



**Nurdan Karagöz**

Kocaeli University, nurniemdan@hotmail.com, Kocaeli-Turkey

**Elif Karagün**

Kocaeli University, elif.karagun@gmail.com, Kocaeli-Turkey

<http://dx.doi.org/10.12739/NWSA.2015.10.4.2B0102>

## PROFESYONEL SPORCULARIN BEDEN İMAJI ÜZERİNE BETİMSSEL BİR ÇALIŞMA

### ÖZ

Bu araştırmanın amacı, farklı branşlarda yarışan sporcuların beden imajlarını algılama düzeylerini belirlemektir. Bu amaçla; İstanbul, Kocaeli, Ankara, Sakarya, Aydın, Bilecik, Samsun, Kayseri, Kütahya, Hatay illerinden; atletizm, bilek güreşi, basketbol, futbol, hentbol, halter, Judo, voleybol olmak üzere 8 branştan tesadüfi yöntemle seçilen toplam 480 profesyonel sporcu araştırma kapsamına alınmıştır. Sporcuların sosyo-demografik özelliklerini belirleyen bir bilgi anketinin yanı sıra; beden imajını belirlemek için Gökdoğan (1988) tarafından Türkçeye uyarlanan ve Berscheind, Walster-Bohrnstedt'in geliştirdiği Body Imaje Questionnary uygulanmıştır. Araştırma sonucunda beden imajı puanları; cinsiyet, spor branşı, herhangi bir rahatsızlık geçirilip geçirilmediği, geçirilen rahatsızlık türü gibi değişkenler açısından anlamlı bulunurken; medeni durum, spor dışı bir etkinliğe düzenli katılımın olup olmaması, ayrıca düzenli ilaç kullanılıp kullanılmaması, yaş, eğitim durumu, ailenin toplam geliri ve spor yapma yılına göre ise anlamsız bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Beden İmajı, Profesyonel Sporcu, Spor Branşı, Spor, Sporcu Hastalıkları

## A DESCRIPTIVE STUDY ON THE BODY IMAGE OF PROFESSIONAL ATHLETES

### ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the body image perception level of professional athletes. To this end, 480 athletes randomly selected from 8 branches and 10 provinces were included in the study. An information form was applied to determine the socio-demographic features of the athletes and the Body Image Questionnaire, developed by Berscheind and Walster-Bohrnstedt and adapted into Turkish by Gökdoğan (1988) was used to determine the body image of the athletes. As a result of the statistical analyses; body image scores were found significant by the variables of gender, sports branch, whether they had gone through a disorder and the type of the disorder, whereas they were found to be insignificant by marital status, regular participation in non-sports activities, whether they were on regular medication, age, educational status, total income of the family and the year of doing sports.

**Keywords:** Body Image, Professional Athletes, Sport Branch, Sport, Athletes Diseases



## 1. GİRİŞ (INTRODUCTION)

Bireyi birey yapan ve diğerlerinden ayıran özellikler olarak tanımlanan ve psikolojik değişimlerde önemli bir yeri olduğu bildirilen beden imajı; kişiliğin bir parçası olarak, bireyin kendini algılaması, bedeninden hoşnut olması durumuyla bağlantılı ve başkaları tarafından iyi bir şekilde değerlendirilme isteği olarak ifade edilmiş. İyi bir beden imajına sahip olmanın da insanlar tarafından istenen bir durum olduğu bildirilmiştir [1].

İnsanın kendini anlamasında beden imajının önemli olduğu, hatta kişinin görüntüsünde bir bozukluk olmasa bile beden imajı bozuk olduğunda kendini değerlendirmede problem ve psikolojik zorluklar yaşanacağından da söz edilmiştir [2, 3 ve 4]. Beden imajının önemli görülmesinde; televizyon, gazete gibi görsel sunuların sürekli mükemmel yüz ve vücutları göstermesi, kusursuz kadın ve erkek modelleri sunması, yine reklamların da sosyal algılamaya ve davranış yönlendirmesinde etkileri olduğu belirtilmiştir [5, 6 ve 7].

