



BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRENCİLERİ, ÖĞRETMENLERİ VE DANCILARIN FİZİKSEL BENLİK ALGILARININ KARŞILAŞTIRILMASI

Pelin AKYOL¹ Vedat ERİM¹ Bade YAMAK²

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, beden eğitimi öğrencileri, öğretmenleri ve dansçıların fiziksel benlik algılarının karşılaştırılmasıdır. Araştırmaya Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören 240 öğrenci, Samsun ilinde beden eğitimi öğretmenliği yapan 71 öğretmen ile 70 bale sanatçısı olmak üzere toplam 381 kişi katılmıştır. Araştırmada "Kendini Fiziksel Algılama Envanteri (PSPP)" kullanılmıştır. 26 yaş üstü erkeklerin vücut çekiçliliği ve genel fiziksel yeterlilik değerleri diğer yaş gruplarına göre anlamlı derecede yüksek iken ($p<0,05$), 26 yaş ve üstü kadınlarda; spor yeteneği, fiziksel kondisyon, vücut çekiçliliği, genel fiziksel yeterlilik ve kuvvet değerleri anlamlı derecede yüksektir ($p<0,05$). Erkek ve kadınların boylarına göre 5 alt boyutta anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Vücut ağırlığına göre kadınların 26 yaş üstü fiziksel kondisyon ve vücut çekiçliliği değerleri anlamlı derecede düşüktür ($p<0,05$). Cinsiyetler arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Mesleki duruma göre dansçıların öğretmen ve öğrencilerden fiziksel kondisyon, vücut çekiçliliği ve fiziksel yeterlilik değerleri yüksek bulunurken ($p<0,001$), dansçıların öğrencilerden spor yeteneği ve kuvvet değerleri anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ($p<0,05$). Dansçıların spor yeteneği ve fiziksel kondisyon değerleri takım, ferdi ve mücadele spor branşlarıyla uğraşan katılımcılardan $p<0,001$ seviyesinde ve diğer alt boyutlarda $p<0,05$ seviyesinde yüksek bulunmuştur.

Sonuç olarak dansçıların fiziksel benlik algıları beden eğitimi öğrencisi ve öğretmenlerinden farklı bulunmuştur. Buna ilaveten öğrencilerin fiziksel benlik algılarının yaşla ve deneyimle birlikte artacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Dansçı, fiziksel benlik algısı, öğretmen

THE COMPARISON OF PHYSICAL SELF-PERCEPTION OF PHYSICAL EDUCATION STUDENTS, TEACHERS AND BALLET DANCERS

ABSTRACT

The aim of this study is the comparison of the physical self-perception of physical education students, teachers and dancers. 240 students studying in Ondokuz Mayıs University Yaşar Dogu Faculty of Sport Sciences, 71 teachers working as physical education teachers in Samsun and 70 ballet dancers participated in this study. Physical Self-Perception Profile (PSPP) was used in this study. While the values of body attractiveness and general physical capability of men over 26 years of age were significantly higher than the other age groups ($p<0.05$); in women over 26 years of age, sports skills, physical fitness, body attractiveness, general physical capability and strength values were significantly higher ($p<0.05$). As for the height of men and women, no significant difference was found in 5 sub dimensions ($p>0.05$). As for body weight, the values of physical fitness and body attractiveness were significantly lower in women over 26 years of age ($p<0.05$). No significant difference was found between genders ($p>0.05$). As for professional status, while the values of physical fitness, body attractiveness and physical competence of ballet dancers were significantly higher than those of physical education teachers and students ($p<0.001$), sports ability and strength values of ballet dancers were significantly higher than those of physical education students ($p<0.05$). The sport ability and physical fitness values of ballet dancers were significantly higher than team, individual and martial arts participants in the level of $p<0.001$ and also higher in other sub dimensions in the level of $p<0.05$.

As a result; the physical self-perception of ballet dancers were found to be higher than physical education teachers and students. In addition, it is thought that students' physical self-perception can increase with age and experience.

Keywords: Ballet dancer, physical self-perception, teacher

¹ Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi. Yazışmadan sorumlu yazar: E-mail:vedat.irim@omu.edu.tr

² Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

GİRİŞ

Benlik, kendi kişiliğimize ilişkin kanılarımız ve kendi kendimizi görüş tarzımızdan oluşur. Bir bakıma benlik, kişiliğimizin öznel yanı olarak tanımlanabilir [1]. Benlik kavramı genellikle süreklilik ve tutarlılık gösterse de belli bir esnekliği vardır [2]. Benlik algısı dış dayanaklardan yola çıkarak bireyin kendini algılayış biçimi ve kendi hakkında yaptığı değerlendirmeler olarak bireyin benlik kavramını oluşturur [3]. Fiziksel benlik algısı ise bireyin psikomotor boyutta kendisini algılaması ve değerlendirmesi şeklinde tanımlanır. Diğer bir deyişle bireyin motor becerilerde ve fiziksel uygunluk parametrelerinde kendini nasıl algıladığı ve değerlendirdiğidir [4]. Bedenin ve fiziksel görünümün, kişiler arası ilişkileri etkilediği, fiziksel olarak çekici olan kişilerin, çekici olmayan kişilere oranla çevrelerindeki tarafından daha olumlu kişilik özelliklerine sahip olduklarının düşünüldüğü, çekici kişilerin toplumsal yetkisinin, çekici olmayanlara göre daha fazla olduğu, ayrıca çekici kişilerin çekici olmayanlara göre daha çok sevildiği belirtilmektedir [5].

