

Öğretmen Adaylarının Fiziksel Aktiviteye Katılım ve Sosyal Görünüş Kaygılarının İncelenmesi

Serdar ALEMDAĞ, Erman ÖNCÜ

Karadeniz Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Trabzon / TÜRKİYE

Email: serdar.alemdag@ktu.edu.tr, eoncu@ktu.edu.tr

Özet

Bu araştırmanın amacı; öğretmen adaylarının fiziksel aktiviteye katılım durumu ve sosyal görünüş kaygılarını bazı değişkenlere göre incelemek ve aralarındaki ilişkiyi belirlemektir. Araştırma grubunu, toplam 2324 (1483 kadın, 840 erkek) öğretmen adayı oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak; “Kişisel Bilgi Formu”, “Egzersiz Davranışı Değişim Basamakları Anketi” ve “Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde istatistiksel yöntem olarak; betimsel istatistikler, bağımsız gruplar için t-Testi, bağımsız gruplar için tek yönlü varyans analizi (ANOVA), sınıflamalı değişkenler arasındaki ilişki için Ki-Kare Testi, ayrıca bağımlı değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için korelasyon analizi yapılmıştır. Araştırmanın sonucunda öğretmen adaylarının fiziksel aktiviteye katılım durumunun, cinsiyete ve okudukları bölümlere göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülürken, sınıf değişkenine göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygıları ise tüm bağımsız değişkenlere göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Ayrıca, fiziksel aktiviteye katılım seviyesi arttıkça sosyal görünüş kaygısı azalmaktadır. Bu sonuçlardan hareketle, öğretmen adaylarının, nitelikli bir öğretmen olmalarında etkili olabilecek bazı unsurlara sahip olabilmeleri açısından, fiziksel aktivitelere katılmaları önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: Fiziksel aktivite, sosyal görünüş kaygısı, öğretmen adayı

The Investigation of Participation Physical Activity and Social Appearance Anxiety at The Preservice Teachers

The aim of this study is to examine and specify the relationship between the participation of candidate teachers in physical activity and social appearance anxiety according to some variables. 2324 (1483 female, 840 male) students participated in this research as an investigation group. “Personal Information Form”, “Variation Stages of Exercise Behaviour Questionnaire” and “Social appearance anxiety scale” were employed for data collection. The statistical methods used in this research were descriptive statistics, the independent group one way ANOVA, the independent group t-Test, Chi –square test and also the correlation analysis for determining the relationship among dependent variables. At the end of the research, it became clear that the students’ participation in physical activity varies depending on gender, department, and no significant differences were found between class variable. The social appearance anxiety have a significant variation in all independent variables. In addition, increasing the level of participation in physical activity, concern for the social appearance anxiety is decreasing. From the results of this prospective teachers, some of the factors that may have become effective in being a qualified teacher, in terms of participation in physical activity is recommended.

Keywords: Physical activity, social appearance anxiety, preservice teacher

Giriş

Eğitimde başarılı olmak için eğitimin bütün unsurlarının en üst seviyede niteliğe ve donanıma sahip olması gerekir. Eğitimin birçok unsuru vardır. Bu unsurlarından en önemlilerden biri de öğretmendir. Öğretmenler görevleri gereği sınıfta bulunan öğrencilerin eğitiminden birinci dereceden sorumludurlar. Türkiye'de öğretmenlik, dünyada ve ülkede yaşanan gelişmelerin de etkisiyle artık daha donanımlı olarak yetiştirilen kişilerce yapılmaktadır. Zaten toplumun öğretmenlerden beklentileri de çok yükselmiştir. Bu beklentileri sağlayabilecek öğretmenlerin de niteliklerinin yüksek olması gerekmektedir (Taşkaya, 2012). Öğretmen adaylarının çok değişik sosyokültürel çevrelerden gelmeleri ve çalkantılı bir gelişim dönemi olarak kabul edilen ergenlik döneminin sonlarında olmaları nedeniyle, araştırmacıların ilgisini çekmektedir. Yüksek öğretim yıllarına denk düşen 18-25 yaş dönemindeki gençlerden kimi lider olmak, kimi karşı cinsten arkadaş edinmek, kimi ise kendi kişiliği içinde bir devrim yapmak amaçındadır (Kılıççı, 1992). Bu dönemde birey bir gruba ait olmak ister. Bu bir spor kulübü, siyasi amaçlı bir örgüt veya mahalledeki bir arkadaş grubu olabilir (Kulaksızoğlu, 2000).

Birey, çocukluktan itibaren içinde yaşadığı toplumun kültürel değerlerini yansıtan oyunlar ve fiziksel aktivitelerle birlikte yetişir. Bu oyun ve fiziksel aktiviteler bir yandan bireyin becerilerini, kişilik özelliklerini, duygusal yapısının gelişmesini sağlarken, diğer taraftan çevresindeki bireylerin rollerinin, normların ve kuralların farkına varmasına katkıda bulunur. Bunların yanı sıra birey çevreyle etkileşim, diğer insanlarla ilişki ve işbirliği kurma becerilerini de kazanır (İnal, 2003).

Fiziksel aktiviteye katılımın genç bireylerde, doğal olarak kendini anlatma ve kendine güveni artırdığı, başarı ve sosyal iletişim becerilerini geliştirdiği, dayanışma ve centilmenlik ruhunu artırdığı, zihin yorgunluğu ve gerginliği azaltmada yardımcı olduğu düşünülmektedir (Gür, 1992). Fiziksel aktivite, insanlara kişisel kimlik, sosyal kimlik ve grup üyeliği duygusu vererek onları bir araya getirir. Ayrıca fiziksel aktivite, ırk, cinsiyet, yaş ve kültür ayrımı gözetmeyen bir olgu olması nedeniyle, gerilim ve çatışmanın sınırını aşarak, insanlar ve toplumlar arasındaki iletişimin kurulmasını sağlar. Fiziksel aktivite, bireyleri bir ailenin, komşunun, şehrin veya milletin takım üyeleri haline getirecek güce sahip bir araçtır (Yıldırım ve Yetim, 1996).