İnsanın gelişimi açısından ergenlik döneminde bedeniyle yoğun ilgilenme olduğu [8 ve 9], özellikle çevreden verilen mesajlarla gençlerin kendi bedenlerine yönelik bir algı geliştirdikleri. Eğer çevreden alınan mesajlar beklenen yönde değil ise gençlerin bedenlerine dair olumsuz, çarpık bir imaj geliştirdikleri ve olumsuz resimlerle kendilerini yetersiz gördükleri ileri sürülmüştür [10]. Spor başarısında önemli yeri olan öz güvenin de kişinin diğer bireylerin kendisiyle ilgili olumlu duygularını bilmesinin yanı sıra; kendisinin de beden bölümlerinden memnun olması ve kendi bedenini beğenmesiyle geliştiği [11, 12, 13 ve 14]. Yine bireyin kendisiyle ilgili olarak olumlu ya da olumsuz görüşe varması sonucu oluşturduğu bildirilen benlik saygısı da sportif başarının temeli olarak değerlendirilmiştir [15, 16, 17 ve 18]. Egzersiz yapma ile benlik saygısı ve beden imgesi arasında dolaylı bir ilişki olabileceği gibi, spora katılımın da, kişinin bedeninden elde ettiği doyumunu, görünüş yönelimini, fiziksel yeterliliğini, bedene ilişkin tutumlarını, duyu ve davranışlarını ve kişinin kendi bedenine yönelik olumlu yönde bir algı gelişiminde etkili olduğu. Beden alanlarındaki doyum üzerindeki bu olumlu etkinin; beden imajını da olumlu yönde desteklediği ortaya konmuştur [19 ve 20].

Literatürde bedensel etkinlikte bulunan kişilerin kendileriyle daha fazla ilgilendikleri, beden parçasının önemi arttıkça beden imajında da farklılık olacağı belirtilmiştir [8, 21 ve 22]. Fizyolojik temele dayandığı bildirilen benlik imajı; bireyin kendi algıları kadar, başkalarının da bakış açısından etkilendiği, psikolojik ve sosyal deneyimlerinden oluşturduğu şekilde açıklamalara yer verilmiştir [23].

Spora katılmanın beden algısına etki ettiği, bedensel etkinlikte bulunan kişilerin kendileriyle daha fazla ilgilendikleri [8 ve 22]. Özellikle Bedene yoğun ilginin olduğu ergenlik döneminde erkeklerin vücut gelişimleriyle fazla ilgilendikleri, kızların tam tersine narin görünmek için çaba harcadıkları, medyada da sürekli bu yönde mesajların verildiği, özellikle kozmetik ürünlerin de bu mesajlarla pazarlandığı görülür. Spor ise, bir taraftan vücudu forma sokmak açısından önemli görülürken; diğer taraftan da ağır antrenmanlar sonucu kas kütlelerinde artış olduğu. Bu açıdan kadın ve erkekler karşılaştırıldığında sporcu kadınların erkeksilik puanlarının sporcu olmayanlara göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir [24].

Tüm bu açıklamalarla bakıldığında sporda performans artışında önemli psikolojik faktörler olan benlik saygısı ve öz güveni besleyen beden imajı açısından sporcuların ne durumda olduğu merak edilmiş. Sürekli antrenmanlara katılan ve profesyonel olarak çalışan sporcularda kendi bedenlerine yönelik değerlendirmelerin ne durumda



olduğu ve bu değerlendirmenin de branşlara göre değişim gösterip göstermediği sorusuna yanıt aranmıştır. Bu amaçla çeşitli branşlardan oluşan sporcuların beden imajı araştırılmaya çalışılarak, bulunan sonuçlar; yaş, cinsiyet, medeni durum, spor branşı, spor yapma yılı, spor dışı katıldığı etkinlik, herhangi bir tedavi görüp görmediği, düzenli ilaç alıp almama, gelir ve eğitim düzeyi gibi değişkenlere göre bir farklılık gösterip göstermediği de belirlenmek istenmiştir.

## 2. ÇALIŞMANIN ÖNEMİ (RESEARCH SIGNIFICANCE)

Spor ve beden imgesinin bütünleştirildiği günümüzde, bir taraftan fiziksel görünümün estetik düzeyde kalması için spor önerilirken, diğer taraftan da aşırı yüklenmelerin özellikle kadın sporcular açısından estetik kaygılara neden olacak şekilde mesajlar alındığı görülür. Ayrıca erkek sporcular açısından kaslı vücuda sahip olmak istenirken kadın sporcular açısından narin görünmek önemli görülmektedir. Sağlık, görünüş ve beden alanlarında doyum özelliklerinin sporculara yüksek olmasının nedeni elit düzeyde sporcu olanların sürekli sağlıklarına dikkat ettikleri, kaslı vücutları nedeniyle de bedenlerinden hoşnut olduklarına yönelik yorumlarla [19], bakıldığında ve toplumun düşünceleri göz önüne alındığında; sporcular açısından kendi bedenlerini algılama durumlarının ne olduğu belirlenmek istenmiştir. Belirlenen sonuçların da; cinsiyetin yanı sıra; yaş, medeni durum, eğitim, gelir düzeyi, geçirilen hastalık ve kullanılan ilaç, spor dışı etkinliğe katılım, spor yılı ve katıldıkları spor branşına göre bir farklılık gösterip göstermedikleri belirlenerek spor çalışmalarına katkı sağlanması düşünülmüştür. Literatüre bakıldığında her ne kadar konu ile ilgili çalışmalar yapılmış olsa da, spor branşlarının karşılaştırıldığı sınırlı sayıda çalışmaların olduğu belirlenmiştir [27]. Bu açıdan branşlar arasında farklılık olup olmadığına dair verilerin alınması literatüre katkı sağlaması açısından önemli görülmüştür.

