

Field : Sport Sciences

Type : Research Article

Received: 11.03.2018 - *Accepted*: 27.05.2018

Türkiye’de Slalom ve Kayaklı Koşu Yapan Genç Erkek Kayakçıları Kendini Fiziksel Algılama ve Beden İmgelerinden Hoşnut Olma Profilleri¹

Okan GÜLTEKİN

Uludağ Üniversitesi, Bursa, TÜRKİYE

E-Posta: otekin@uludag.edu.tr

Öz

Türkiye’de slalom ve kayaklı koşu yapan genç erkek kayakçıların kendini fiziksel algılama ve beden imgelerinden hoşnut olma profillerini belirlemek amacıyla, yaşları 18 ile 25 arasında değişen 30 genç erkek Slalom kayakçısı ile 20 genç erkek, kayaklı koşucu araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Bursa Uludağ ve Kayseri Erciyes’te gerçekleşen milli takım kamplarında slalom kayakçıların, Erzurum ve Uludağ’da gerçekleşen milli takım kamplarında ise kayaklı koşucuların değerlendirmeleri elde edilmiştir. Deneklerin beden imgesinden hoşnut olma düzeylerini ölçmek için Berscheid ve arkadaşlarının beden imgesi ölçeği, kendini fiziksel algılama için ise kişinin 5 alt boyutunu ölçen, kendini fiziksel algılama envanteri kullanılmıştır. Ayrıca kişisel bilgi formu kullanılarak deneklerin demografik yapıları hakkında veriler toplanmıştır. Beden imgesi doyumu ve kendini fiziksel algılama puanları açısından her iki grubun karşılaştırılmasında bağımsız gruplar için t testi kullanılmıştır. Bu puanların deneklerin demografik özelliklere göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek için, değişken sayısına göre çift yönlü ve tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Varyans analizi sonucu en az. 05 düzeyinde anlamlı çıkan F değerleri için hangi gruplar arasında farklılıklar olduğunu görmek amacıyla Tukey t testi kullanılmıştır. Slalom kayakçıların ve kayaklı koşucuların beden imgeleri puanları arasında anlamlı farklılık belirlenmiştir ($P < .05$). Araştırma kapsamında ikinci değişken olarak slalom kayakçıları ve kayaklı koşucuların kendini fiziksel algılamaları açısından fark olup olmadığıdır. Kendini fiziksel algılama 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar (1) fiziksel kondisyon, (2) genel fiziksel yeterlilik, (3) kuvvet, (4) sportif yeterlilik ve (5) vücut çekiciliğidir Bu alt boyutlardan elde edilen değerlerde slalom kayakçıları ile kayaklı koşucular arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($P > .05$). Beden imgesi puanı ile fiziksel algılamanın alt boyutları arasındaki korelasyona bakıldığında, beden imgesi ile genel fiziksel yeterlilik ve kuvvet arasında anlamlı bir ilişki bulunurken ($P < .05$) beden imgesi ile spor yeteneği ve fiziksel kondisyon arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($P > .05$). Slalom kayakçıların beden imgesinden doyum düzeyinin, kayaklı koşuculara göre daha fazla olacağı görüşü, araştırma kapsamında değerlendirilen konularda anlamlı değerler içermesi, slalom kаяğının uygulandığı alanları ve bu branşın uygulanma anındaki etkileşimlerinden kaynaklandığı söylenebilir. Araştırmamızda slalom kayakçıları ile kayaklı koşucular arasında fiziksel algılama açısından anlamlı ilişki bulunmamasını slalom kаяğı yapan kişilerin çevresel etkilerden edindiği olumlu algılamayı, kayaklı koşucuların, kayaklı koşuya özel, zorlu aerobik çalışmalar ve kuvvet çalışmaları yoluyla gidermeleri ile açıklanabilir.

Anahtar Kelimeler: Slalom Kayağı, Kayaklı Koşu, Kendini Fiziksel Algılama, Beden İmgesi

¹ 6. Uluslararası Bilim Kültür ve Spor Kongresi’nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.



