

GENÇ ERKEK MİLLİ BASKETBOLCULARIN KENDİNİ FİZİKSEL ALGILAMA VE BEDEN İMGELERİNDEN HOŞNUT OLMA PROFİLLERİ

.....
F.H. AŞÇI
.....

ÖZET:

Bu araştırmanın amacı, genç erkek milli basketbol oyuncularının kendini fiziksel algılama (physical self-perception) ve beden imgelerinden hoşnut olma (body image satisfaction) düzeylerinin belirlenmesi ve kendini fiziksel algılama ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyi arasındaki ilişkinin araştırılmasıdır. "Kendini Fiziksel Algılama Envanteri" ve Brescheid, Bohrchar ve Walster Beden İmgesi Anketi 1995-1996 sezonunda Genç Milli Takım Kampına katılan toplam 32 erkek basketbol oyuncusuna uygulanmıştır. Genç erkek milli takım basketbol oyuncularının kendilerini fiziksel algılama düzeyleri 18.75 ± 2.75 (sportif yeterlilik) ile 15.69 ± 2.49 (genel fiziksel yeterlilik) arasındadır. Basketbol oyuncularının ortalama beden imgesinden hoşnut olma düzeyi $3.89 \pm .49$ olarak bulunmuştur. Bunun yanısıra, basketbol oyuncularının en hoşnut oldukları beden parçası spor yeteneği ($4.31 \pm .64$) iken en az hoşnut oldukları ise kilo`dur (3.34 ± 1.23). Ayrıca beden imgesi ile fiziksel algılama arasındaki ilişkiyi test etmek için yapılan Pearson Çarpımlar Moment Korelasyon sonucuna göre, beden imgesi ile fiziksel algılamanın vücut çekiciliği alt ölçeği arasında istatistiksel yönden anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .35, p < .05$).

**THE PHYSICAL SELF-PERCEPTION AND BODY IMAGE SATISFACTION
PROFILE OF JUNIOR NATIONAL MALE BASKETBALL PLAYERS**

SUMMARY:

The aim of this study were to determine the physical self perception and body image satisfaction profile of junior national male basketball players and to investigate the relationship between physical self perception and body image satisfaction. The Physical Self Perception Profile and Berscheid, Bohrchar and Walster Body Image Questionnaire were administered to total 32 male basketball players who participated Junior National Team Camp during 1995-1996 session. The physical self perception level of junior national male basketball players were between 18.75 ± 2.75 (sport competence) and 15.69 ± 2.49 (physical self worth). The mean body image satisfaction level of basketball player was $3.89 \pm .49$. In addition to that, while the most satisfactory body part of basketball player was the sport competence ($4.31 \pm .64$), the least satisfactory one was weight (3.34 ± 1.23). Besides, according to the results of Pearson Product Correlation which testing the relationship between physical self perception and body image, the significant relationships was obtained between body image and body attractiveness ($r= .35, p< .05$) subscale of physical self perception.

GİRİŞ

Spora katılımın psikolojik gelişime etkisi uzun yıllardan beri araştırmacıların ilgisini çekmektedir. Araştırmacılar tarafından spora katılımı ilişkisi araştırılan kavramlardan biri "beden imgesi" dir. McCandles (9) bedeninin toplumsal ve kişisel gelişimi etkilediğini ve toplumsal yaşamın temelinde kişinin beden özelliklerinin ve bedenine ilişkin tutumlarının yattığını belirtmiştir. Yine Yörükoğlu (16) gençlik döneminde fiziksel büyümeyle ortaya çıkan bedensel değişikliklerin gencin ruhsal ve toplumsal uyumunu etkilediğini ortaya koymuştur. Kişinin psikolojik gelişiminde önemli yer tutan beden imgesi kişinin bedeninden elde ettiği doyum düzeyi olarak tanımlanmaktadır (7). Beden imgesi metabolizmaya ilişkin etkenler, bedendeki değişimler, toplumdaki ideal fiziksel özellikler, beden gelişiminin erken, zamanında ya da geç olgunlaşması gibi etkenlerden etkilenir (7). Spora katılımında beden imgesini etkileyen ve kişinin beden imgesinden hoşnut olma düzeyinin artırılmasında kullanılan bir araçtır. Yapılan araştırmalar (5, 8, 10, 12, 15) spora katılımın beden imgesi üzerine etkisini açıkça ortaya koymaktadır.