## 3. YÖNTEM (METHOD)

Bu araştırma betimsel bir çalışmadır. 2013 yılında Türkiye’de İstanbul, Kocaeli, Ankara, Sakarya, Aydın, Bilecik, Samsun, Kayseri, Kütahya, Hatay illerinde; atletizm, bilek güreşi, basketbol, futbol, hentbol, halter, judo, voleybol olmak üzere 8 branştan tesadüfi yöntemle seçilen toplam 480 profesyonel sporcu üzerinde çalışılmıştır.

### 3.1. Verilerin Toplanması (Collecting Data)

Sporcuların sosyo-demografik özelliklerini belirlemek için literatür bilgileri ışığında hazırlanan 14 soruluk bir bilgi anketi ile Berscheind, Walster ve Bohrnstedt’in geliştirdiği ve Türkçeye uyarlanması Gökdoğan (1988) [22] tarafından yapılmış. Sonrasında üniversite öğrencileri için de güvenilirliği sınanmış ve test güvenilirliği  $r=70$ , Cronbach lfa değeri de 0.91 olarak bulunmuş [25] olan Beden İmajı Ölçeği kullanılmıştır. Bu çalışmada da kullanılan ve kadınlar için 26, erkekler için 27 maddeden oluşan ve ‘‘son derece hoşnutum’’, ‘‘oldukça hoşnutum’’, ‘‘kararsızım’’, ‘‘pek hoşnut değilim’’, ‘‘hiç hoşnut değilim’’ şeklinde yanıtlanan beşli likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin yapılan test tekrar güvenilirliği bu çalışma için Cronbach Alfa Güvenirlik katsayısı 0.87 bulunmuştur.

### 3.2. Verilerin Analizi (Data Analysis)

Kolmogorov-Smirnov test sonucu verilerin normal bir dağılım gösterdiği ve homojen olduğu belirlendiği için parametrik testlerden ikili küme karşılaştırmaları için ‘‘bağımsız grup t testi’’ üç veya daha fazla küme karşılaştırmaları için ‘‘tek yönlü varyans analizi (Anova)’’ kullanılmıştır. Branşlar açısından ileri derecede anlamlı bulunan

farkın hangi branşlar arasında olduğunu belirlemek için de "Tukey" testi kullanılmıştır.

#### 4. BULGULAR (FINDINGS)

Bu bölümde profesyonel sporcuların sosyo-demografik değişkenlere göre belirlenen beden imajına ilişkin bulguların "T testi" sonuçları Tablo 1'de, "ANOVA testi" sonuçları ise Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 1. Sosyo demografik değişkenlere göre beden imajı sonuçları  
(T testi )  
(Table 1. According to socio-demographic variables body image results  
(T test))

Değişkenler	Gruplar	N	%	Ort. ± Ss.	P
Cinsiyet	Kadın	240	50	102.89±13.04	.000
	Erkek	240	50	112.21±13.00	
Medeni Durum	Evli	35	7.3	108.37±11.27	.717
	Bekar	445	92.7	107.49±14.01	
Düzenli Spor Dışı Aktiviteye Katılım	Evet	186	38.8	107.87±12.89	.687
	Hayır	294	61.3	107.35±14.39	
Herhangi Bir Hastalık Geçirme	Evet	120	25.0	103.74±13.61	.000
	Hayır	360	75.0	108.82±13.67	
Düzenli Bir İlaç Kullanıp Kullanmadığı	Evet	42	8.8	103.009±15.60	.028
	Hayır	438	91.3	107.98±13.57	

Tablo 1'de görüldüğü üzere; Sporcuların beden imajı puan ortalamaları cinsiyet açısından karşılaştırıldığında; kadınların beden imajı puan ortalamaları (102.89±13.04) erkeklerin (112.21±13.00) puan ortalamalarından anlamlı derecede düşük olduğu görülmüştür (P= 0.000, P<0.05). Medeni durum açısından evli olanlarla (108.37±11.27) bekar olanların (107.49±14.01) puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark görülmemiştir (p=.717). Spor dışı bir etkinliğe katılanların puanları (107.87±12.89) ile spor dışı etkinliğe katılmayanların (107.35±14.39) puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (p=.687). Herhangi bir rahatsızlık geçirdiğini bildirenler ile (103.74±13.61) herhangi bir rahatsızlık geçirmeyenlerin (108.82±13.67) ortalama puanları arasında ise anlamlı farklılık olduğu görülmüştür (p=.000). Herhangi bir rahatsızlık durumunda düzenli ilaç kullananlar (103.009±15.60) ile kullanmayanların (107.98±13.57) ortalama puanları arasındaki farkın da anlamlı olduğu (p=.028) görülmüştür. Sporcuların; 18-20 yaş grubunda 107.36±13.88; 21-24 yaş arası 108.47±14.28; 25-28 yaş aralığının da 105.13±12.87; 29 yaş ve üzeri gruplarda 110.64±13.82 puan aralığında olduğu ve bu ortalamalar arası farklar analiz edildiğinde anlamlı olmadığı görülmüştür (p=.264).