Fiziksel olarak kendini yeterli gören veya başkaları tarafından o şekilde algılanan bireyin kendi vücudunu beğenmesi ve fiziksel olarak kendi kendine yeterli olabileceğini düşünmesinin yanı sıra, algılanan fiziksel yeterliliğin üst seviyede olması sonucunda öz saygı düzeyi gibi benliğin temel yapılarının da yüksek olması olağan bir durumdur. Gençlerde sağlıklı bir fiziksel uygunluk süreci için en iyi yolun beden eğitimi programları ve sportif aktiviteler olduğu düşünülmektedir [6]. Spor yapanlar aynı şartlardaki spor yapmayanlara kıyasla, çoğunlukla daha kültürlü ve esprili olarak tanınırlar. Bu kimseler ruhsal ve fiziksel yönden daha güçlü beden ve beyin yapısına sahiptirler [7]. Fiziksel görünümün, benlik kavramının en önemli belirleyicisi olduğu Pangraz (1982), tarafından ifade edilirken, sporcuların sporcu olmayanlara göre kendilerini fiziksel olarak daha olumlu algıladıkları Can (1990) tarafından belirtilmiştir [8,9]. Fiziki görünüşe verilen önem çoğunlukla kitle iletişim araçlarıyla tüm toplumlara, dolayısıyla da tek tek bireylere ulaştırılırken insanlar da bu tür görüş ve değerlendirmelere koşullanmışlardır.

Günümüzde fiziksel benlik algısı ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında dansçılarla ilgili yapılan çalışmaların yeterli olmadığı tespit edilmiştir. Buradan hareketle yapılan bu çalışma fiziksel olarak ön planda olan beden eğitimi öğretmeni, öğrenci ve dansçıların fiziksel benlik algılarını karşılaştırmak amacıyla yapılmıştır.

MATERYAL VE METOT

Araştırmaya Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören 240 öğrenci, Samsun ilinde görev yapan 71 beden eğitimi öğretmeni ile 70 bale sanatçısı olmak üzere toplam 381 kişi katılmıştır. Araştırmada Aşçı ve arkadaşları [10] tarafından güvenilirlik ve geçerliliği yapılan "Kendini Fiziksel Algılama Envanteri" kullanılmıştır.

Fox ve Corbin [11] tarafından geliştirilen ve 5 alt boyuttan (sportif yeterlilik, fiziksel kondisyon,

vücut çekiciliği, kuvvet ve genel fiziksel yeterlilik) oluşan envanter, her alt boyutunda altı madde içeren toplam 30 maddeden oluşmaktadır. Envanterde, her madde için kişiye iki farklı insanın ifadesi sunulmakta ve kişiden bu farklı ifadelerden hangisine ne derece benzediğini belirlemesi istenmektedir. Kişi iki farklı ifadeden kendisine en yakın olan ifadeyi belirledikten sonra bu benzerliği derecelendirmek için ‘‘Tam Bana Uygun’’ veya ‘‘Bana Kısmen Uygun’’ ifadelerini kullanmaktadır. Maddelerin puanlaması 1 ile 4 arasındadır. ‘‘4’’ yüksek yeterlilik, ‘‘1’’ ise düşük yeterliliği ifade etmektedir. Envanter, fiziksel algılamanın 5 farklı boyutunda 6 ile 24 arasında değişen puanlar vermektedir.

Veriler analize başlanmadan önce normallik varsayımına ve homojenlik testlerine tabi tutulmuştur. Yapılan Kolmogorov- Smirnov testi ve Levene testleri ile verilerin normal dağılıma sahip olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Gerekli varsayımlar sağlandıktan sonra verilere Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA), gruplar arası farklılığı tespit etmek ve hangi grupta ayrışma olduğunu ortaya koymak için de LSD oklu karşılaştırma testi uygulanmıştır. Grupların Fiziksel Benlik alt boyutları ve cinsiyetler arasındaki ilişkinin hesaplanmasında ise Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Araştırmanın örnekleme gruplarının belirlenmesinde, konuya benzer bazı çalışmaların ortalama ve standart sapma değerleri esas alınmış, böylece 0,05 hata payı ve 0,90 güç aralığında her bir grup için en az 51 katılımcının yeterli olduğu tespit edilmiştir.

BULGULAR

Çalışmaya ait benlik algısı puanları ve grupların karşılaştırılması aşağıda tablolar halinde sunulmuştur.

Tablo 1: Yaşa göre erkeklerde fiziksel benlik algısı alt boyutlarındaki değişim

Alt Boyutlar	Yaş (yıl)	N	Ort.	SS	Min.	Maks.	f
Spor Yeteneği	17-20 (1)	67	18,46	0,29	13	23	0,723
	21-25 (2)	85	18,11	0,30	11	24	
	26-üstü (3)	79	18,67	0,39	10	24	
	Toplam	231	18,40	0,19	10	24	
Fiziksel Kondisyon	17-20 (1)	67	17,65	0,39	9	23	0,219
	21-25 (2)	85	17,61	0,31	13	23	
	26-üstü (3)	79	17,93	0,43	9	24	
	Toplam	231	17,73	0,21	9	24	
Vücut Çekiciliği	17-20 (1)	67	16,17	0,34	9	23	1,46
	21-25 (2)	85	16,88	0,30	12	24	
	26-üstü (3)	79	16,92	0,35	11	23	
	Toplam	231	16,69	0,19	9	24	
Genel Fiziksel Yeterlilik	17-20 (1)	67	16,67	0,35	9	22	0,901
	21-25 (2)	85	17,35	0,33	10	24	
	26-üstü (3)	79	17,18	0,39	11	24	
	Toplam	231	17,09	0,20	9	24	
Kuvvet	17-20 (1)	67	16,79	0,40	6	23	1,49
	21-25 (2)	85	17,40	0,33	8	24	
	26-üstü (3)	79	17,73	0,39	11	24	
	Toplam	231	17,33	0,21	6	24	