Bireyin çevresiyle etkileşimi sonucu sahip olduğu, kendine ait bir takım duygu, düşünce, değer ve kavramlar sistemi olan benlik; algıladığı biçimde kendisinin ne olduğunun, neyi niçin yapmak istediğinin bir ifadesidir (Adams, 1995; Polat, 2005).

Beden imgesinin gelişmesi ve sürekli değişmesi bedensel gelişme dışında birçok etkenlerle belirlenir. Bu etkenler arasında cinsiyeti, öğrenme ve olgunlaşma düzeyi, benlik gücü, dürtüleri, güdülenmesi, güven duygusu, bedenine karşı duyarlılığı, verdiği anlam, toplumun beden görüşüne verdiği değer sayılabilir (Ergür, 1996).

Batı toplumu ve kültüründe iyi antrenmanlı ve düzgün bir vücut, kendini toplum içerisinde sunmada çok önemli bir yatırım olarak kabul edilmektedir (Karakaya ve Coşkun, 2006). Günümüzde toplumlar, insanların fiziki görünüşleri ile oldukça fazla ilgilenmektedir. Yalnızca günümüzde değil geçmişte de birçok toplumda tarih boyunca gençlik, güzellik, çekicilik gibi özellikler kimi zaman en önemli bireysel özellikler olarak değerlendirilmiştir (Ergür, 1996). İnsanların çoğu çekici bireylerle daha fazla iletişim kurmak istemektedirler. Bundan dolayı bireyler diğer insanlar üzerinde daha etkili bir izlenim bırakmak ve çekici görünmek için çabalamaktadırlar (Yousefi, Hassani ve Shokri, 2009).

Kendini fiziksel açıdan olumlu değerlendirenler, kişiler arası ilişkilerde daha güvenli ve işlerinde daha başarılı olurken, kendini beğenmeyen, kendinde birçok kusurlu yanın bulunduğunu düşünen insanlar ise yaşamlarının çeşitli dönemlerinde sürekli huzursuz, güvensiz ve değersiz duygular içindedirler (Ergür 1996, Demirer, 2005).

Bütün bu bilgilerin ışığında araştırmanın amacı, öğretmen adaylarının fiziksel aktiviteye katılım ve sosyal görünüş kaygılarını bazı değişkenlere göre incelemek ve aralarındaki ilişkiyi belirlemektir. Bu amaç kapsamında araştırma soruları aşağıdaki gibi oluşturulmuştur.

Öğretmen adaylarının;

1. Fiziksel aktiviteye katılım durumları, cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
2. Fiziksel aktiviteye katılım durumları, bölüm değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
3. Fiziksel aktiviteye katılım durumları, sınıf değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
4. Sosyal görünüş kaygıları, cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
5. Sosyal görünüş kaygıları, bölüm değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
6. Sosyal görünüş kaygıları, sınıf değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
7. Fiziksel aktiviteye katılım durumu ve sosyal görünüş kaygıları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Bu noktadan hareketle, öğretmen adayları üzerinde yapılan bu çalışmada; öğretmen adaylarının fiziksel aktiviteye katılım ve sosyal görünüş kaygısı ilişkisinin tespit edilmesi ile onlara, fiziksel aktiviteye katılma alışkanlığı kazandırmak, onların görünüşlerine etki edecek politika ve planlamalar yapmak, yeni projelere ve hizmetlere yön vermek ve nitelikli bir öğretmen olmalarına etki edebilecek unsurlar kazandırmak önem arz etmektedir.

Yöntem

Araştırmada, betimsel araştırma modeli içerisinde en yaygın olarak kullanılan (Thomas ve Nelson, 1996; Ekiz, 2009); geniş gruplar üzerinde yürütülen, gruptaki bireylerin bir olgu veya olayla ilgili görüşlerinin, tutumlarının alındığı, olgu ve olayların kendi koşulları içinde ve olduğu gibi betimlenmeye çalışıldığı tarama (survey) yöntemi (Karakaya, 2009; Karasar, 2005) ve bu yöntem içerisinde sıklıkla yararlanılan veri toplama aracı olarak da anket tekniği kullanılmıştır (Nachmias and Nachmias, 1996).

Araştırma Grubu

2012-2013 eğitim öğretim yılında, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Fatih Eğitim Fakültesi bünyesindeki İlköğretim Bölümü (İÖ), Ortaöğretim Fen Matematik Alanlar Eğitimi Bölümü (OFMAEB), Eğitim Bilimleri Bölümü (EBB), Özel Eğitim Bölümü (ÖEB), Ortaöğretim Sosyal Alanlar Eğitimi Bölümü (OSAE), Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü (GSE), Türkçe Eğitimi Bölümü (TEB) Bilgisayar Öğretim Teknolojileri Bölümü (BÖTE) ve Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu bünyesindeki Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümünde

(BESÖB) öğrenim gören toplam 2323 öğrenci [1483 kadın (%63.8), 840 erkek (%36.2)] araştırma grubunu oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Egzersiz Davranışı Değişim Basamakları Anketi (EDDBA)