Eğitim düzeyi açısından bakıldığında; ilk öğretim mezunu olanlarda 111.71±14.39; lise mezunu olanlarda 107.20±14.22; üniversite mezunlarında 107.63±13.63 puan ortalamasına sahip oldukları, ortalamalar arası fark analiz edildiğinde anlamlı olmadığı belirlenmiştir (p=.690). Ekonomik durum açısından 1000tl ve altı olanlarda 107.54±17.51; 1001-1500tl arası olanlarda 106.66±13.82; 1501-2000tl arası geliri olanlarda 108.11±14.46; 2001-2500tl arası gelire sahip olanlarda 107.30±13.50; 2501tl ve üzeri gelire sahip olanlarda ise 108.25±11.03 puan aldıkları, alınan bu puanlar arasındaki farkın da anlamlı olmadığı belirlenmiştir (p=.916). Spor yapma yılı açısından bakıldığında ise; 1-3 yıl arası 109.60±13.96; 4-6 yıl arası olanlar 106.87±14.89; 7-9 yıl arası olanlar 108.03±13.99; 10-12 yıl arası olanlar 108.03±11.89; 13-15 yıl arası olanlar 104.74±15.77; 15 yıl ve üzeri spor geçmişi olanlarda ise 107.52±10.25

olarak bulunmuştur. Grupların aldığı bu puanlar arası farka bakıldığında sonuçların anlamsız olduğu belirlenmiştir (p=.556).

Tablo 2. Sosyo demografik değişkenlere göre beden imajı sonuçları  
(ANOVA testi)

(Table 2. According to socio-demographic variables body image results  
(ANOVA test))

Parametreler	Grup	N	%	Ort. ± Ss.	P
Yaş	18-20 Yaş	244	50.8	107.36±13.88	.264
	21-24 Yaş	144	30.0	108.47±14.28	
	25-28 Yaş	67	14.0	105.13±12.87	
	29 Yaş ve Üzeri	25	5.2	110.64±13.82	
Eğitim	İlköğretim	7	32.3	111.71±14.39	.690
	Lise	155	66.3	107.20±14.22	
	Universite	318	10.0	107.63±13.63	
Gelir Durumu	1000tl ve Altı	48	10.0	107.54±17.51	.916
	1001-1500 t1	118	24.6	106.66±13.82	
	1501-2000 t1	123	25.6	108.11±14.46	
	2001-2500 t1	100	20.8	107.30±13.50	
	2501 t1 ve Üzeri	91	19.0	108.25±11.03	
Spor Yapma Yılı	1-3 Yıl	53	11.0	109.60±13.96	.556
	4-6 Yıl	108	22.5	106.87±14.89	
	7-9 Yıl	113	27.7	108.03±13.99	
	10-12 Yıl	115	24.0	108.03±11.89	
	13-15 Yıl	54	11.3	104.74±15.77	
	15 Yıl ve Üzeri	17	3.5	107.52±10.25	
Geçirilen Rahatsızlık Türü	Fiziksel	85	17.70	103.84±12.00	.004
	Psikolojik	9	1.88	101,88±11.95	
	Fiziksel ve Psikolojik	24	5	103.29±19.01	
	Rahatsızlık yok	362	75.42	--	
Spor Branşı	El bileği	60	12.5	118.28±14.34	.000
	Atletizm	60	12.5	112.13±13.41	
	Futbol	60	12.5	108.20±13.27	
	Basketbol	60	12.5	106.06±13.88	
	Hentbol	60	12.5	104.30±11.43	
	Voleyboll	60	12.5	107.78±12.83	
	Halter	60	12.5	109.91±13.64	
	Judo	60	12.5	100.76±14.59	

Sporcuların geçirdiği rahatsızlık türüne göre fiziksel rahatsızlık geçirenlerin 103.84±12.00; psikolojik rahatsızlık geçirenlerin 101,88±11.95; hem Fiziksel hem de psikolojik rahatsızlık geçirenlerin 103.29±19.01 puan aldıkları görülmüştür. Alınan bu puanlar arası farkın anlamlı olduğu bulunmuştur(p=.004). Sporcuların katıldıkları branşlar açısından el bileği 118.28±14.34; atletizm 112.13±13.41; futbol 108.20±13.27; basketbol 106.06±13.88; hentbol 104.30±11.43; voleybol 1107.78±12.83; halter 109.91±13.64; judo sporcularında 100.76±14.59 puan aldıkları belirlenmiştir. Belirlenen bu puanlar branşlar açısından karşılaştırıldığında aradaki farkın anlamlı olduğu görülmüştür (p=.000).