Tablo 1 incelendiğinde erkek katılımcıların fiziksel benlik algısı alt boyutlarında değişim bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 2: Yaşa göre kadınlarda fiziksel benlik algısı alt boyutlarındaki değişim

Alt Boyutlar	Yaş (yıl)	N	Ort.	SS	Min.	Maks.	P/LSD
Spor Yeteneği	17-20 (1)	53	18,15	0,40	11	24	0,172
	21-25 (2)	52	17,98	0,39	12	24	
	26-üstü (3)	45	19,08	0,51	12	24	
	Toplam	150	18,37	0,25	11	24	
Fiziksel Kondisyon	17-20 (1)	53	17,07	0,41	11	24	0,085
	21-25 (2)	52	18,11	0,39	12	24	
	26-üstü (3)	45	18,35	0,50	10	24	
	Toplam	150	17,82	0,25	10	24	
Vücut Çekiciliği	17-20 (1)	53	15,73	0,40	7	24	0,064
	21-25 (2)	52	16,86	0,34	11	22	
	26-üstü (3)	45	16,91	0,46	12	23	
	Toplam	150	16,48	0,23	7	24	
Genel Fiziksel Yeterlilik	17-20 (1)	53	16,43	0,42	8	24	0,045 1<3
	21-25 (2)	52	16,94	0,34	12	23	
	26-üstü (3)	45	18,06	0,49	10	24	
	Toplam	150	17,10	0,24	8	24	
Kuvvet	17-20 (1)	53	16,43	0,40	10	24	0,031 1<3
	21-25 (2)	52	17,28	0,31	14	23	
	26-üstü (3)	45	17,88	0,43	11	24	
	Toplam	150	17,16	0,22	10	24	

Kadın katılımcıların yaşa göre fiziksel benlik algı puanları incelendiğinde (Tablo 2) 17-20 yaş grubu lehine “genel fiziksel yeterlilik” ve “kuvvet” parametrelerinde anlamlılık vardır ($p<0,05$).

Tablo 3: Vücut ağırlığına göre erkeklerde fiziksel benlik algısı alt boyutlarındaki değişim

Alt Boyutlar	Vücut Ağırlığı (kg)	N	Ort.	SS	Min.	Maks.	P/LSD
Spor Yeteneği	70 ve altı (1)	80	18,35	0,32	10	24	0,006 2>3
	71-80 (2)	90	19,06	0,27	12	24	
	81 üzeri (3)	61	17,50	0,42	11	24	
	Toplam	231	18,40	0,19	10	24	
Fiziksel Kondisyon	70 ve altı (1)	80	17,83	0,36	9	24	0,310
	71-80 (2)	90	18,02	0,34	11	24	
	81 üzeri (3)	61	17,18	0,45	9	24	
	Toplam	231	17,73	0,21	9	24	
Vücut Çekiciliği	70 ve altı (1)	80	16,75	0,30	9	23	0,601
	71-80 (2)	90	16,85	0,31	12	24	
	81 üzeri (3)	61	16,37	0,38	11	23	
	Toplam	231	16,69	0,19	9	24	
Genel Fiziksel Yeterlilik	70 ve altı (1)	80	17,41	0,33	9	24	0,362
	71-80 (2)	90	17,13	0,35	10	24	
	81 üzeri (3)	61	16,63	0,40	11	23	
	Toplam	231	17,09	0,20	9	24	
Kuvvet	70 ve altı (1)	80	16,88	0,36	6	24	0,236
	71-80 (2)	90	17,75	0,36	8	24	
	81 üzeri (3)	61	17,31	0,40	11	24	
	Toplam	231	17,33	0,21	6	24	

Tablo 3’de erkek katılımcılarda vücut ağırlığına göre, “spor yeteneği” alt boyutunda 71-80 kg ağırlığa sahip olanlar ile 81 kg ve üzeri olanlar arasında anlamlı fark olduğu görölmektedir ($p<0,05$).

Tablo 4: Vücut ağırlığına göre kadınlarda fiziksel benlik algısı alt boyutlarındaki değişim

Alt Boyutlar	Vücut Ağırlığı (kg)	N	Ort.	SS	Min.	Maks.	P/LSD
Spor Yeteneği	55 ve altı (1)	83	18,77	0,35	11	24	0,071
	56-60 (2)	42	18,30	0,40	12	24	
	61 üzeri (3)	25	17,16	0,59	11	24	
	Toplam	150	18,37	0,25	11	24	
Fiziksel Kondisyon	55 ve altı (1)	83	18,37	0,36	10	24	0,018 3<1
	56-60 (2)	42	17,66	0,39	12	24	
	61 üzeri (3)	25	16,24	0,54	12	23	
	Toplam	150	17,82	0,25	10	24	
Vücut Çekiciliği	55 ve altı (1)	83	17,14	0,27	12	22	<0,001 3<1
	56-60 (2)	42	16,45	0,46	9	24	
	61 üzeri (3)	25	14,32	0,59	7	21	
	Toplam	150	16,48	0,23	7	24	
Genel Fiziksel Yeterlilik	55 ve altı (1)	83	17,43	0,29	12	24	0,020 2>3
	56-60 (2)	42	17,35	0,49	12	24	
	61 üzeri (3)	25	15,56	0,67	8	23	
	Toplam	150	17,10	0,24	8	24	
Kuvvet	55 ve altı (1)	83	17,51	0,30	12	24	0,046 3<1
	56-60 (2)	42	17,19	0,44	12	24	
	61 üzeri (3)	25	15,96	0,46	10	21	
	Toplam	150	17,16	0,22	10	24	