Son yıllarda araştırmacılar tarafından spora katılımı ilişkisi araştırılan bir başka psikolojik kavram da kendini fiziksel algılamadır. Fiziksel ben (physical self) ya da fiziksel algılama (physical self perception) kendine güvenin ve benlik kavramının önemli bir ögesidir (6). Spo-

ra katılımın fiziksel algılama üzerine etkisi değişik egzersiz programlarını bu kavram üzerine etkisi araştırılarak ortaya konmuştur, Örneğin Caruso ve Gill (3) aerobik ve kuvvet antrenmanlarının, Page, Fox, McManus ve Armstrong (11) aerobik programının fiziksel algılamaya etkisini ortaya koymuşlardır. Yine sporcu olanlarla olmayanların karşılaştırıldığı araştırmalarda (13, 14) benlik kavramının bir alt boyutu olarak ele alınan fiziksel ben ya da fiziksel algılama puanlarının sporcularda sporcu olmayanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Bu bağlamda, bu çalışmanın amacı, üst düzeyde spora katılan genç milli erkek basketbol oyuncularının beden imgesi ve fiziksel algılama düzeylerinin belirlenmesi ve bu iki psikolojik kavram arasındaki ilişkinin araştırılmasıdır.

METOD:

Denekler:

Araştırmaya 1995-1996 sezonunda Genç Milli takım kampına katılan 32 erkek basketbol oyuncusu katılmıştır.

Veri Toplama Araçları:

Kendini Fiziksel Algılama Envanteri (Physical Self Perception Profile): Kişinin 4 alt boyut (sportif yeterlilik, fiziksel kondisyon, vücut çekiciliği, kuvvet) ve genel fiziksel yeterliliğini ölçen envanter her alt ölçekte 6 madde içeren toplam 30 maddeden oluşmaktadır. Envanter her madde için kişiye iki farklı insanı tanımlayan ifade sunmakta ve kişiden bu farklı grupdan hangisine ne derecede benzediğini belirlemesini istemektedir. Kişi önce 2 farklı grup insandan hangisine daha çok benzediğine karar verdikten sonra bu benzemenin derecesini " Tam Bana Uygun" veya " Bana Oldukça Uygun" ifadelerini kullanarak yapmaktadır. Maddelerin puanlaması 1 ile 4 arasındadır. "4" yüksek yeterlilik "1" ise düşük yeterliliği ifade etmektedir. Envanter fiziksel algılamanın 5 farklı boyutunda 6 ile 24 arasında değişen puanlar vermektedir (6). Bu envanterin genç milli erkek basketbol oyuncular için güvenilirliği bu çalışmadan önce yapılan ön çalışma ile belirlenmiştir.

Berscheid, Bohrchar, Walster Beden İmgesi Anketi: Deneklerin beden imgesinden hoşnut olma düzeylerini ölçmek için Berscheid ve arkadaşlarının (1973) beden imgesi anketi kullanılmıştır (7). Araç erkekler için 26 beden özelliğinin, kızlar için ise 25 beden özelliğini içermektedir. Bu aracın Türkiye'ye uyarlama çalışması Gökdoğan (7) tarafından yapılmıştır,

Verilerin Toplanması:

Berscheid, Bohrchar, Walster Beden İmgesi Anketi ve Kendini Fiziksel Algılama Envanteri (Physical Self Perception Profile) araştırmacı tarafından sporculara, kamp sırasında antrenmandan önce uygulanmıştır.

Verilerin Analizi:

Bu çalışmadan elde edilen veriler Windows için SPSS programında tanımlayıcı istatistik ve pearson çarpım momentler korelasyon teknikleri kullanılarak analiz edilmiştir. Hata payı 0.05 olarak kabul edilmiştir.