Tablo 3. Yapılan spor branşı açısından beden imajı puanları  
(Tukey testi)  
(Table 3. Tukey test results showing the differences among the  
branches)

Branş	Branş	Ortalama	Standart Sapma	P Değeri
Judo	Bilek Güreşi	10.51	2.45	.001
	Atletizm	11.36	2.45	.000
	Futbol	7.43	2.45	.053
	Halter	9.15	2.45	.005
Atletizm	Hentbol	7.83	2.45	.033

Tablo 3’de beden imajı puanlarının hangi branşlar arasında anlamlı farklılık gösterdiği verilmiştir. Tablo 2 de branşlara göre ortalama puanlar açısından judo en düşük puan olarak görülmüştü. Tablo 3’e bakıldığında judo branşı ile bilek güreşi (p=.001), atletizm (p=.000), futbol (p=.053)ve halter (p=.005) arasında anlamlı bir fark görülmüştür. Ayrıca atletizm branşı ile sadece hentbol (p=.033) branşı arasında anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir.

##### 5. TARTIŞMA VE SONUÇ (DISCUSSION AND CONCLUSION)

Bu çalışmada erkek sporcuların beden imajı puan ortalamaları kadın sporculardan daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgularımızı destekleyen verilerin [25, 26, 27 ve 28] aksine cinsiyetin beden algısına etki etmediğini bildiren çalışmaların da olduğu görülmüştür [29].

Literatürde sporcu kadınların sporcu olmayanlara göre vücudundan daha fazla memnun oldukları bilgilerinin yanında [30] sporcu kadınların erkeksilik puanları sporcu olmayanlara göre daha yüksek olduğu, spor yapan kadınların erkeksi olmaya doğru değişim gösterdikleri, kadınsılık rollerinde erimeyle birlikte androjen özelliklerinin arttığı belirtilmiştir [24]. Spor yapma sonucunda beden algısında olumlu değişimler görülmekle birlikte; özgüven artışı ve özgüven duygusundaki artış sonrasında da sporcuların bedenleriyle ilgili daha az kaygı yaşadıklarını bildiren çalışmalar da mevcuttur [11]. Kadınların erkeklere göre fiziksel görünülerinden daha çok rahatsız oldukları ve daha fazla dış görünülerine yatırım yaptıkları; erkeklerin ise kadınlara göre bedenlerinden daha fazla hoşnut olduklarını bildiren çalışmalar da mevcuttur [31].

Sosyo-kültürel değerlerin beden algısına yansıdığı [32] gerçeği ile bakıldığında toplumsal cinsiyet rol öğrenmeleri yoluyla; erkek kaslı, kadın ise ince narin olması gerektiğini öğrenmektedir. Kadın sporcular spor yaptıkça bedenlerindeki kas artışı ile birlikte narinlik düşüncesinden uzaklaşmaları sonucu toplumsal cinsiyet algısıyla çelişen bir durum oluşurken, erkek açısından kaslı bir vücuda sahip olmanın iyi bir fiziğe sahip olmak şeklinde değerlendirilmesiyle toplumsal cinsiyet algısını destekleyen bir durum oluşturmaktadır. Böylece fizik görünülerini kişilerin kendilerini beğenmeleri sonucu; erkek sporcuların beden imajı puanları kadın sporcuların beden imajı puanlarına göre yüksek çıkmasında bir etken olduğu düşünülmüştür.

Çalışma kapsamındaki sporcuların beden imajlarının yaş değişkenine göre karşılaştırılması sonucunda, 29 ve üzerindeki sporcuların beden imajı puanlarının birinci sırada, 25-28 yaş gurupları arasındaki sporcuların beden imajları son sırada yer aldığı belirlenmiştir. Bu sonuç sporcuların yaşları yükseldikçe beden imajlarında da olumlu bir artış olduğunu göstermiştir. Bu verilerin de; beden imajının, kişinin yaş değişkenine göre değişebildiği.