The Physical Self Perception and Body Image Satisfaction Profile of the Young Man Slalom and Cross-Country Skiers in Turkey

Abstract

The aim of this study was to determine the physical self-perception and body image satisfaction profile of the young man slalom and cross-country skiers and to investigate the relationship between physical self-perception and body image satisfaction. The Physical Self Perception Questionnaire and Berscheid, Bohrnstedt, Walster(1973), Body Image Questionnaire were administered to 30 slalom skiers and 20 cross-country skiers who participated national camp in Bursa/Uludağ, Kayseri/Erciyes for slalom skiers, and in Erzurum/Palandöken and Bursa/Uludağ for cross-country skiers. To determine the demographic structure of subjects personality knowledge form was used. “t” test was used to compare the total scores of physical self-perception and body image satisfaction. In order to identify the differences between the body image and physical self-perception in terms of demographic variables, one-way and two-way ANOVA were used. The statical significance level was .05. Tukey t-test used as post hoc of analysis of variance. Statistically significant difference between young man slalom and cross-country skiers’ scores of body image was found ($P<0.05$). The second variable taken into account in this study is physical self-perception has 5 subscales. (1) physical condition, (2) physical self-worth, (3) strength, (4) sport competences, (5) body attractiveness. In terms of the scores of physical self perception and its subscales no significant differences between young man slalom and cross-country skiers was found ($P>0.05$). The correlation was studied between body image and physical self perception subscales. Physical self worth and strength subscales were found to be correlated at statistically significant level with body image ($P>0.05$). But sport competence and physical conditions were not found to be correlated with body image ($P>0.05$) Young man slalom skiers found to be more satisfied from their body image than cross-country skiers this is because of young man slalom’s practices styles and interactions of application. This difference could be explained as the way of cross-country skiers’ closing the gap is substituting the hard aerobic exercises and strength exercises instead of positive physical self perception.

Keywords: Young Man, Slalom, Cross-Country, Physical Self Perception, Body Image



Giriş

Düzenli olarak egzersize katılımın, fiziksel ve psikolojik sağlığı olumlu yönde etkilediği bilinmektedir. Kendine güvenin artması, olumlu kendinlik düşüncesi, kendini kabul, ankisiyete, depresyon ve strese azalma sporun kişi üzerindeki olumlu etkileridir. Farklı sporlar, sporcularda değişik yetenekler gerektirir. Bu da sporcunun tek yönlü incelenmesini güçleştirmektedir. Sporla insan zaman zaman unuttuğu vücudunun farkına varır. Spor bir anlamda vücudun kendi isteğinin bir ifadesidir. Sporla kişi, kendi somasının (vücudunun) güzelleşmesini ve eğitimini hazırlarken, beden bozuklukları sonucu gelişen aşağılık duygularından da kendini kurtarmış olur (Suveren 1995).

(Gill, Williams et al. 2017) göre egzersiz, sporcunun uyumunu gerektiren bir stres şeklidir. Spor dalının kuralları, normları, şekil ve prensipleri, katılımda başa çıkılması gereken etkenlerdir.

(Alderman 1974), yılındaki araştırmasında, erken yaşlarda spora başlamanın, kişiliğin oluşumunu desteklediğini ve sportif verimle kendini ispat etmesine yardımcı olduğunu söylemiştir. Ayrıca fiziksel özelliklerin spor yolu ile gelişmesinin bireyin kendine güveninin arttırmasında, spor grupları içinde olumlu davranış şekillerinin gelişmesinde olumlu etkileri olduğunu belirtmiştir.

(McCandless 1967), toplumsal ve kişisel gelişimin bedenden etkilendiğini, toplumsal yaşamın temelinde, kişinin beden özelliklerinin ve bedenine ilişkin tutumlarının yattığını ileri sürmektedir. İnsanların tanımadığı bir kişiyi betimlerken önemsedikleri en temel özellikler, kişinin yaşı ve fiziksel görünümüdür. İlk bakışta dikkat çeken fiziksel özellikler; boy, kilo, bedenin genel yapısı, ten rengi ve çekiciliktir.

Amerikan kültüründeki ideal kadın bedeni “incelik”, “uzun bacaklılık” ve “fiziksel çekicilik” özelliklerine sahiptir (Ziyalar 1985). Bu imaj, kitle iletişimde önemli derecede vurgulanmaktadır. Bu ideal beden imgesi karşılaştırma olarak kullanıldığında erken gelişen kızlar, geç gelişen kızlara göre bedenlerinden daha az doyum sağlamış olacaktırlar.