Vücut ağırlığına göre kadınlarda fiziksel benlik algısı alt boyutlarından “fiziksel kondisyon” ve “kuvvet” alt boyutlarında ($p<0,05$) seviyesinde anlamlılık tespit edilirken “vücut çekiciliği” alt boyutunda 61 kg ve üzeri olanlar ile 55 ve altı kg olanlar arasında ($p<0,001$) seviyesinde anlamlı farklılık vardır. “Genel fiziksel yeterlilik” alt boyutuna bakıldığında 56-60 kg ve 61 kg ve üzeri olanlar arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$) (Tablo4).

Tablo 5: Cinsiyete göre fiziksel benlik algısı alt boyutlarındaki değişim

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	Ort.	SS	Min.	Maks.	P
Spor Yeteneği	Erkek	231	18,40	0,19	10	24	0,11
	Kadın	150	18,37	0,25	11	24	
	Toplam	381	18,39	0,15	10	24	
Fiziksel Kondisyon	Erkek	231	17,73	0,21	9	24	0,61
	Kadın	150	17,82	0,25	10	24	
	Toplam	381	17,76	0,16	9	24	
Vücut Çekiciliği	Erkek	231	16,69	0,19	9	24	0,48
	Kadın	150	16,48	0,23	7	24	
	Toplam	381	16,60	0,14	7	24	
Genel Fiziksel Yeterlilik	Erkek	231	17,09	0,20	9	24	0,89
	Kadın	150	17,10	0,24	8	24	
	Toplam	381	17,09	0,16	8	24	
Kuvvet	Erkek	231	17,33	0,21	6	24	0,27
	Kadın	150	17,16	0,22	10	24	
	Toplam	381	17,27	0,15	6	24	

Cinsiyet değişkenine göre fiziksel benlik algısı alt boyutlarında gruplar arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 6: Branşa göre fiziksel benlik algısı alt boyutlarındaki değişim

Alt Boyutlar	Branşlar	N	Ort.	SS	Min.	Maks.	P/LSD
Spor Yeteneği	Takım Sporları(1)	158	18,39	0,25	10	24	0,007 1<3 1<4 3<4
	Ferdi Sporlar(2)	59	18,40	0,36	13	24	
	Mücadele Sporları(3)	94	17,61	0,29	11	23	
	Dansçılar(4)	70	19,42	0,30	13	24	
	Toplam	381	18,39	0,15	10	24	
Fiziksel Kondisyon	Takım Sporları(1)	158	16,88	0,25	9	24	<0,001 1<3,4 2<4 3<4
	Ferdi Sporlar(2)	59	17,64	0,38	12	24	
	Mücadele Sporları(3)	94	17,88	0,30	12	24	
	Dansçılar(4)	70	19,71	0,38	10	24	
	Toplam	381	17,76	0,16	9	24	
Vücut Çekiciliği	Takım Sporları(1)	158	16,32	0,21	9	23	0,007 4>1,2,3
	Ferdi Sporlar(2)	59	16,30	0,37	12	24	
	Mücadele Sporları(3)	94	16,38	0,30	7	24	
	Dansçılar(4)	70	17,80	0,38	11	23	
	Toplam	381	16,60	0,14	7	24	
Genel Fiziksel Yeterlilik	Takım Sporları(1)	158	16,91	0,26	9	24	0,032 4>1,2,3
	Ferdi Sporlar(2)	59	16,72	0,40	11	24	
	Mücadele Sporları(3)	94	16,84	0,28	8	24	
	Dansçılar(4)	70	18,17	0,36	12	24	
	Toplam	381	17,09	0,16	8	24	
Kuvvet	Takım Sporları(1)	158	17,04	0,25	6	24	0,120
	Ferdi Sporlar(2)	59	17,10	0,40	12	24	
	Mücadele Sporları(3)	94	17,12	0,31	8	24	
	Dansçılar(4)	70	18,11	0,35	13	24	
	Toplam	381	17,27	0,15	6	24	

Branşa göre fiziksel benlik algısı “spor yeteneği” alt boyutunda takım sporcuları ile mücadele sporcuları arasında ve dansçılar ile de takım ve mücadele sporcuları arasında anlamlı farklılık vardır ($p<0,05$). “Fiziksel kondisyon” alt boyutunda en yüksek benlik algısı puanına dansçılar sahiptir. “Vücut çekiciliği” ve “genel fiziksel yeterlilik” alt boyutlarında yine dansçıların takım, ferdi ve mücadele sporcularına göre en yüksek değere sahip olduğu görülürken istatistiksel olarak anlamlılık $p<0,05$ seviyesindedir (Tablo 6).

Mesleki duruma göre fiziksel benlik algısı incelendiğinde dansçıların benlik algısı tüm alt boyutlarında anlamlı şekilde fark vardır. Bu farklılık, fiziksel kondisyon ve vücut çekiciliği alt boyutunda $p<0,001$ seviyesinde, spor yeteneği, genel fiziksel yeterlilik ve kuvvet alt boyutunda ise $p<0,05$ seviyesinde bulunmuştur (Tablo 7).