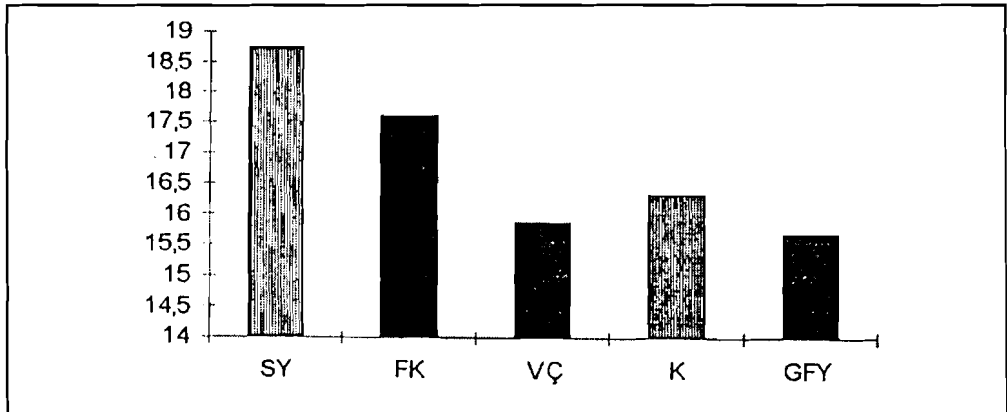
BULGULAR:

Tablo 1'de Genç Milli basketbol oyuncularının kendini fiziksel algılama envanterinin alt ölçeklerine ait ortalama ve standart sapma değerleri ve Grafik 1'de kendini fiziksel algılama profilleri sunulmuştur.

Tablo 1 : Genç Milli Basketbol Oyuncularının Kendini Fiziksel Algılama Düzeyleri

ALT BOYUTLAR	X	SD
SPORTİF YETERLİLİK	18.75	2.75
FİZİKSEL KONDÜSYON	17.59	2.53
VÜCUT ÇEKİCİLİĞİ	15.87	2.90
KUVVET	16.31	2.57
GENEL FİZİKSEL YET.	15.69	2.49

Tablo 1'de görüldüğü gibi en yüksek ortalama değer 18.75 ± 2.75 ile sportif yeterlilik ve en düşük ortalama değer 15.69 ± 2.49 ile genel fiziksel yeterlilik alt boyutunda elde edilmiştir



Grafik 1: Genç Milli Basketbol Oyuncularının Kendini Fiziksel Algılama Düzeyleri

SY: Sportif Yeterlilik FK: Fiziksel kondüsyon VÇ: Vücut Çekiciliği K: Kuvvet GFY: Genel Fiziksel yeterlilik

32 genç milli erkek basketbol oyuncusunun beden parçalarından hoşnut olma düzeyleri ve ortalama beden imgesi değerleri Tablo 2'de sunulmuştur. Buna göre, basketbol oyuncularının en hoşnut oldukları beden parçası spor yeteneği ($4.31 \pm .64$) iken en az hoşnut oldukları kilo (3.34 ± 1.23)' dur.

Tablo 3' de fiziksel algılamanın alt boyutları ile beden imgesi arasındaki korelasyon sonuçları verilmiştir. Tablo 3' e göre ortalama beden imgesi ve vücut çekiçliliği ($r = .35, p < .05$) arasında anlamlı bir ilişki bulunurken, diğer alt boyutlar ve ortalama beden imgesi arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

Tablo 3: Beden İmgesinden Hoşnut Olma ile Kendini Fiziksel Algılama Arasındaki İlişki

ALT ÖLÇEKLER	VÜCUT ÇEK.	FİZ.KOND.	KUVVET	SPOR. YET.	GEN.FİZ.YET.
BEDEN İMGESİ	.35*	.24	.20	-.16	.18

* $P < .05$

Tablo 2: Genç Erkek Milli Basketbol Oyuncularının Beden Parçalarından Hoşnut olma Düzeyleri