(Hamachek 1992), sakallı erkeklerin, çevresindekiler tarafından daha maskülen, daha olgun ve deneyimli olarak algılandığını, uzun boylu kişilerin toplumsal statülerinin daha yüksek olduğunu düşünüldüğünü, şişman kişilerin tembel, yetkisiz ve güçsüz olarak algılandığını araştırma sonuçlarıyla desteklemiştir. Bireyin kendi kişiliğine ilişkin kanıları ve kendi kendini görüş, algılayış tarzından oluşan benlik, güdülerini denetlemek ve düzenlemek, gerçeği tanımak ve uyum sağlamak, çevreden gelen uyarıcıları algılamak, seçmek, saklamak, anımsamak, düşünmek, kavramları değerlendirmek, bireyin karşılaştığı engellere çözüm bulmak, geleceğe ilişkin tasarımlar yapmak, savunma düzenekleri geliştirmek gibi görevleri yerine getirir. İlk toplumsal çevre olan ailenin, bireyin benlik kavramına etkisi önemlidir. Günümüz toplumsal değerler sisteminde yer alan sosyal statü, etnik yapı, eğitim düzeyi, meslek seçimi hatta bireyin fiziksel yapısının nitelikleri ve bunu nasıl algıladığı, bireyin çevresindekilerin kendisine yönelttikleri davranış biçimlerini etkilemektedir. Böylece toplum yaşamında beğeni kazanma, saygınlık görme ve benzeri gereksinimlerin karşılanması bakımından kişiler arasında görülen farklılıklar, bireyin benlik kavramında ve beden imgesinin biçimlenmesinde önemli bir rol oynamaktadır.

Bazı araştırmalarda,(Trowbridge 1970), kişilik gelişiminde etken olan, bireyin eğitim düzeyi, geliri, sosyal sınıfı, fiziksel yapısı ve etnik özellikleri gibi değişkenlerin benlik kavramını etkileyebileceğine dair bulgular elde edilmiştir. Ayrıca orta sosyo ekonomik düzeydeki



ailelerin çocuklarının benlik kavramları, üst sosyo ekonomik düzey aile çocuklarından anlamlı derecede yüksek olduğu ortaya konmuştur.

Kültür ve kişilik gelişimi ilintisini inceleyen başka araştırmacılar da son yıllarda sarkacın kültürel görecelikten evrenselliğe doğru bir kayma gösterdiğine işaret ederek “evrensel ergenlik” kavramını ortaya atmışlardır (Williams 1985).

1980’li yıllarda, aynı yöntemle benzer sosyo-ekonomik düzeydeki gençlerle, on ülkede yapılan çalışmada, belirli alanlardaki farklılıklara rağmen, gençlerin temel düşünce, duygu ve davranışlarda benzerlik göstermeleri evrenselliği destekler niteliktedir. (Mülazımoğlu, Kırazcı et al. 2002) artistik cimnastik ve ritmik cimnastik sporcuları ile spor yapmayanların beden imgelerinden hoşnutluk düzeyleri üzerine yaptığı araştırmada farklı spor dallarına katılımın, beden imgelerinden hoşnutluk düzeylerinde etkili olduğu belirtilmektedir. Sporcu olanlar ve olmayanların karşılaştırıldığı araştırmalarda (Salokun 1990) (Schumaker, Small et al. 1986), benlik kavramının bir alt boyutu olarak ele alınan fiziksel ben ya da fiziksel algılama puanlarının sporcularda, sporcu olmayanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ancak literatürde aynı spor branşının farklı disiplini ile ilgilenen sporcuların beden imgesi ve kendini fiziksel algılama üzerine çalışmaya rastlanmamıştır. Benlik kavramının alt boyutu olarak belirlenen beden imgesi ve kendini fiziksel algılama, sporcu olan ve olmayan kitleler üzerinde ağırlıklı olarak incelenmiştir.