Egzersiz Davranışı Değişim Basamakları Anketi (EDDBA) Marcus ve Lewis (2003) tarafından egzersiz davranışı basamaklarını belirlemek amacı ile geliştirilmiştir. Daha sonra Cengiz, Aşçı ve İnce (2010) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Anket 4 maddeden oluşmaktadır. Katılımcıların egzersiz yapmaya yönelik isteklerini belirlemeye çalışılan ankette yer alan maddeler “Evet” “Hayır” şeklinde cevaplandırılmaktadır. Bireyler, egzersiz yapma niyetleri ve alışkanlıkları doğrultusunda maddelere verdikleri yanıtlara göre beş ayrı egzersiz davranışı basamağına ayrılmaktadır: Eğilim öncesi, Eğilim, Hazırlık, Hareket ve Devamlılık. Eğilim öncesi basamağında birey aktif değildir ve gelecek 6 ayda da aktif olmayı düşünmemektedir. Eğilim basamağında ise kişi fiziksel olarak aktif olmamakla birlikte, gelecek 6 ayda aktif olmayı düşünmektedir. Diğer bir basamak “Hazırlık”tır ve bu basamakta birey fiziksel olarak aktif olmakla birlikte, bireyin fiziksel aktivite düzeyi istenilen ve önerilen düzeyde değildir. Hareket ve Devamlılık basamaklarında bulunan bireyler ise 6 aydan az veya daha fazla bir süredir fiziksel aktivite yapmaktadır.

Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ)

Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ), bireylerin Sosyal Görünüş Kaygılarını ölçmek amacıyla Hart ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilmiştir. Daha sonra Doğan (2010) tarafından Türkçe geçerlik güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Ölçek 16 maddeden oluşmaktadır. SGKÖ, 5’ li Likert tipinde (1) Hiç Uygun Değil, (5) Tamamen Uygun şeklinde bir cevaplama anahtarına sahiptir. Ölçeğin birinci maddesi tersten kodlanmaktadır. Tek boyutlu olarak sosyal görünüş kaygısını ölçen SGKÖ’den alınan yüksek puanlar görünüş kaygısının yüksek olduğuna işaret etmektedir.

İşlem

Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının uygulanması, gerekli izinler alındıktan sonra, bölümlerde belirlenen öğretim elemanları vasıtasıyla, ders başlamadan hemen önce uygulanmıştır. Uygulamaya başlamadan önce, araştırmanın amacı ve veri toplama aracının doldurulması hakkında gerekli açıklamalar yapılmıştır. Veri toplama aracı öğrenciler tarafından gönüllü olarak doldurulmuştur. Eksik veya yanlış doldurulan formlar kontrol edildikten sonra, geçerli ve kabul edilebilir nitelikte olan 2324 anket formu, değerlendirilmek üzere kodlanarak bilgisayar ortamına aktarılmıştır.

Verilerin analizi

Verilerin analizinde istatistiksel yöntem olarak; betimsel istatistikler (frekans, yüzde dağılımları, aritmetik ortalama, standart sapma), bağımsız gruplar için t-Testi, bağımsız gruplar için tek yönlü varyans analizi (ANOVA), iki sınıflamalı ya da sıralamalı değişken için Ki-Kare testi kullanılmıştır. Ayrıca öğretmen adaylarının fiziksel aktiviteye katılım durumları ile sosyal öz-yeterlik algıları arasındaki ilişkinin düzeyini belirlemek amacıyla korelasyon

analizi yapılmıştır. Tek yönlü varyans analizi (ANOVA)'nde, birimler arası farkların hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla da Post Hoc testlerinden Tukey analizi yapılmıştır.

Tablo 1. Cinsiyet, bölüm ve sınıflara göre EDDBÖ yüzdeler değeri.

Cinsiyet	Eğilim					
	Öncesi	Eğilim	Hazırlık	Hareket	Devamlılık	Toplam
Kadın	374(%25.2)	429(%28.9)	284(%19.2)	157(%10.6)	239(%16.1)	1483(%100)
Erkek	138(%16.4)	165(%19.6)	171(%20.4)	101(%12.0)	265(%31.5)	840(%100)
Bölüm						
BESÖ	13(%7.7)	25(%14.9)	36(%21.4)	21(%12.5)	73(%43.5)	168(%100)
OFMAE	30(%16.8)	51(%28.5)	35(%19.6)	17(%9.5)	46(%25.7)	179(%100)
EB	42(%23.2)	56(%30.9)	33(%18.2)	28(%15.5)	22(%12.2)	181(%100)
OSAE	17(%17.3)	14(%14.3)	25(%25.5)	14(%14.3)	28(%28.6)	98(%100)
GSE	83(%28.3)	71(%24.2)	47(%16.0)	26(%8.9)	66(%22.5)	293(%100)
İ	154(%23.1)	185(%27.8)	137(%20.6)	78(%11.7)	112(%16.8)	666(%100)
TE	61(%31.4)	42(%21.6)	46(%23.7)	21(%10.8)	24(%12.4)	194(%100)
BÖTE	26(%14.4)	46(%25.6)	34(%18.9)	14(%7.8)	60(%33.3)	180(%100)
ÖE	86(%23.6)	104(%28.6)	62(%17.0)	39(%10.7)	73(%20.1)	364(%100)
Sınıf						
1	123(%22.0)	156(%27.9)	119(%21.3)	63(%11.3)	98(%17.5)	559(%100)
2	118(%21.0)	136(%24.2)	105(%18.7)	78(%13.9)	126(%22.4)	563(%100)
3	123(%24.2)	117(%23.0)	102(%20.1)	52(%10.2)	114(%22.4)	508(%100)
4	148(%21.4)	185(%26.7)	129(%18.6)	65(%9.4)	166(%24.0)	693(%100)

(BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, OFMAE: Ortaöğretim Fen ve Matematik Eğitimi, EB: Eğitim Bilimleri, OSAE: Ortaöğretim Sosyal Alanlar Eğitimi, GSE: Güzel Sanatlar Eğitimi, İ: İlköğretim, TE: Türkçe Eğitimi, BÖTE: Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi, ÖE: Özel Eğitim)