BEDEN PARÇALARI	X	SD
BEDEN ORANLARI	4.16	.57
BEDEN DURUŞU	4.09	.82
SPOR YETENEĞİ	4.31	.64
TEN RENGİ	3.97	1.03
KAS GÜCÜ	3.59	1.07
BOY	3.78	.87
KİLO	3.34	1.23
YÜZ GÜZELLİĞİ	3.72	1.02
SAÇLAR	3.69	1.09
GÖZLER	4.19	.74
KULAK	3.84	.85

BURUN	3.94	.95
AĞIZ	4.28	.73
DIŞ	3.47	1.24
SES	4.25	.80
ÇENE	4.16	.63
YÜZDEKİ KIL MIKTARI	3.75	1.05
OMUZLAR	3.87	1.13
KOLLAR	3.94	.98
ELLER	4.00	.95
AYAK	3.56	1.41
KARIN	3.72	1.11
KALÇA	3.72	1.08
BACAK VE BİLEKLER	3.94	1.19
GÖĞÜS VE ÜST BÖLGE	3.97	.97
CİNSEL ORGANLAR	3.87	1.16
ORTALAMA BEDEN HOŞ.DÜZ	3.89	.49

TARTIŞMA:

Bu çalışmanın amacı, genç milli erkek basketbol oyuncularını fiziksel algılama ve beden imgesinden hoşnut olma düzeylerinin belirlenmesi ve bu iki kavram arasındaki ilişkinin araştırılmasıdır.

Bu çalışma bulgularına göre; genç milli erkek basketbol oyuncularının kendini fiziksel algılama envanterinin alt boyutlarından elde ettikleri ortalama değerler sırasıyla; 18.75 ± 2.75 (sportif yeterlilik), 17.59 ± 2.53 (fiziksel kondisyon), 16.31 ± 2.57 (kuvvet), 15.87 ± 2.90 (vücut çekiciliği) ve 15.69 ± 2.49 (genel fiziksel yeterlilik)'dir. Yazılı kaynaklarda sporcular üzerinde " Kendini Fiziksel Algılama Envanteri" ne ait sonuçlara rastlanmadığından, genç milli basketbol oyuncularının değerleri Türk üniversite öğrencileri ile karşılaştırılmıştır. Buna göre, genç milli basketbol oyuncularının elde ettikleri değerler Aşçı, Aşçı ve Zorba (1995)'nin üniversite öğrencileri üzerinde elde ettikleri ortalama değerlerden daha yüksektir. Bu sonuç, spora katılımın fiziksel algılamaya etkisinin bir göstergesi olarak kabul edilebilir.

Bu çalışmada beden imgesi bulgularına göre, genç milli basketbol oyuncularının ortalama beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri $3.89 \pm .49$ 'dır. Bu ortalama değer, liseli basketbol oyuncularını üzerinde yapılan araştırma (Aşçı, Gökmen, Tiryaki, Aşçı ve Zorba, 1993) sonucu ile karşılaştırıldığında daha düşüktür. Aşçı ve ark. (1993) liseli basketbol oyuncularını üz-

erinde yaptıkları araştırmada ortalama beden imgesinden hoşnut olma değerini $4.11 \pm .48$ olarak bulmuşlardır.

Bu araştırmada beden imgesi ile ilgili olarak elde edilen bir başka bulgu da basketbol oyuncularının en çok hoşnut oldukları beden parçalarının sırasıyla, spor yeteneği, ağız, ses, gözler, çene, beden oranları, beden duruşu, eller, göğüsler ve üst bölge olduğunu göstermektedir. Bunun yanısıra, basketbol oyuncularının en az hoşnut oldukları beden parçalarının, kilo, diş, ayak, kas gücü olduğu bulunmuştur. Bu araştırma sonucu gerek Aşçı ve ark. (1993) basketbol oyuncuları, gerekse Çok (1990)'un orta öğretime devam eden bedensel etkinlikte bulunan ergenlerde elde ettiği sonuçlarla benzerlik göstermektedir. Sporda başarı için gerekli olan spor yeteneği, beden oranları, eller, göğüsler ve üst bölge ve omuzlar gibi beden parçalarından hoşnutluk düzeylerinde diğer beden parçalarına göre yüksek puanlar elde edilirken, sporda önemi olan kas gücü puanının düşük olması dikkat çekmektedir. Kas gücünden hoşnut olma düzeyinden hoşnut olma puanı (3.59 ± 1.07) gerek Çok (1990)'un gerekse Aşçı ve ark (1993)'in bulduğu değerlerden düşüktür.