Kayak branşı, Alp ve Kuzey olmak üzere iki disiplinden oluşmaktadır. Alp disiplini slalom, büyük slalom, süper G, iniş, paralel ve slalom kombinasyonu yarışlarını, Kuzey disiplini ise kayaklı koşu, atlama, kuzey kombinasyonu, bayrak yarışlarını içermektedir.(C.BEREKET 2000) iki disiplinde kullanılan malzemeler, mekanik tesisler ve kayak temel teknikleri ile bir birinden ayrılmaktadır. Slalom kayağı Türkiye’de Bursa Uludağ, Bolu Kartalkaya, Kayseri Erciyes, Erzurum Palandöken, Kars Sarıkamış, Antalya Saklıkent, Bingöl ve Bitlis’te yapılmaktadır. Kayaklı koşu ise daha çok Ağrı, Van, Muş, Hakkari bölgelerinde uygulanmaktadır. Türkiye’de Slalom kayağı, kayaklı koşuya oranla sportif amaç dışında daha yoğunluklu uygulanan spor dalıdır. Ayrıca slalom kayağında kullanılan malzemelerin ithal malzemeler olması, dalın uygulanabilmesi için mekanik tesislere gereksinim duyulması ve barınma için otel giderlerinin olması, bu branşı pahalı bir hale sokmaktadır. Ancak kayaklı koşu, slalom kayağının tam tersi bir durumla uygulamada daha az maliyet içeren bir daldır.

Bu iki disiplini bir birinden ayıran temel özelliklerden bir diğeri ise slalom kayağının daha fazla gösteriye yönelik, risk faktörünün yoğun ve seyircili olması, kayaklı koşunun ise sportif güce yönelik, seyircisiz ve risk içermeyen bir dal olmasıdır. Her iki disiplinin de sporcuları ağırlıklı olarak Doğu Anadolu’dan yetişmektedir. Ancak slalom disiplini ile uğraşan sporcular, kamp ve yarışmalarının dışında serbest zamanlarında da sosyo-ekonomik yapıları oldukça iyi olan bir kitlenin içinde bu faaliyetlerin sürdürmekte ve etkileşimde bulunmaktadırlar. Kayaklı koşu ile ilgilenen sporcuların gerek kampları gerekse yarışmaları gözden daha uzakta olup, etkileşimlerini yine kendi çerçevelerinde sürdürmektedirler.

Araştırmanın amacı, benlikten farklı ancak bağımsız düşünülemez kavramlar olan kendini fiziksel algılama ve beden imgesinin benzer sosyo-ekonomik ve kültürel yapı içinde yetişen kayak sporcularının farklı dallara yönelimlerinde ve bu dallarla etkileşimleri, kendini fiziksel algılama ve beden imgelerinden hoşnut olma düzeylerinin belirlenmesi ve bu iki psikolojik kavramın aynı branşın farklı disiplinleri arasındaki farklılıkların araştırılmasıdır. Bu araştırma yoluyla benzer sportif branşlardaki sporcuların başarı ve başarısızlıklarını sadece



çalışma olanakları, teknik ve taktik antrenman yöntemleri dışında bu temel psikolojik kavramlardan etkilendiğini ortaya konulmaya çalışılmaktadır.

Problemler

Bu çalışmada yanıt aranan problem ve alt problemler aşağıda belirtilmiştir.

1. Slalom kayağı yapan genç erkekler ile kayaklı koşu yapan genç erkekler açısından beden imgeleri arasında fark var mıdır?
2. Slalom kayağı yapan genç erkekler ile kayaklı koşu yapan genç erkekler açısından kendini fiziksel algılamaları arasında fark var mıdır?

Materyal ve Yöntem

Araştırma Grubu

Araştırma grubunu yaşları 18 ile 25 arasında değişen 30 genç erkek Slalom kayakçısı ile 20 genç erkek, kayaklı koşucu oluşturmuştur. Bursa Uludağ ve Kayseri Erciyes'te gerçekleşen milli takım kamplarında slalom kayakçıların, Erzurum ve Uludağ'da gerçekleşen milli takım kamplarında ise kayaklı koşucuların değerlendirmeleri elde edilmiştir. Araştırmada kullanılan ölçüm araçlarının geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları *genç erkekler* üzerinde yapılmış olması nedeniyle farklı yaş gruplarında ki kayakçılar üzerinde araştırma genişletilememiş, Türkiye'de ki sınırlı sayıda bulunan genç erkek kayakçılar üzerinde yürütülmüştür.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada Beden İmginden hoşnut olma düzeyini ölçmek için *Berscheid, Bohrnstedt, Walster (1973) Beden İmgesi Ölçeği*, Kendini Fiziksel Algılama düzeyi için ise Kendini Fiziksel Algılama Envanteri (*Physical Self Perception*) kullanılmıştır.