Bulgular

Bu bölümde araştırmaya konu olan öğretmen adaylarının, fiziksel aktiviteye katılım ve Sosyal görünüş kaygılarının ne düzeyde olduğu; fiziksel aktiviteye katılım ve sosyal görünüş kaygıları ile cinsiyet, bölüm ve sınıf değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

Katılımcıların EDDBÖ puanları, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($\chi^2=97.13$, $sd=4$, $p=0.000$). Tablo 1 incelendiğinde kadın öğretmen adayları açısından en yüksek yüzdenin “Eğilim (%28.9)” basamağı, erkek öğretmen adayları için ise “Devamlılık (%31.5)” basamağında olduğu görülmektedir. Katılımcıların EDDBÖ puanları, bölüm değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($\chi^2=146.45$, $sd=32$, $p=0.000$). Tablo 1 incelendiğinde “Eğilim Öncesi” basamağında en yüksek yüzdenin GSE (%28.3), “Eğilim” basamağında EBB (%30.9), “Hazırlık” basamağında OSAE (%25.5), “Hareket” basamağında EBB (%15.5) ve “Devamlılık” basamağında ise BESÖ (%43.5) bölümü öğretmen adaylarında olduğu görülmektedir. Katılımcıların EDDBÖ puanları, sınıf değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($\chi^2=18.66$, $sd=12$, $p=0.097$). Tablo 1 incelendiğinde “Eğilim Öncesi” basamağında en yüksek yüzdenin 3.sınıf (%24.2), “Eğilim” basamağında 1.sınıf (%27.9), “Hazırlık” basamağında 1.sınıf (%21.3), “Hareket”

basamağında 2.sınıf (%13.9) ve “Devamlılık” basamağında ise 4.sınıfta (%24.0) öğrenim gören öğretmen adaylarında olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Cinsiyet, bölüm ve sınıflara göre SGKÖ puanlarının dağılımı

<i>Cinsiyet</i>	<i>N</i>	\bar{x}	<i>Ss</i>
Kadın	1463	32.11	10.26
Erkek	821	33.05	10.70
<i>Bölüm</i>			
BESÖ	166	29.10	8.23
OFMAE	176	30.56	8.41
EB	179	33.92	9.95
OSAE	94	37.26	12.52
GSE	287	31.32	10.55
İ	661	32.46	10.03
TE	194	33.31	9.70
BÖTE	173	32.24	10.26
ÖE	354	33.46	12.14
<i>Sınıf</i>			
1	532	87.74	17.16
2	538	88.31	16.64
3	484	91.01	16.73
4	665	91.18	17.60

(BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, OFMAE: Ortaöğretim Fen ve Matematik Eğitimi, EB: Eğitim Bilimleri, OSAE: Ortaöğretim Sosyal Alanlar Eğitimi, GSE: Güzel Sanatlar Eğitimi, İ: İlköğretim, TE: Türkçe Eğitimi, BÖTE: Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi, ÖE: Özel Eğitim)

Öğretmen adaylarının SGKÖ puanları, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($t(2282)=2.082$, $p<.05$). Erkek katılımcıların ortalama puanları kadın katılımcıların puanlarından daha yüksektir (Tablo 2). ANOVA sonuçları, öğretmen adaylarının SGKÖ puanlarının, bölüm değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığını göstermektedir ($F(8, 2275)=6.950$, $p<.05$). Tablo 2 incelendiğinde BESÖ Bölümünde öğrenim gören katılımcıların ortalama puanlarının diğer katılımcıların puanlarından daha düşük olduğu görülmektedir (Tablo 2). Analiz sonuçları, öğretmen adaylarının SGKÖ puanlarının, sınıf değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığını göstermektedir ($F(3, 2215)=6.122$, $p<.05$). Tablo 2 incelendiğinde, 3 ve 4.sınıflarda öğrenim gören katılımcıların ortalama puanlarının 1 ve 2.sınıflarda öğrenim gören katılımcıların puanlarından daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 3. EDDBÖ ile SGKÖ Puanları Arasındaki Korelasyon Sonuçları

Değişken	EDDB	SGK
SGK	-0.088**	1

** $p < .001$

Korelasyon analizi sonuçları (Tablo 3), öğretmen adaylarının fiziksel aktiviteye katılım durumları ile sosyal görünüş kaygıları arasında, negatif yönde, düşük düzeyde ve anlamlı bir korelasyon olduğunu göstermektedir ($r = -0.088$; $p < 0.01$).