Bedenle ilgili imajın; eski ve yeni tüm duygu, tutum ve algılardan meydana geldiği. Diğer insanlarla ve ilişkiler yoluyla biçimlendiği için kişinin düşüncelerinin yanında başkalarının da bakış açılarının önemli olduğu, bu durumun yıllarca sürebildiği ve zaman geçtikçe bireylerin kendindeki durumu kabullendiklerini belirten açıklamaları desteklediği [23 ve 32] görülmüştür. Yaş ile beden algısı arasında anlamlı bir ilişki bulmayan araştırmalar olsa da [27], ergenlik döneminde bilinç dışı öznel yaşantılardan etkilenildiği, beden imajı konusunda hassasiyet olduğu [32 ve 33] bilgileri göz önüne alındığında; yaş artışıyla birlikte dış görünüşüne yönelik oluşan deneyimlerle kendini tanımadan kaynaklı beden imajı puan artışı olabileceği düşünülmüştür.

Sporcuların beden imajları eğitim değişkenine göre karşılaştırıldığında; anlamlı bir sonuç alınmasa da ilkökul mezunu sporcuların beden imajları lise mezunu sporculara göre yüksek bulunmuştur. Konu ile ilgili çalışmalara bakıldığında araştırma bulgularımızı yorumlayabilecek bilgiye ulaşılmamakla birlikte; eğitimle birlikte olayları yorumlamaya dönük bir tecrübe oluştuğu ve daha hassas yaklaşıldığı, eğitim düzeyi düştükçe bedeni ile ilgili daha az önemsenenin olabildiği şeklinde yorum yapılmakla birlikte eğitim açısından karşılaştırma yapan daha detaylı değerlendirmelere ihtiyaç olduğu düşünülmüştür.

Çalışma kapsamındaki sporcuların beden imajları aylık gelir değişkenine göre karşılaştırıldığında; anlamlı bir fark görülmemiştir. Literatür incelendiğinde de araştırmamıza benzer sonuçların alındığını gösteren çalışmaların aksine [32 ve 33] gelir durumu yükseldikçe beden algısı puanlarında da artış olduğunu bildiren çalışmaların da mevcut olduğu görülmüştür [27]. Bu farklılığın nedeni bu çalışmanın profesyonel olarak spor yapan, kulüplerde çalışan sporcularla yapılması, ekonomik duruma göre fark bildiren diğer çalışmanın [27] ise üniversitede okuyan ve çeşitli branşlarda spor yapanlarla yapılmasının etkisi olabileceği ve bundan sonra yapılacak çalışmalarda bu durumun daha detaylı sorgulanmasının uygun olacağı düşünülmüştür.

Sporcuların beden imajı puanları spor yapma yılı değişkenine göre karşılaştırıldığında; anlamlı sonuçlar alınmasa da 1-3 yıl arası spor yapanların beden imajı puanları daha yüksek bulunmuştur. 13-15 yıl arasında spor yapanların beden imajı puanlarının ise en düşük olduğu görülmüştür. Spor yapma yılı az olan sporcuların beden imajlarının daha yüksek olmasının sebebi; bireylerin spora yeni başlamasına paralel olarak fiziksel ve kassal gelişimin artmasından kaynaklı bir memnuniyet yaşamalarının sonucu olabileceği düşünülmektedir. Yapılan literatür taramasında çalışmamızın verileriyle çelişen çalışmalarla karşılaşılmıştır. Bu çalışmalarda deneyimi fazla olan sporcuların beden imajlarından hoşnut olma puanlarının deneyimsizlere göre daha yüksek olduğu bildirilmiş [27, 35 ve 36].

Bu sonuçlarda spor yılı arttıkça sporcuların becerilerinden hoşnut olma düzeylerinin arttığı, kazanılan becerilerin zamanla mükemmelleşmesi, ayrıca elit düzeyde spor yapanların yıllar geçtikçe kaslı vücut gelişimleri nedeniyle bedenlerinden hoşnutluklarının arttığı şeklinde açıklamalarla desteklenmiştir [19 ve 34]. Tüm bu bulgular daha detaylı, çalışmaların planlanmasının daha açıklayıcı bilgilere ulaşılması açısından önemli görülmüştür.

Spor branşına göre bakıldığında; atletizm branşındaki sporcuların beden imajları birinci sırada, judo branşındaki sporcuların beden imajları ise son sırada yer aldığı bulunmuştur. Yapılan çalışmalarda, beden imajı ile spor branşı arasında anlamlı ilişki olduğu ve basketbol branşında en yüksek, cimnastik



branşındakilerde de en düşük beden algısı bulunmuş [27]. Yine diğer çalışmalarda beden imajı ortalama puanlarının; en yüksek futbol, en düşük ise güreşçilerde görüldüğü bildirilmiş [23]. Gerek bizim bulgularımız gerek literatür bulguları, sportif başarıda kas gücünün önemli olduğu [8] bilgileriyle yorumlandığında; güreş ve judoda beden uzuvlarının her birinin kas gücüne dayalı olması ve sportif başarı için sürekli kendi gücünü aşma çabasıyla bu gücü yetersiz bulmalarından kaynaklı olmuş olabileceği düşünülmüştür. Bu çalışmanın amaçları arasında kas gücüne dayalı beden imajı karşılaştırması olmadığından, daha detaylı planlanmış çalışmaların yapılması konuya daha ayrıntılı bilgi sunması açısından önemli görülmüştür.