Beden İmgesi Ölçeği Berscheid, Bohrnstedt, Walster (1973) (Body Image Questionnaire) ;

Deneklerin beden imgesinden hoşnut olma düzeylerini ölçmek için Berscheid ve arkadaşlarının beden imgesi anketi kullanılmıştır. Türkiye uyarlaması Gökdoğan(1988) tarafından yapılmıştır.

Kendini Fiziksel Algılama Envanteri (Physical Self Perception)

Kendini fiziksel algılamanın 5 alt boyutunda (**Fiziksel kondisyon, genel fiziksel yeterlilik, kuvvet, sportif yeterlilik ve vücut çekiciliğini**) ölçen envanter her alt ölçekte 6 madde içeren toplam 30 maddeden oluşmaktadır. Envanter her madde için kişiye iki farklı insanı tanımlayan ifade sunmakta ve kişiden bu farklı gruptan hangisine ne derece benzediğinin belirlemesini istemektedir.

Kişi önce 2 farklı grup insandan hangisine daha çok benzediğine karar verdikten sonra bu benzemenin derecelenmesini “tam bana uygun” veya “bana oldukça uygun” ifadelerini kullanarak yapmaktadır. Maddelerin puanlaması 1 ile 4 arasındadır. “4” yüksek yeterlilik, “1” ise düşük yeterliliği ifade etmektedir. Envanter fiziksel algılamanın 5 farklı boyutunda 6 ile 24 arasında değişen puanlar vermektedir (Fox 1990). Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Aşçı



ve arkadaşları (Aşçi, Aşçi et al. 1999) tarafından 1995 yılında 18-25 yaş erkekler için yapılmıştır.

Ayrıca düzenlenen kişisel bilgi formu ile doğum yeri ile yaşamının çoğunu geçirdiği yer, yarışmalara katılma sıklığı, bu yarışmalarda elde ettiği dereceler, kitle iletişim araçlarını izleme sıklığı, ailelerinin sosyo ekonomik ve sosyo kültürel yapıları ile cinsel olgunlaşma yaşı belirlenmiştir.

Verilerin Analizi

Beden imgesi doyumu ve kendini fiziksel algılama puanları açısından her iki grubun karşılaştırılmasında bağımsız gruplar için t testi kullanılmıştır. Bu puanların deneklerin yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yer, yarışmalardan aldıkları dereceler, cinsel olgunlaşma zamanı, kayaklı çalışma zamanı, ailenin aylık gelir düzeyi, kitle iletişim araçlarının izlenme sıklığı ile anne ve babanın öğrenim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek için, değişken sayısına göre çift yönlü ve tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Varyans analizi sonucu en az .05 düzeyinde anlamlı çıkan F değerleri için hangi gruplar arasında farklılıklar olduğunu görmek amacıyla Tukey t testi kullanılmıştır. Elde edilen veriler Windows için SPSS 7.5 programında analiz edilmiştir (Nie, Hull et al.).

BULGULAR

Slalom Kayağı ve Kayaklı Koşu Yapan Genç Erkeklerin Beden İmgeleri Toplam Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

Slalom kayağı yapan genç erkekler ile kayaklı koşu yapan genç erkekler arasında beden imgeleri açısından farklılık olup olmadığına ilişkin değerlendirme Tablo 1 verilmiştir.