Tartışma ve Sonuç

Öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım durumları ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını test etmek amacıyla yapılan analizler sonucunda; ölçeğin tümü, “eğilim öncesi”, “eğilim”, “hazırlık”, “hareket” ve “devamlılık” için anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Anketin tümü için, kadınların “eğilim öncesi” ve “eğilim” (aktif olmayan grup) puanlarının (%54,1) erkeklerden (%36) daha yüksek olduğu, erkeklerin “hazırlık”, “hareket” ve “devamlılık” (aktif grup) puanlarının (%63,9) ise kadınlardan (%45,9) daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu da erkeklerin fiziksel aktiviteye katılım oranının kadınlardan daha fazla olduğunu göstermektedir. Yine benzer şekilde Alemdağ (2013) yaptığı bir araştırma da erkek öğretmen adaylarının fiziksel aktiviteye katılım düzeylerinin kadın öğretmen adaylarından daha da yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Savcı ve arkadaşlarının (2006) Orta Doğu Teknik Üniversitesi (ODTÜ)’nde yaptıkları bir araştırmada, kadın öğrencilerin (%22,6) fiziksel aktivite düzeylerinin erkeklerden (%26,9) daha düşük olduğunu tespit etmesi de bu çalışmayı destekler niteliktedir. Aynı şekilde; Cengiz (2007)’in ODTÜ de yaptığı bir araştırma, erkek öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin (%25,2) kadın öğrencilerden (%15,6) daha yüksek seviyede olduğunu göstermektedir. Bu konu ile ilgili yapılan birçok araştırma kadın ve erkeklerin fiziksel aktiviteye katılımları arasında anlamlı farklılıklar olduğunu ortaya koymaktadır (Ebem, 2007; Aşçı ve ark, 2006; Crocker ve ark, 2000; Hayer ve ark, 1999; Hagger ve ark, 1998; Ross ve Pate, 1987). Brown ve arkadaşları (2003)’nin üniversitede hazırlık sınıfı öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmada ise erkek ve kadın öğrenciler arasında fiziksel aktivite düzeyi bakımından anlamlı bir fark bulunamamıştır. Kadın ve erkek öğrenciler arasındaki bu farkın, ülkemizde kadınların spora yönlendirilmesinde ailelerin daha tutucu olmalarından kaynaklandığı düşünülebilir. Ayrıca, araştırmanın yapıldığı üniversitenin sosyal ve sportif imkânlarının yetersiz olması ya da daha çok erkeklerin spor yapabilmesine olanak sağlaması aradaki bu farkın oluşmasının sebebi olduğu söylenebilir. Ebem (2007)’in **üniversiteyi yeni kazanmış öğrenciler üzerinde yaptığı çalışmada** erkek öğrencilerin daha iyi egzersiz davranışı değerlerine sahip olduğunu belirtmiştir. Brown ve arkadaşları (2003)’nin üniversitede hazırlık sınıfı öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmada ise erkek ve kadın öğrenciler arasında fiziksel aktivite düzeyi bakımından anlamlı bir fark bulunamamıştır. Fişne (2009)’nin üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmasında erkeklerin fiziksel aktiviteye katılım düzeyinin kadınlara göre daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Araştırmada elde edilen diğer bir sonuç; öğrencilerin egzersiz davranışı değişim basamakları ile bölümleri arasında anketin tümü, “Eğilim öncesi”, “Eğilim”, “Hazırlık”, “Hareket” ve “Devamlılık” basamağında anlamlı farkların olduğudur. Hemen hemen bütün bölüm öğretmen adaylarının EDDB’nin “Eğilim” aşaması önemli bir yüzdeler kısmı oluştururken (%25,6), BESÖB (%43,5), OSAEB (%28,6) ve BÖTEB (%33,3) öğretmen adaylarının büyük bir kısmının EDDB’nin “Devamlılık” aşamasının diğer bölüm öğrencilerine göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu farkın oluşmasının en önemli faktörünün beden eğitimi bölümü olduğu söylenebilir. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde fiziksel aktivite düzeyinin diğer bölümlere göre yüksek olması beklenen bir durumdur. Çünkü bu bölümde okuyan öğrenciler hem ders programları gereği hem de kişisel eğilimleri gereği (boş zaman

aktiviteleri, spor geçmişleri) diğer bölümlerde okuyan öğrencilere göre daha fazla fiziksel aktivite yapma imkânına sahiptirler. Daşkapan ve arkadaşları (2006)'nın üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada, fiziksel aktiviteye katılımı dış faktörlerin (ailelerin öğrencilerden akademik başarı beklentileri, yoğun ders programları, sosyokültürel ve ekonomik farklılıklar, egzersizin faydalarıyla ilgili yeterli bilince sahip olmamak) iç faktörlerden (egzersize katılmayı sevmemek, egzersiz yapacak enerjiyi kendinde bulamamak..vb.) daha baskın olduğu sonucuna varmıştır. BESÖB dışındaki OSAEB ve BÖTEB öğretmen adaylarının “Devamlılık” aşamasının diğer bölümlerden daha yüksek olmasının sebebi olarak, Daşkapan'ın iç ve dış faktörleri gösterilebilir.

Araştırmada öğretmen adaylarının egzersiz davranışı değişim basamakları ile sınıfları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu sonuçlara istinaden Fişne (2009)'da üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada fiziksel aktiviteye katılım oranının 1. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin 2. 3. ve 4. sınıfta öğrenim gören öğrencilere oranla daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. 1. sınıf öğrencileri ile 4. sınıf öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri arasında bulunan anlamlı farklılığın, 4. sınıf öğrencilerinin okulu bitirmeye yaklaşmalarından, iş bulmak için daha fazla kaygılanmaya başlamalarından ve okulun bitiminde görev alabilmek için girecekleri sınavlara daha fazla ağırlık vermelerinden dolayı fiziksel aktiviteye az zaman ayırmalarından kaynaklanıyor olabileceği düşünülmektedir.

SGK puanlarıyla cinsiyet arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Tablo 4, erkeklerin SGK puanlarının kadınların SGK puanlarından daha yüksek ortalamaya sahip olduğu ve erkeklerin sosyal görünüş kaygılarının kadınlardan daha fazla olduğunu göstermektedir. Hart ve arkadaşları (2008)'nin geliştirdikleri “Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SAAS)”nın geçerlik güvenirlik çalışmasında bu ölçeğin, sosyal kaygı ve beden imajı rahatsızlığı ölçümleri ile çakışan, yüksek iç tutarlılığa sahip olduğunu ve sosyal görünüş kaygısı ölçeğiyle sosyal kaygının ölçülmesinin yüksek derecede ilişkili bulunduğunu belirtmiştir. Bu bilgi, sosyal görünüş kaygısını tartışırken, sosyal kaygıyla ve beden imajı rahatsızlığı ile ilgili literatürden faydalanılabileceğinin yolunu açmıştır.