Tablo 7: Mesleki duruma göre fiziksel benlik algısı alt boyutlarındaki değişim

Alt Boyutlar	Mesleki Durum	N	Ort.	SS	Min.	Maks.	P/LSD
Spor Yeteneği	Öğrenci (1)	240	18,11	0,18	11	24	0,005 1,2<3
	Öğretmen (2)	71	19,15	0,45	10	24	
	Dansçılar (3)	70	19,42	0,30	13	24	
	Toplam	331	18,45	0,15	10	24	
Fiziksel Kondisyon	Öğrenci (1)	240	17,47	0,18	9	24	<0,001 3>1,2
	Öğretmen (2)	71	16,65	0,41	9	24	
	Dansçılar (3)	70	19,71	0,38	10	24	
	Toplam	331	17,90	0,16	9	24	
Vücut Çekiciliği	Öğrenci (1)	240	16,34	0,17	7	24	<0,001 3>1,2
	Öğretmen (2)	71	16,90	0,34	11	23	
	Dansçılar (3)	70	17,80	0,38	11	23	
	Toplam	331	16,68	0,14	7	24	
Genel Fiziksel Yeterlilik	Öğrenci (1)	240	16,78	0,18	8	24	0,005 3>1,2
	Öğretmen (2)	71	18,75	0,45	10	24	
	Dansçılar (3)	70	18,20	0,36	12	24	
	Toplam	331	17,20	0,16	8	24	
Kuvvet	Öğrenci (1)	240	16,99	0,20	6	24	0,027 1<3
	Öğretmen (2)	71	17,30	0,37	11	24	
	Dansçılar (3)	70	18,11	0,35	13	24	
	Toplam	331	17,24	0,15	6	24	

Tablo 8: Fiziksel benlik alt boyutları ve cinsiyetler arasındaki ilişki

Parametreler	Kadınların r değeri	Erkeklerin r değeri
Yaş - Spor Yeteneği	0,174*	-
Yaş - Fiziksel Kondisyon	0,172*	-
Yaş - Vücut Çekiciliği	-	-
Yaş - Fiziksel Yeterlilik	0,298**	-
Vücut Ağırlığı - Fiziksel Kondisyon	-0,215*	-
Vücut Ağırlığı - Vücut Çekiciliği	-0,289**	-
Vücut Ağırlığı - Kuvvet	-0,191*	-
Vücut Ağırlığı - Fiziksel Yeterlilik	-0,175*	-
Branş - Fiziksel Kondisyon	-	0,368**
Branş - Vücut Çekiciliği	-	0,207*
Branş - Fiziksel Yeterlilik	-	0,188**
Mesleki Durum - Yaş	0,437**	0,505**
Mesleki Durum - Fiziksel Kondisyon	0,208*	0,378**
Mesleki Durum - Vücut Ağırlığı	-0,479**	-
Mesleki Durum - Fiziksel Yeterlilik	0,266**	0,189**
Mesleki Durum - Kuvvet	-	0,155*
Mesleki Durum - Vücut Çekiciliği	-	0,223**
Spor Yeteneği - Fiziksel Kondisyon	0,618**	0,531**
Spor Yeteneği - Vücut Çekiciliği	0,377**	0,425**
Spor Yeteneği - Kuvvet	0,447**	0,404**
Spor Yeteneği - Fiziksel Yeterlilik	0,526**	0,528**
Fiziksel Kondisyon - Vücut Çekiciliği	0,428**	0,471**
Fiziksel Kondisyon - Kuvvet	0,654**	0,584**
Fiziksel Kondisyon - Fiziksel Yeterlilik	0,545**	0,590**
Vücut Çekiciliği - Kuvvet	0,381**	0,369**

Cinsiyetler ile fiziksel benlik algısı arasındaki ilişki incelendiğinde “yaş-fiziksel yeterlilik”, “vücut ağırlığı-fiziksel kondisyon, vücut çekiciliği”, “mesleki durum-yaş, fiziksel kondisyon, vücut ağırlığı, fiziksel yeterlilik”, “spor yeteneği-fiziksel kondisyon, vücut çekiciliği, kuvvet ve fiziksel yeterlilik”, “fiziksel kondisyon- vücut çekiciliği, kuvvet, fiziksel yeterlilik”, “vücut çekiciliği-kuvvet” arasında kadınlar lehine yüksek ilişki vardır ($p<0,001$). Ayrıca “vücut ağırlığı ile vücut çekiciliği, fiziksel kondisyon ($p<0,001$), kuvvet ($p<0,05$) arasında negatif bir ilişki tespit edilmiştir. Erkek katılımcılarda ise “branş-fiziksel kondisyon, fiziksel yeterlilik”, “mesleki durum-yaş, fiziksel kondisyon, fiziksel yeterlilik, vücut çekiciliği”, “spor yeteneği-fiziksel kondisyon, vücut çekiciliği, kuvvet, fiziksel yeterlilik”, “fiziksel kondisyon-vücut çekiciliği, kuvvet-fiziksel yeterlilik”, “vücut çekiciliği-kuvvet” arasında yüksek ilişki bulunmuştur ($p<0,001$) (Tablo 8).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Beden eğitimi öğretmen ve öğrencileri ile dansçıların fiziksel benlik algı durumlarının araştırıldığı çalışmada, 26 yaş üzeri katılımcıların bütün fiziksel benlik alt boyut değerleri yüksek bulunmuştur. Bu durumun ortaya çıkmasına, katılımcıların bağlı oldukları branştaki geçirmiş oldukları süre, aldıkları eğitim ve antrene edilme seviyeleri etki etmiş olabilir. Bununla birlikte çalışmamızda erkeklerin fiziksel benlik algısı alt boyutlarındaki değişime bakıldığında hiçbir alt boyutta farklılık tespit edilmemiştir. Koca ve arkadaşları, spor deneyimi yüksek olan sporcuların spor deneyimi düşük olan sporculara göre vücut çekiciliği alt boyutunda daha yüksek puan elde ettiklerini bulmuşlardır [12]. Aşçı ve arkadaşları spor deneyimi fazla olan sporcuların beden imgelerinden hoşnut olma değerlerinin daha az spor deneyimine sahip sporculara göre daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir [13]. Kadınların yaşa göre fiziksel benlik algısı alt boyutlarının “genel fiziksel yeterlilik” ve “kuvvet” alt boyutunda 26 yaş üstü kadınların 17-20 yaş aralığındaki değerleri anlamlı derecede yüksek çıkmıştır ($p<0,05$). Kadınlarda yaşla “fiziksel kondisyon” ve “spor yeteneği” ($p<0,05$), “fiziksel yeterlilik” ($p<0,001$) arasında pozitif bir ilişki tespit edilmiştir.