Tablo 1. Slalom Kayağı Yapan Genç Erkekler İle Kayaklı Koşu Yapan Genç Erkeklerin Beden İmgeleri Toplam Puanlarının Aritmetik Ortalaması, Standart Sapması, t Değeri ve Serbestlik Derecesi

Beden İmgesi Toplam Puanı	N	\bar{x}	Ss	t	s.d.
Kayaklı Koşu	20	94.15	17.02	4.901*	48
Slalom Kayağı	30	113.37	10.76		

*P<.05

Tablo 1’de görüldüğü gibi beden imgeleri açısından Slalom kayakçıların aritmetik ortalaması 113.37 kayaklı koşucuların ise 94.15’tir. Slalom kayakçıları için standart sapma 10.76 kayaklı koşucuların ise 17.02 dir.

Bu sonuçlara göre slalom kayakçıların ve kayaklı koşucuların beden imgesi puanları arasında .05 düzeyinde anlamlı bir fark vardır. Yapılan t testi sonuçlarına göre t değeri 4.901 olarak hesaplanmış bu da slalom kayağı ve kayaklı koşucular arasında fark olduğunu göstermiştir (P<.05). Bu fark, beden imgesi açısından slalom kayakçıların, kayaklı koşuculara oranla anlamlı olarak daha yüksek puan aldıklarını göstermektedir.



Farklı Özellikteki Beden İmgesi Puanlarının Branş Açısından İncelenmesi

Tablo 2. Slalom Kayağı Yapan Genç Erkekler İle Kayaklı Koşu Yapan Genç Erkeklerin Beden İmgeleri Puanlarının Aritmetik Ortalaması, Standart Sapması, t Değeri ve Serbestlik Derecesi

Sıra	Özellik	Branş	N	\bar{x}	Ss	t	s.d.
1.	Beden Oranları	K. Koşu	20	3.55	.99	2.835*	48
		Slalom Kay.	30	4.27	.78		
2.	Bedenin Duruşu	K. Koşu	20	3.40	.94	4.252*	48
		Slalom Kay.	30	4.37	.68		
3.	Spor Yeteneği	K. Koşu	20	3.55	.89	3.989*	48
		Slalom Kay.	30	4.47	.73		
4.	Ten Rengi	K. Koşu	20	3.90	.85	1.949	48
		Slalom Kay.	30	4.33	.71		
5.	Kas Gücü	K. Koşu	20	3.55	.99	2.474*	48
		Slalom Kay.	30	4.20	.85		
6.	Boy	K. Koşu	20	3.30	.98	2.804*	48
		Slalom Kay.	30	4.10	.99		
7.	Kilo	K. Koşu	20	2.85	1.35	2.865*	48
		Slalom Kay.	30	3.80	.99		
8.	Yüz Güzelliği	K. Koşu	20	3.50	.89	1.499	48
		Slalom Kay.	30	3.87	.82		
9.	Saçlar	K. Koşu	20	3.80	1.15	.110	48
		Slalom Kay.	30	3.83	.99		
10.	Gözler	K. Koşu	20	3.60	1.14	3.115*	48
		Slalom Kay.	30	4.40	.68		
11.	Kulaklar	K. Koşu	20	4.05	.61	.426	48
		Slalom Kay.	30	4.17	1.12		
12.	Burun	K. Koşu	20	3.15	1.31	2.579*	48
		Slalom Kay.	30	4.00	1.02		
13.	Ağız	K. Koşu	20	3.60	1.19	3.199*	48
		Slalom Kay.	30	4.47	.73		
14.	Dişler	K. Koşu	20	3.20	1.32	2.342*	48
		Slalom Kay.	30	4.00	1.08		