Sonuç olarak, beden imajı; medeni durum, yaş, eğitim ve gelir durumu, hastalık geçirme durumu, spor yılı ve düzenli olarak spor dışı bir etkinliğe katılımı ilişkili bulunmamıştır. Erkek olmak, herhangi bir hastalık geçirmemek, düzenli ilaç kullanmaması da beden imajı puanlarının yüksek çıkması açısından avantaj sağladığını göstermiştir. Sporun bedensel bir etkinlik olduğu düşünüldüğünde; sportif başarıda önemli görülen öz güvenin yüksek olması için beden imajının olumlu olması sportif başarı açısından önemli olduğu değerlendirilmiştir. Bu açıdan beden imajı, sportif öz yeterlik ve öz güven ilişkisini değerlendiren daha kapsamlı çalışmaların yapılmasının uygun olacağı düşünülmüştür.

#### KAYNAKLAR (REFERENCES)

1. Koparan, Ş., Öztürk, F. ve Korkmaz, N.H., (2010). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Özyeterlik Algısı ve Sosyal Fizik Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Bursa Örneği). e-Journal of New World Sciences Academy, Sports Sciences, 2B0059, c:5, s:4, ss:286-293. [http://www.newwsa.com/download/gecici\\_makale\\_dosyaları/NWSA-58-6-9.pdf](http://www.newwsa.com/download/gecici_makale_dosyaları/NWSA-58-6-9.pdf) ( Erişim Tarihi: 03.07.2014).
2. Aygör, N., (2010). 12-14 Yaş Grubu Ergenlerde Beden Bölgelerinden Ve Özelliklerinden Hoşnut Olma Durumu ve Beden İmajının Değerlendirilmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
3. Newell, R. and Marks, I., (2000). Phobic Nature of Social Difulty in Facially Disfigured People. British Journal of Psychiatry, c:176: 177-181. DOI: 10.1192/bjp.176.2.177
4. Tan, M., (2004). Sürekli Ayaktan Periton Diyalizi Uygulanan Hastaların Benlik Saygısı ve Beden İmajını Algılayışları. Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokul Dergisi, c:7, s:3, ss:68.
5. Becker, A.E., (2004). New Global Perspectives On Eating Disorders, Culture. Medicine and Psychiatry, c:28, s:4, ss:433-437.
6. Plous, S., (2003). The Psychology Of Prejudice, Stereotyping, And Diserimination: An Overview, (ed. S. Plous), Undersinding Prejudice And Discrimination, New York: Mcgraw. Hill, (Çev: S. İkiev ve E. Aktunç), Türk Psikoloji Bülteni, c:10, s:33, ss:93-107.
7. Ziyalar, A., (1985). Beden İmajı Kavramı. Yeni Sempozyum, Cerahpasa Tıp Fakültesi Dergisi, 1-2, ss:31-37.
8. Aşçı, F.H., (1994). Genç Erkek Milli Basketbolcuların Kendini Fiziksel Algılama Ve Beden İmgelerinden Hoşnut Olma Profilleri, Spor Bilimleri Dergisi Sbd, c:7, s:4 ss:13-20.
9. Örsel S., Canpolat, B.N. ve Akdemir, A., (2004). Diyet Yapan ve Yapmayan Ergenlerin Kendilik Algısı, Beden İmajı ve Beden Kitle İndeksi Açısından Karşılaştırılması. Türk Psikiyatri Dergisi, c:15, s:1, ss:5-15.