Son yıllarda toplumumuzda giderek artan bir şekilde fiziksel çekicilik ön plana çıkmakta ve bununla ilgili insanlara bazı standartlar dayatılmaktadır. Bu bağlamda özellikle kadınların zayıf olması ve erkeklerin kaslılığı ön plana çıkartılmakta ve kültürler; fiziksel çekicilik, vücut ağırlığı ve vücut şekline yönelik cinsiyete dayalı standartlar getirmektedir [14]. Kadınlar bedenlerine ve görünüşlerine yönelik erkeklerden daha çok zaman ve para harcama eğilimindedirler. Çalışmamızda vücut ağırlığına göre bakıldığında kadınların spor yeteneği alt boyutlarında vücut ağırlığını sorun olarak algılamadıkları görülmektedir. Kadınlarda fiziksel kondisyon ve kuvvet alt boyutunda 61 kg üzeri kadınların değerleri 55 kg ağırlığa sahip olanlardan anlamlı derecede düşük bulunmuştur ($p<0,05$). Vücut çekiciliği alt boyutunda ise 61 kg üstü kadınların değerleri diğerlerinden anlamlı derecede düşük bulunmuştur ($p<0,001$). Yüksek vücut ağırlığına sahip kadınların kendi bedenlerine yönelik vücut çekiciliği algıları düşüktür. Kadınlar kendilerini çekici olarak algılama boyutunda görünüşlerini ve vücut ağırlığını sorun olarak algılamaktadırlar. Çalışmamızda vücut ağırlığı ile vücut

çekiciliği, fiziksel kondisyon ($p<0,001$), kuvvet ($p<0,05$) arasında negatif bir ilişki tespit edilmiştir.

Cinsiyete göre bakıldığında bazı araştırmalarda erkeklerin kadınlara oranla fiziksel benlik algısı alt ölçeklerinde daha yüksek puanlar elde ettikleri belirtilmiştir [15,16]. Lindwall ve Hassmn (2004); fiziksel benlik algısı, spor yeteneği, sağlık ve dayanıklılık alt ölçeklerinde erkeklerin değerlerinde kadınlara göre anlamlı farklılıklar bulmuştur [15]. Loland özellikle kadınların, erkeklerle karşılaştırıldıklarında, kendi bedenleri hakkında daha eleştirisel, ağırlık ve görünüşleri hakkında daha duyarlı ve bedenlerinden daha hoşnutsuz olduklarını bildirmektedir [17]. Davis ve Cowles ise kadınların erkeklerle karşılaştırıldığında kendi vücutları hakkında daha hoşnutsuz ve kilo vermeye daha eğilimli olduklarını belirtmiştir [18]. Diğer yandan, Gençay ve Akkoyunlu çalışmalarında beden eğitimi öğretmenleri ile bilgisayar ve ğretim teknolojisi ğretmenlerinin cinsiyet açısından yaşam doyumunu ve fiziksel benlik algı düzeyinde anlamlı farklılık belirlerken, vücut çekiciliği ve fiziksel yeterlilik arttıka yaşam doyumunun da arttığını tespit etmiştir [19].

Mülazımoğlu ve Aşçı düzenli fiziksel aktivite programına katılan ve katılmayan bireylerin cinsiyetlere göre bedenlerine yönelik algıları arasında anlamlı bir fark olmadığını belirtmektedir [20]. Çalışmamızda cinsiyetler arasında fiziksel benlik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p<0,05$). Bu sonuçlara göre; cinsiyetin bedene yönelik algıya etki etmediği söylenebilir.

Branşa göre fiziksel benlik algısı alt boyutlarının tümünde dansçıların değerleri takım sporları, ferdi sporlar ve mücadele sporlarıyla uğraşanlardan anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ($p<0,05$). Bale birçok spor dalını aşan ya da diğer sporlardan daha fazla sorumluluk ve yüksek seviyede beceri gerektiren bir aktivitedir [21]. Ayrıca balet ve balerinlerin dans performanslarını arttırmak için iyi bir teknik, beceri ve estetiğe sahip olmaları gerekmektedir. Bunun için her gün koreograf tarafından belirlenen belli bir program dahilinde çalışmak durumundadırlar. Sürekli sahnede performans sergilemelerinin fiziksel benlik algıları üzerinde oldukça önemli etki yarattığı düşünülmektedir. Lk ve arkadaşları, judo, tekvando, güreş ve bisiklet branşındaki elit sporcular üzerine yaptıkları çalışmalarında cinsiyet ile spor yeteneği, fiziksel durum ve vücut çekiciliği alt boyutları, branşla vücut çekiciliği ve fiziksel kondisyon alt boyutları arasında anlamlı farklılıklar tespit etmişlerdir [22].