Doğan (2009)'ın 781 kişi (532 kadın, 249 erkek) üzerinde yaptığı araştırmada, erkeklerin kadınlardan daha yüksek sosyal kaygı taşıdıklarını belirtmiştir. Bunun nedeni, toplumsal olarak erkeklerden daha fazla girişimin beklenmesi ve sosyal anksiyeteye bağlı olarak ortaya çıkan korkma ve kaçınma davranışlarının erkek kimliğine yakıştırılamaması sonucu erkeklerde sosyal anksiyetenin daha yüksek olacağı düşüncesidir. Kadınlarda ise sosyal anksiyetenin sonucu olarak ortaya çıkan utangaçlık ve kaçınmaya dayalı geri planda kalma davranışı toplumca uygun görülmemekte, hatta teşvik edilmektedir. Örneğin, sessiz ve utangaç bir kadın “hanım hanımcık” olarak nitelendirilmekte ve çoğu zaman kadının atılgan olması hoş olmayan bir durum olarak karşılanmaktadır. Doğan'ın sosyal kaygı sonuçlarına paralel olarak bizim çalışmamızda da erkeklerde sosyal görünüş kaygısı puanlarının kadınlardan yüksek çıkmasının benzer sebeplerden kaynaklandığı düşünülebilir. Moreno ve arkadaşları (2005)'nin İspanyol yetişkinlerin, fiziksel aktivite seviyeleri ve cinsiyetlerinin, fiziksel benlik algılarına etkisinin incelemek amacıyla yaptıkları çalışmada, spor yapan erkeklerin vücut bilinçleri, spor yapan ve yapmayan kadınlardan daha yüksek değerlere sahip oldukları görülmüştür. Villiers (2009)'ın yaptığı bir araştırmada erkeklerin kadınlardan daha az sosyal kaygıya sahip olduklarını belirtmiştir. Bu farklılığın ülkeler arası kültürel farklardan ve yurt dışındaki kadın erkek ilişkisinin ülkemizdekinden daha farklı yaşanmasından kaynaklandığı söylenebilir.

Ümmet (2007)'in yaptığı araştırmada; öğretmen adaylarının sosyal kaygı puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde, sosyal kaygının kadınlarda ve erkeklerde görülme oranları ve farklılıkları ile ilgili ortak bir bilginin varlığından bahsetmek söz konusu değildir. Literatür bilgisi ve yapılan araştırmalar çelişkili bilgiler ortaya koymaktadır. Smits ve arkadaşları (2006)'nın yaptıkları bir araştırmada, kadınlarda erkeklere oranla daha fazla sosyal kaygıya rastlanıldığı bildirilmiştir. Ülkemizde de kadınların erkeklerden daha fazla sosyal kaygı yaşadığını ortaya koyan araştırmalar bulunmaktadır. İzgiç ve arkadaşları (2000)'nin üniversite öğrencileri üzerinde yapmış oldukları araştırmada kadınlarda sosyal fobi yaygınlığı %8.9, erkeklerde ise %7.1 olarak bildirilmiştir. Sosyal kaygının kadınlarda erkeklere oranla daha fazla görüldüğünü ortaya koyan çalışmaların yanı sıra erkeklerde daha fazla olduğunu ortaya koyan çalışmalar da bulunmaktadır. Birchwood ve arkadaşları (2006) ve Dilbaz'ın (1997) yapmış oldukları araştırmalarda sosyal kaygının erkeklerde kadınlardan daha fazla görüldüğü ortaya konulmuştur. Bu araştırmanın bulgularına paralel şekilde, sosyal kaygının cinsiyete göre farklılaştığını bildiren araştırmalar kadar farklılaşmadığını ortaya koyan çalışmalar da söz konusudur. Fayhout ve arkadaşları (2005) ve Eren Gümüş (2002)'ün yapmış oldukları araştırmalarda sosyal kaygının cinsiyete göre değişmediği bildirilmiştir. Bu araştırmada sosyal kaygı bakımından cinsiyetler arasında herhangi bir farklılık bulunamamasının; araştırmaya dahil olan öğrencilerin aynı üniversitede okuyan öğrenciler olmasından ve bu bağlamda, benzer sosyal faaliyetlerde bulunma, benzer sosyal alanlara sahip olma, aynı şehrin ortak etkilerine maruz kalma gibi nedenlerden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Araştırmadan elde edilen diğer bir sonuç, öğrencilerin SGKÖ ifade puanlarıyla bölüm değişkeni arasında anlamlı farkın olduğudur. Tablo 5, BESÖB öğretmen adaylarının SGKÖ ifade puanlarının ortalamasının diğer bölümlerdeki öğrencilerin ifade puanları ortalamalarına göre daha düşük olduğunu göstermektedir. Bu durum Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygılarının diğer bölümlere göre daha düşük olduğunu göstermektedir. Tablo 5'de bu anlamlı farklılığın BESÖB ile OSAEB öğretmen adaylarının SGKÖ ifade puanları arasındaki ortalama farkından kaynaklandığı söylenebilir. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü öğretmen adaylarının büyük bir kısmının, belirli bir sporcu özgeçmişlerinin olması, katıldıkları müsabakalar ve çeşitli etkinlikler sayesinde, farklı zamanlarda farklı sosyal çevrelerde bulunmaları, bu çevrelerde farklı kültürlerden sporcularla ve kişilerle iletişim halinde olmaları ve sporun kişiye kazandırmış olduğu güven duygusunu günlük yaşantılarında fazlasıyla hissettirmeleri, sosyal kaygı seviyelerinin diğer bölüm öğrencilerine göre düşük çıkmasının bir sebebi olarak gösterilebilir. Bu düşünceye zıt olarak, Yıldırım ve arkadaşları (2011)'nin yaptıkları bir araştırmada, farklı bölümlerde eğitim gören öğretmen adaylarının sosyal kaygı seviyelerinde önemli farklılıkların olmadığını belirtmişlerdir. Kılıçaslan (2006)'ın öğretmenler üzerinde yaptığı çalışmada, beden eğitimi öğretmenlerinin fiziksel benlik algılarının diğer branş öğretmenlerine göre %81 oranında olumlu çıktığını belirtmiştir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlardan bir diğeri de öğrencilerin SGKÖ ifade puanlarıyla sınıf değişkeni arasındadır. Tablo 6, 1. sınıf ve 2. sınıf öğretmen adaylarının SGKÖ ifade puanlarının ortalamasının, 3. ve 4. sınıf öğretmen adaylarının ifade puanları ortalamasından daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bu durum, 1. ve 2. sınıf öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygılarının 3. ve 4. sınıf öğrencilerinden daha fazla olduğunu göstermektedir. Diğer bir ifadeyle, sınıf seviyesi arttıkça sosyal görünüş kaygısının azaldığını söyleyebiliriz. Tablo 6'de bu anlamlı farklılığın 1. ve 2. sınıf ile 4. sınıf arasında olduğu anlaşılmaktadır. Baltacı