10. Baybek H. ve Yavuz S., (2005). Muğla Üniversitesi Öğrencilerinin Benlik Saygılarının İncelenmesi. Muğla Üniversitesi SBE Dergisi (İLKE), c:14, s:2, ss:73-95.
11. Kasatura, İ., (1998). Kişilik ve Özgüven, 1. Baskı, İstanbul: Evrim Yayınevi ve Bilgisayar San. Tic. Ltd. Şti.
12. Yavuzer, H., (2002). Çocuk Psikolojisi, 23. Basım, İstanbul: Remzi Kitabevi A.Ş.
13. Öztürk, O., (2004). Ruh Sağlığı ve Bozuklukları. Yenilenmiş Onuncu Baskı, Ankara: Feryal Matbaası.
14. Uğur, G., (1996). Üniversite Öğrencilerinde Atılğanlık Ve Beden Algısı İlişkisi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. İzmir: Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
15. Aşçı, F.H., (1999). Benlik Kavramı ve Spor. Spor Psikolojisi Kursu, P Bayar (Der), Ankara: Bağırğan Yayınevi.
16. Gün, E., (2006). Spor Yapanlarda ve Spor Yapmayan Ergenlerde Benlik Saygısı. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
17. Çuhadaroğlu, F., (1986). Adolesanlarda Benlik Saygısı. Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
18. İzgiç, F., Akyüz, G., Doğan, O. ve Kuğu, N., (2001). Üniversite öğrencilerinde Sosyal Fobi Ve Beden İmgesi İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin Araştırılması. Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji (3P) Dergisi, c:9, s:4, ss:591-598.
19. Bastuğ, G. ve Kuru, E., (2009). Bayan Sporcuların Bedenlerini Algılama Düzeyleri ve Cinsiyet Rollerini Üzerine Bir Arastırma, Gazi Üniversitesi, Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, c:29 s:2, ss:533-555.
20. Mülazımoğlu, Ö., Kirazcı, S. ve Aşçı, F.H., (2002). Sporcu ve Sporcu Olmayan Bayanların Sosyal Fizik Kaygısı Ve Beden İmgesinden Hosnut Olma, 7. Uluslararası Spor Bilimleri Sempozyumu, 27-29 Ekim, Antalya: Akdeniz Üniversitesi.
21. Potter, P. and Perry, A.G., (2001). Self-Concept. Fundamentals Of Nursing. 5th ed. St. Louis: Mosby. p:540-65.
22. Gökdoğan, F., (1988). Orta Öğretime Devam Eden Ergenlerde Beden İmajından Hosnut Olma Düzeyi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
23. Ayaz, S., (2008). Stomalı Bireylerde Beden İmajı Ve Benlik Saygısı. Türkiye Klinikleri Tıp Bilimleri Dergisi, s:28, c:2 ss:154-59. <http://www.turkiyeklinikleri.com/article/tr-stomali-bireylerde-beden-ima-ji-ve-benlik-saygisi-50357.html> (05. 12. 2014 tarihinde erişildi)
24. Koca, C. ve Aşçı, F.H., (2000). Farklı Spor Branşlarında Yer Alan Bayan Sporcularda ve Sporcu Olmayanlarda Cinsiyet Rolü Eğilimi, 6. Hacettepe Spor Bilimleri Kongresi, 3-5 Kasım, Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
25. Kalafat, T. ve Kınca, R.Y., (2008). Üniversite Öğrencilerinin Beden Memnuniyeti Düzeyleri İle Sosyal Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Buca Eğitim Fakültesi Dergisi, s:23, ss:41-47.
26. Tiegman, M., (2004). Body Image Across The Adult Life Span: Stability and Change. Body Image, c:1, s:1, ss:29-41.
27. Alagül, Ö., (2004). Farklı Spor Branşlarındaki Sporcuların Atılğanlık İle Beden Algısı İlişkisi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
28. Kuru, E. ve Baştuğ, G., (2008). Futbolcuların Kişilik Özellikleri Ve Bedenlerini Algılama Düzeylerinin İncelenmesi,



- SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, c: VI, s:2, ss:95-101.
29. Altıntaş, A. ve Aşçı, H., (2005). Fitnes Uzmanlarının Bedenlerine Yönelik Algıları, SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, c:III, s:3, ss:101-104.
  30. Robinson, K. and Ferraro, F.R., (2004). The Relationship Between Types of Female Athletic Participation and Female Body Type, Journal of Psychology, vol:138, number:2, ss:115-128.
  31. Smith, D., Thompson, K., Raczynski, J., and Hinler, J., (1999). Body Image Among Men and Women in a Biracial Cohort: The Cardia Study. International Journal of Eating Disorders, Jan 25(1), p:71-82.
  32. Ergür, E. ve Ergür, E., (1996). Üniversite Öğrencilerinde Beden-Benlik Algısı İle Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Ege Üniversitesi.
  33. Cafri, G., Yamamiya, Y., Brannick, M., and Thompson, J.K., (2005). The Influence of Sociocultural Factors on Body Image. Clinical Psychology: Science and Practice, volume:12, p:421-433.
  34. Gültekin, O., (2002). Türkiyede Slalom ve Kayaklı Koşu Yapan Genç Erkek Kayakçıların Kendini Fiziksel Algılama ve Beden İmgelerinden Hoşnut Olma Profilleri, Doktora Tezi, Bursa: Uludağ Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
  35. 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, volum:3, number:4, pp:38-47.
  36. Koca, C., Aşçı, F.H. ve Oyar, Z., (2003). Elit Sporcularda Denetim Odağı ve Fiziksel Benlik Algısının Cinsiyete, Yapılan Spor Branşına ve Spor Deneyimine Göre Karşılaştırılması, Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, c:8, ss:3-12.