Yaman ve arkadaşları "spor yeteneği" alt boyutunda en yüksek değeri masa tenişiler ve krekilerde tespit etmişlerdir [23]. Çalışmamızda "spor yeteneği" alt boyutunda takım sporlarıyla uğraşanların değerleri mücadele sporuyla uğraşanlardan anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ($p<0,05$). Ancak "fiziksel kondisyon" alt boyutuna bakıldığında; mücadele sporuyla uğraşanlara ait değerlerin takım sporuyla uğraşanlardan anlamlı derecede yüksek olduğu grlmektedir ($p<0,05$). Mücadele sporcuları yaptıkları sporun gereği olarak dayanıklılık ve kuvvet özelliklerine ihtiyaç duyarlar. Bu durum sporcuların antrenman stillerini değiştirmesini ve farklı türde antrenman programı uygulamalarını gerektirir. Söz konusu değişikliğin mücadele sporcularında "fiziksel kondisyon" alt boyutunun yüksek değere ulaşmasına sebep olabileceği düşünülmektedir.

Çağlar, yüksek algılanan kuvvetin ağırlık sporlarıyla, yüksek algılanan sportif yeterliliğin ise top sporları ile ilişkili olduğunu belirtmektedir [24]. Vücut çekiciliği alt boyutunda en yüksek değere dansçılar, en düşük değere ise ferdi sporcular sahiptir. Güçlü ve Yentür çalışmalarında fiziksel benlik algısı puan ortalamasının en yüksek basketbol ve futbol branşındaki kadın sporcularda, en düşük puan ortalamasının ise güreş ve halter sporu ile uğraşan kadın sporcularda olduğunu tespit etmişlerdir [25]. Bu çalışmada erkeklerde branşla vücut çekiciliği ($p<0,05$), fiziksel kondisyon ve fiziksel yeterlilik arasında ($p<0,001$) pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur.

Mesleki duruma göre fiziksel benlik algısı spor yeteneği ve kuvvet alt boyutunda dansçıların değerleri beden eğitimi bölümünde okuyan öğrencilerden anlamlı derecede yüksektir ($p<0,05$). Bunun nedeni dansçıların mesleklerinde geçirdikleri süre ve deneyimleri olabilir. Yine, dansçıların fiziksel kondisyon değerleri öğrenci ve öğretmenlerden anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ($p<0,001$). Öğretmenlerin fiziksel kondisyon alt boyutunda düşük değere sahip olma nedenleri olarak, dansçı ve öğrenciler kadar fiziksel aktivite ve hareketin içinde olmayışları, meslekleri gereği herhangi bir platformda fiziksel performans sergilemek zorunda olmamaları gösterilebilir. Vücut çekiciliği alt boyutunda dansçıların değerleri öğrencilerden anlamlı derecede yüksektir ($p<0,001$). Genel fiziksel yeterlilik ve kuvvet, sporcunun kendisini yeterli olarak algılamasına neden olabilir. Ayrıca fiziksel yeterlilik algısı ve kuvvet bireyin aktiviteye katılımını sürdürmek bakımından önemli tesirler yapabilir [6].

Genel fiziksel yeterlilik alt boyutunda en düşük değere öğrenciler sahipken dansçılar, öğretmenler ve öğrenciler arasında anlamlı derecede farklılık vardır ($p<0,05$). Burada öğrencilerin düşük değere sahip olma nedeni olarak öğretmen ve dansçılara göre yaş ve deneyimleri ayrıca kendilerinin bu yöndeki gelişimlerini yeterli olarak algılamamaları gösterilebilir. Çalışmamızda erkeklerde mesleki durum ile vücut çekiciliği, spor yeteneği ve fiziksel kondisyon arasında ($p<0,001$), mesleki durum ile kuvvet ($p<0,05$) alt boyutlarında, kadınlarda ise mesleki durum ile fiziksel kondisyon arasında ($p<0,05$) ve mesleki durumla vücut ağırlığı arasında ($p<0,001$) pozitif ilişki bulunmuştur.

Pehlivan çalışmasında spora aktif katılan öğretmen adaylarının, katılmayanlara oranla fiziksel benlik algılarının daha yüksek olduğunu belirtmektedir [26]. Düzenli egzersiz yapan kişilerin fiziksel olarak kendilerini çok daha olumlu algıladıkları tartışılmaz bir gerçektir. Beden eğitimi öğretmenleri aldıkları eğitim, yaptıkları iş gereği sporla iç içedirler. Kuşkusuz ilköğretim ve ortaöğretim kurumlarında görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin ders içi ve ders dışı çeşitli etkinliklerde yer almaları onları doğrudan fiziksel aktivite içine sokmaktadır. Ancak ülkemizdeki beden eğitimi ders saatindeki yetersizlikler, okullarda beden eğitimi dersi için yeterli fiziki şartların olmayışı, öğretmenlerin mesleklerinde geçirecekleri aktif saatlerde azalmaya neden olmaktadır. Bu bağlamda öğretmenler dansçılardan ayrılmaktadır, çünkü devlet opera ve balelerinde dans eden sanatçıların performanslarını sergilemek ve mesleklerini icra etmek adına işlerinin gereği olarak kendilerine yeterli fiziki şartlar sunulmaktadır.

