leary M.R. & Rejeski W.J. (1989). The measurement of social physique anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 94-104,
- Hausenblas H.A. & Mack D.E. (1999). Social physique anxiety and eating disorder correlates among female athletic and nonathletic populations. *Journal of Sport Behavior*, 22, 502-513.
- Karasar, N. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Kitabevi.

- Mülazımoğlu-Ballı, Ö. ve Aşçı, F. H. (2004). Düzenli *fiziksel aktivite programına katılan ve katılmayan bireylerin bedenlerine yönelik algıları*, The 10th ICHPER. SD Europe Congress & TSSA 8th International Sports Science Congress, Antalya, Türkiye.
- Mülazımoğlu-Ballı Ö. ve Aşçı F.H. (2006). Sosyal fiziksel kaygı envanterinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 17, 11-19.
- Olivardia R. (2001). Mirror, mirror on the wall, who's the largest of them all? The features and phenomology of muscle dsymorphia. *Harvard Review of Psychiatry*, 9, 254-259.
- Taşgın, Ö. (2006). Beden eğitimi ve spor yüksekokulunda okuyan öğretmen adaylarının mesleki kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 14(2), 679-686.
- Tümerdem, R. (2007). Dicle üniversitesi eğitim fakültesi ve fen edebiyat fakültesi kimya son sınıf öğrencilerinin kaygılarını etkileyen etmenler. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(20), 32-45.
- Yaman, C., Koşu, S., Tel, M., Teşneli, Ö., Yalvaracı, N. ve Gelen, N. (2008). Elit seviyedeki değişik spor branşlarının fiziksel benlik algısı üzerine etkisi. *Uluslar Arası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5-2.
- Yaşartürk, F., Çalık, F., Kul, M., Türkmen, M. ve Akyüz, H (2014). Beden eğitimi ve spor yüksekokulunda okuyan öğrencilerin sosyal fiziki kaygı durumlarının incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 1, 863-869.