(2010)'nın yaptığı araştırmada 2. sınıf öğretmen adaylarının sosyal kaygı düzeylerinin 3. ve 4. sınıf öğrencilerinden daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Yıldırım ve arkadaşları (2011)'nin yaptıkları araştırmada, birinci sınıf öğretmen adaylarının sosyal kaygı düzeylerinin dördüncü sınıf öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Araştırma bu çalışmanın sonuçlarını destekler niteliktedir. Witchen ve Fehm (2003)'in üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmada, alt sınıflarda okuyan öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin üst sınıflarda okuyan öğrencilerden daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Araştırmadan elde edilen bir diğer sonuç, öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım durumu ve sosyal görünüş kaygısı arasında anlamlı bir ilişkinin olduğudur. Tablo 7, öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım durumlarıyla sosyal görünüş kaygıları arasında negatif yönde, anlamlı bir ilişkinin olduğunu göstermektedir. Bu durum fiziksel aktiviteye katılan öğrencilerin görünüş kaygılarının düşük olduğunu göstermektedir. Özdemir ve arkadaşları (2010)'nin üniversite öğrencilerinde farklı türde egzersiz uygulamalarının sosyal fizik kaygı üzerine etkisini incelemek amacıyla yürüttükleri çalışmalarının sonucunda, swiss ball egzersizlerine katılan bireylerin 10 haftalık sürede sosyal fizik kaygı düzeylerinin hem kontrol hem de aerobik grubundaki bireylere göre anlamlı biçimde düştüğünü belirtmiştir. Haugen ve arkadaşları (2013)'nin gençlerde fiziksel aktivite ve fiziksel benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yürüttükleri çalışmanın sonucunda, fiziksel benlik saygısının alt boyutu olan fiziksel görünüş ile fiziksel aktiviteye katılım arasında her iki cinsiyette de bir fark olmadığı görülmüştür. Fiziksel aktiviteye katılım durumunun sosyal görünüş kaygısını azalttığı bulgusuna sebep olarak, fiziksel aktiviteye katılanların kendine güvenlerinin üst seviyede olması, bedenlerinin bilincinde olmaları, egzersizle birlikte vücutta salgılanan hormonlar sayesinde zevk alma duygusunun gelişmesi ve böylece sosyal, ailesel ve mesleki kaygılardan kurtulmaya olanak sağlaması gösterilebilir.

KAYNAKLAR

Adams, J. F. (1995). Ergeni anlamak. Çev: Onur B.(1. Baskı). Ankara: İmge

Alemdağ, S., Öncü, E. (2013) An Examination of Participation Physical Activity and Social Self-Efficacy of The Preservice Teachers. 55. ICHPER.SD dünya kongresi ve kitabı (proceeding kongre kitabı), pp 349-355.

Aşçı, H., 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 Behaviors* 7, 362–367.

Birchwood, M., Trower, P., Brunet, K., Gilbert, P., Iqbal, Z., ve Jacson, C. (2006). Social anxiety and the shame of psychosis: A study in first episode psychosis. *Behaviour Research Therapy*, 52: 55–68.

Brown, D. W., Balluz L. S. ve Heath, G. W. (2003). Associations between recommended levels of physical activity and health-related quality of life. Findings from the 2001 behavioral risk factor surveillance system (BRFSS) survey. *Prev Med.*,37: 520–8.

Brown, D. W., Balluz L. S. ve Heath, G. W. (2003). Associations between recommended levels of physical activity and health-related quality of life. Findings from the 2001 behavioral risk factor surveillance system (BRFSS) survey. *Prev Med.*,37: 520–8.