Sonuç olarak dansçıların fiziksel benlik algıları öğrenci ve öğretmenlerden farklı bulunmuştur. Dansçıların yüksek değerlere sahip olması onların sürekli sahnede performans sergilemesi, kariyerlerini sürdürmeleri için belli disiplinlerde devamlı çalışmaları ve sezon içinde çok yoğun sahne gösterilerinde yer almalarından kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle beden eğitimi öğretmenlerinin fiziksel benlik algılarını yükseltmek için daha fazla fiziksel aktivite içinde olmaları, farklı egzersiz programlarında yer almaları ve fiziksel performans sergileyecekleri faaliyetlerin planlaması yapılmalıdır. Öğrencilerin fiziksel benlik algılarının ise yaş ve deneyimle birlikte artacağı ifade edilebilir.

KAYNAKLAR

- 1- Baymur F. Genel psikoloji, İnkılâp kitapevi. İstanbul; 1990.
- 2- Yörükoğlu A. Gençlik çağı ruh sağlığı ve ruhsal sorunlar. Özgür yayınları. İstanbul; 1990.
- 3- Erdem B. Self concept and physical self-perception differences between active wheelchair basketball players and non-active disabled male adults, Master of Science. A Thesis To The Graduate School of Social Science of Middle East Technical University. Master of Science, 1999.
- 4- Aşçı H. Fiziksel benlik algısının cinsiyete ve fiziksel aktivite düzeyine göre karşılaştırılması. Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi. 2004; 15(1): 40-41.
- 5- Gökdoğan F. Orta öğretime devam eden ergenlerde beden imajından hoşnut olma düzeyi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 1988.
- 6- Gültekin O. Türkiye’de slalom ve kayaklı koşu yapan genç erkek kayakçıların kendini fiziksel algılama ve beden imgelerinden hoşnut olma profilleri. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Bursa 2002.
- 7- Üstdal M, Hulusi K. Sporda yüksek performans nasıl kazanılır. Nobel Tıp Kitabevleri. İstanbul; 1998.
- 8- Pangrazi R. Physical education self-concept and achievement. Journal of Physical Education Recreation and Dance, November-December, 1982; 53 (9): 16-18.
- 9- Can G. Lise öğrencilerinin benlik tasarımlarını etkileyen faktörler. Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Yayınları. Eskişehir; 1990.
- 10- Aşçı FH, Aşçı A, Zorba E. Cross cultural validity & reliability of physical self-perception profile. International Journal of Sport Psychology, 1999; 30: 399-406.
- 11- Fox KR, Corbin CB. The physical self-perception profile: development and preliminary validation. Journal of Sport and Exercise Psychology, 1989; 11: 408-430.
- 12- Koca C, Aşçı FH, Oyar ZB. Elit sporcuların denetim odağı ve fiziksel benlik algısının cinsiyete, yapılan spor branşına ve spor deneyimine göre karşılaştırılması. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2003; 8: 3-12.
- 13- Aşçı FH, Gökmen H, Tiryaki G, Aşçı A, Zorba E. Sportif katılımın liseli erkek öğrencilerin beden bölgelerinden hoşnut olma düzeyleri üzerine etkisi. Spor Bilimleri Dergisi, 1993; 3: 38-47.
- 14- Solomon M, Venuti J, Hodges J, Ianuzzelli J, Chambliss C. Educational responses to media challenges to self-esteem: body image perceptions among undergraduate students, Eric document; 2001.
- 15- Lindwall M, Hassmén P. The role of exercise and gender for physical self-perceptions and importance rating in Swedish university students. Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 2004; 14: 373-380.
- 16- Schmalz DL, Davison KK. Differences in physical self-concept among pre-adolescents who participate in gender-typed and cross-gendered sports. Journal of Sport Behavior, 2006; 29 (4): 335-355.
- 17- Loland NW. Body image and physical activity: a survey among Norwegian men and female. International Journal of Sport Psychology, 1998; 29: 339-365.

- 18- Davis C, Cowles M. Body image and exercise: A study of relationships and comparisons between physically active men and female. *Sex Roles*, 1991; 25(1-2): 33-41.
- 19- Gençay S. Akkoyunlu Y. Beden eğitimi ve bilgisayar öğretmeni adaylarının yaşam doyumu ve fiziksel benlik algılarının karşılaştırılması. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2012; 6(3): 316-323.
- 20- Mülazımoğlu BÖ, Aşçı FH. 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, 2004.
- 21- Koutedakis Y, Pacy P, Sharp NCC, Dick F. Is fitness necessary for dancers? *The Journal of the Society for Dance Research*, 1996; 12(2): 105-118.
- 22- Lök S, Taşğın Ö, Tekin M, Yıldız M, Temel V. Examining the physical self perception level of elite sportsman in accordance with different variables. *Ovidius University Annals. Series Physical Education & Sport/ Science, Movement Health*. 2009; 9 (2):146-152.
- 23- Yaman Ç, Teşneli Ö, Gelen N, Koşu S, Tel M, Yalvarıcı N. Elit seviyedeki değişik spor branşlarının fiziksel benlik algısı üzerine etkisi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 2008; 5(2): 1-17.
- 24- Çağlar E. Erkek Hentbolcularda kendini fiziksel algılama ve kaygı düzeyi. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1999; 10: (2-4): 33-40.
- 25- Güçlü M, Yentür J. Milli takım düzeyindeki elit bayan sporcuların kişisel ve sosyal uyum düzeyleri ile bedenlerini algılama düzeylerinin karşılaştırılması. *Ankara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 2008; 6(4):183-192.
- 26- Pehlivan Z, Esen N, Dönmez B. Ders dışı okul spor etkinliklerinin eğitim programı açısından araştırılması, Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor 2. Ulusal Sempozyumu (16-18 Aralık, 1993, Manisa: 259-269), Milli Eğitim Basımevi, Ankara; 1994.