Kendini fiziksel algılama ve beden imgesi arasındaki ilişkiyi test etmek için yapılan korelasyon sonucuna göre, vücut çekiciliği ile beden imgesi arasında anlamlı bir ilişki vardır. Bu sonuca göre, vücut çekiciliği ile beden imgesi arasında doğrusal bir ilişki vardır. Beden parçalarından hoşnut olma düzeyi arttıkça basketbol oyuncularının vücudunu çekici olarak algılama düzeyleri de artmaktadır veya bunun tam tersi olmaktadır. Ayrıca elde edilen sonuç, "Kendini Fiziksel Algılama Envanteri" nin vücut çekiciliği alt ölçeğinin yapı geçerliğini de genç basketbol oyuncuları için desteklemektedir.

Sonuç olarak, spora katılımın beden imgesi ve fiziksel algılamaya etkisi Milli Takım seviyesindeki genç basketbol oyuncuları üzerinde bir kez daha ortaya konmuştur.

KAYNAKÇA

1. Aşçı, F.H., Aşçı, A. ve Zorba, E. (1995). Kendini fiziksel algılama envanterinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. **V. Milli Spor Hekimliği Kongresi**, İzmir.
2. Aşçı, F.H., Gökmen, H., Tiryaki, G., Aşçı, A. ve Zorba, E. (1993). Sportif katılımın liseli erkek öğrencilerin beden bölgelerinden hoşnut olma düzeyleri üzerine etkisi. **Spor Bilimleri Dergisi**, 4,3,38-47.
3. Caruso, M.C. ve Gill, D.L. (1992). Strengthening physical self perception through exercise. **The Journal of Sport Medicine and Physical Fitness**, December, 416-427.
4. Çok, F. (1990). Body image satisfaction in Turkish adolescents. **Adolescence**, 25,98, 409-413.
5. Fowler, E.M. (1988). Body image of female aerobic dancers and nonexercising women.

Dissertation Abstracts International, 49,8, 3488 B.

6. Fox, K. R. (1990). **The Physical Self Perception Profile**. Manual, University of Northern Illinois.

7. Gökdoğan, F. (1988). Orta öğretime devam eden ergenlerde beden imajından hoşnut olma düzeyi. **Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi**. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

8. Kirshnit, C.E. (1989). Athletic involvement during early adolescence: factor affecting sport participation and the effect of athleticism on perception of the self. **Dissertation Abstract International**, 50,7, 3187 B.

9. McCandles, G.R. (1961). **Children and Adolescence**. Holt, New York Rinehart Company.

10. Morgan, W. P. (1985). Effective beneficence of vigorous physical activity. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, 17, 94-100.

11. Page, A. Fox, A., McManus, A. ve Armstrong, N. (1993). Profiles of self perception change following an eight week aerobic training programme. **UK Sport: Partners in Performance. Book of Abstracts**. 4-7 November: Manchester

12. Rohrbacher, R. (1973). Influence of a special camp program for obese boys on weight loss, self concept and body image. **Research Quarterly**, 74,2, X 511 57.

13. Salokun, S.O. (1990). Comparison of Nigerian high school male athletes and nonathletes on self concept. **Perceptual and Motor Skills**, 70, 865-866.

14. Schumaker, J.F., Smool, L. ve Wood, J. (1986). Self Concept, academic achievement and athletic participation. **Perceptual and Motor Skills**, 62, 3 87-390.

15. Synder, E.E. ve Kivlin, J.E. (1975). Women athletes and aspects of psychological well being and body image. **The Research Quarterly**, 46,2, 191-199.

16. Yörükoğlu, A. (1985). **Gençlik Çağı**. Ankara, Tisa Matbaası.