- Cengiz, C. (2007). Physical activity and exercise stages of change levels of middle east technical university students. [Bilim uzmanlığı tezi]. Middle East Technical University. Ankara
- Crocker, P. R. E., Eklund, R. C., & Kowalski, K. C. (2000). Children's physical activity and physical self-perceptions. *Journal of Sport Science*, 18, 383–394.
- Daskapan, A., Tuzun, E.H. ve Eker, L. (2006) Perceived barriers to physical activity in university students. *Journal of Sports Science and Medicine*, 5, 615-620.
- Demirer Y. (2005). Beden algısı ve ruh sağlığı. <http://www.acilservis.pro/beden-algisi-ve-ruh-sagligi>
- Dilbaz, N. (1997). Sosyal fobi. *Psikiyatri Dünyası Dergisi*. 1: 18–24.
- Doğan, T. (2009). bilişsel ve kendini değerlendirme süreçlerinin sosyal anksiyete açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Ebem, Z. (2007). Health promoting behaviors and exercise stages of change levels of students at transition to university. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ebem, Z. (2007). Health promoting behaviors and exercise stages of change levels of students at transition to university. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ekiz, D. (2009). Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Anı Yayıncılık, 2. Baskı, Ankara.
- Eren Gümüş, A., (2002). Sosyal kaygıyla basa çıkma programının üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerine etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ergür, E. (1996). Üniversite öğrencilerinde beden-benlik algısı ve ruh sağlığı arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Faytout, M., Tignol, J., Swendsen, J., Grabot, D., ve Aouizerate, B., (2005). Social phobia, fear of negative evaluation and harm avoidance. *European Psychiatry*: 21:1-5.
- Fişne, M. (2009). Fiziksel aktivitelere katılım düzeyinin, üniversite öğrencilerinin akademik başarıları, iletişim becerileri ve yaşam tahminleri üzerine etkilerinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gür, H. ve Küçüköğlü, S. (1992). Yaşlılık ve fiziksel aktivite, 9. Roche Yayınları.
- Hagger, M. S., Ashford, B., ve Stambulova, N. (1998). Russian and British children's physical self-perceptions and physical activity participation. *Pediatric Exercise Science*, 10, 137-152.
- Hart, T. A., Flora, D. B., Palyo, S. A., Fresco, D. M., Holle, C., ve Heimberg, R. C. (2008). Development and examination of the social appearance anxiety scale. *Assessment*, 15, 48-59.
- Haugen, T., Ommundsen, Y., ve Seiler, S. (2013). The relationship between physical activity and physical self-esteem in adolescents: the role of physical fitness indices. *Pediatric Exercise Science*, 25(1), 138-153.

- Hayes, S. D., Crocker, P. R. E., & Kowalski, K. C. (1999). Gender differences in physical self-perceptions, global self-esteem and physical activity: Evaluation of the physical self-perception profile model. *Journal of Sport Behavior*, 22, 1– 14.
- İnal A. N. (2003). *Beden eğitimi ve spor bilimi*. Ankara: Nobel.
- İzgiç, F., Akyuz, G., Doğan, O. ve Kuğu, N. (2000). Üniversite öğrencilerinde sosyal fobi yaygınlığı. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 1(4), 207-214.
- Karakaya, İ. (2009). Bilimsel araştırma yöntemleri. A. Tanrıöğen (Ed.), *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Karakaya, İ., Coşkun, A. ve Ağaoğlu B. (2006). Yüzücülerin depresyon, benlik saygısı ve kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7, 162-166.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi (14.baskı)*. Ankara: Nobel yayın ve dağıtım.
- Kılıçarslan, E. (2006). *Beden Eğitimi Öğretmenleri ile Diğer Branşların Fiziksel Benlik Algılarının Karşılaştırılması: (Kdz. Ereğli Örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kılıççı, Y. (1992). *Okulda ruh sağlığı*. Ankara: Şafak.
- Kulaksızoğlu, A. (2000). *Ergenlik psikolojisi (3. Baskı)*, 115. İstanbul: Remzi.
- Moreno, J. A. ve Cervelló, E. (2005). Physical self-perception in spanish adolescents: effects of gender and involent in physical activity. *Journal of Human Movement Studies*, 48, 291-311.
- Nachmias, C.F. and Nachmias, D. (1996). *Research Methods in the Social Sciences*. (5. Edition) St. Martin's Press.
- Özdemir, R. A., Çuğ, M. ve Çelik, Ö. (2010). Genç yetişkin üniversite öğrencilerinde farklı türde egzersiz uygulamalarının sosyal fizik kaygı düzeyine etkisi. *Hacettepe Journal of Sport Sciences*. 21 (2), 60–70.
- Polat, E. (2005). *Muğla sağlık yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeylerinin belirlenmesi*. Muğla Üniversitesi, Muğla Sağlık Yüksekokulu, Hemşirelik Bölümü Bitirme Çalışması.
- Ross, J. G., & Pate, R. R. (1987). The national children and youth fitness study II: A summary of findings. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 58, 51–56.
- Savcı, S., Öztürk, M., Arıkan, H., İnal-İnce, D. ve Tokgözoğlu, L. (2006). Physical activity levels of university students. *Archives of Turkish Cardiology*. 34, 166-172.
- Smits, A. J., Powers, B. M., Buxkamper, R., ve Telch, M. J., (2006). The efficacy of videotape feedback for enhancing the effects of exposure-based treatment for social anxiety disorder: a controlled investigation. *Behaviour Research and Therapy*, 44: 1773–1785.
- Taşkaya, S.M. (2012). Nitelikli bir öğretmende bulunması gereken özelliklerin öğretmen adaylarının görüşlerine göre incelenmesi. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. Sayı:33, 283-298.
- Thomas, J. R. ve Nelson, J. K. (1996). *Research methods in physical activity (3. Edition)*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Ümmet, D. (2007). Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygının cinsiyet rolleri ve aile ortamı bağlamında incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Villiers, D. P. (2009). Perfectionism and social anxiety among college students. Counseling Psychology Dissertations, 4.

Wittchen, H. U. ve Fehm, L. (2003). Epidemiology and natural course of social fears and phobia. Acta Psychiatr Scand, 103 (Supl. 417), 4-18.

Yıldıran, İ. ve Yetim, A. A. (1996). Ortaöğretimde beden eğitimi ve spor dersinin öncelikli amaçları üzerine bir araştırma. Gazi Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 1(3), 1996.

Yıldırım, T., Çırak, Y. ve Konan, N. (2011). Öğretmen adaylarında sosyal kaygı. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 12(1), 85-100.