Sıra	Özellik	Branş	N	\bar{x}	Ss	t	s.d.
15.	Ses	K. Koşu	20	3.80	.84	.526	48
		Slalom Kay.	30	3.93	.91		
16.	Çene	K. Koşu	20	3.80	.95	1.336	48
		Slalom Kay.	30	4.17	.95		
17.	Yüzdeki Kıl Miktarı	K. Koşu	20	2.80	1.28	3.734*	48
		Slalom Kay.	30	3.93	.87		
18.	Omuzlar	K. Koşu	20	3.50	1.15	2.688*	48
		Slalom Kay.	30	4.27	.87		
19.	Kollar	K. Koşu	20	4.55	4.51	.020	48
		Slalom Kay.	30	4.57	.51		
20.	Eller	K. Koşu	20	3.40	1.10	4.508*	48
		Slalom Kay.	30	4.50	.63		
21.	Ayaklar	K. Koşu	20	3.55	.995	3.122*	48
		Slalom Kay.	30	4.30	.75		
22.	Bedendeki Kıl Miktar	K. Koşu	20	2.75	1.17	4.032*	48
		Slalom Kay.	30	3.93	.91		
23.	Karnı	K. Koşu	20	3.20	.89	2.737*	48
		Slalom Kay.	30	4.00	1.08		
24.	Kalçalar	K. Koşu	20	3.35	1.14	2.965*	48
		Slalom Kay.	30	4.20	.89		
25.	Bacak Ve Bilekler	K. Koşu	20	2.80	1.24	5.016*	48
		Slalom Kay.	30	4.30	.88		
26.	Göğüsler	K. Koşu	20	3.30	.98	3.220*	48
		Slalom Kay.	30	4.20	.96		
27.	Cinsel Organlar	K. Koşu	20	4.35	.59	3.206*	48
		Slalom Kay.	30	4.80	.41		
28.	Toplam	K. Koşu	20	94.15	17.02	4.901*	48
		Slalom Kay.	30	113.37	10.76		

*P<.05

Tablo 2’de, beden imgesinden hoşnut olma düzeylerini belirlemek için sorulan özellikler ayrı ayrı incelendiğinde, ten rengi, yüz güzelliği, saçlar, kulaklar, ses, çene, kollar dışındaki özelliklerde anlamlı fark olduğu belirlenmiştir. Bu farkın beden imgesi özellikleri açısından slalom kayakçıların, kayaklı koşuculara oranla daha yüksek puan almalarından kaynaklandığı görülmektedir.



Slalom Kayağı Yapan Genç Erkekler İle Kayaklı Koşu Yapan Genç Erkeklerin Beden Parçalarından Hoşnut Olma Düzeyleri

Slalom Kayakçıları			Kayaklı Koşucular		
- x	Özelik	Sıra	Sıra	Özelik	- x
4.80	Cinsel Organ	1	1	Kollar	4.55
4.57	Kollar	2	2	Cinsel Organ	4.35
4.50	Eller	3	3	Kulaklar	4.05
4.47	Spor Yeteneği	4	4	Ten Rengi	3.90
4.47	Ağız	4	5	Saçlar	3.80
4.40	Gözler	5	5	Ses	3.80
4.37	Bedenin Duruşu	6	5	Çene	3.80
4.33	Ten Rengi	7	6	Gözler	3.60
4.30	Ayaklar	8	6	Ağız	3.60
4.30	Bacaklar ve Bilekler	8	7	Beden Oranları	3.55
4.27	Omuzlar	9	7	Spor Yeteneği	3.55
4.27	Beden Oranları	9	7	Kas Gücü	3.55
4.20	Kalçalar	10	7	Ayaklar	3.55
4.20	Göğüsler	10	8	Yüz Güzelliği	3.50
4.20	Kas Gücü	10	8	Omuzlar	3.50
4.17	Kulaklar	11	9	Eller	3.40
4.17	Çene	11	9	Bedenin Duruşu	3.40
4.10	Boy	12	10	Kalçalar	3.35
4.00	Burun	13	11	Göğüsler	3.30
4.00	Dişler	13	11	Boy	3.30
4.00	Karın	13	12	Dişler	3.20
3.93	Bedendeki Kıl miktarı	14	12	Karın	3.20
3.93	Ses	14	13	Burun	3.15
3.93	Yüzdeki kıl Miktarı	14	14	Kilo	2.85
3.87	Yüz Güzelliği	15	15	Yüzdeki kıl miktarı	2.80
3.83	Saçlar	16	15	Bacaklar ve bilekler	2.80
3.80	Kilo	17	16	Bedendeki Kıl Miktarı	2.75
113.37	Toplam		Toplam		94.15

Slalom kayakçıları ve kayaklı koşucuların beden imgesi özellikleri ayrı ayrı değerlendirildiğinde en beğenilen özellikler 1. ve 2 sırada yer alan cinsel organ ve kollar belirlenirken, beğenilmeyen özellikler arasında her iki grupta ortak olarak kilo bedendeki kıl oranı ön plana çıkmaktadır.



Slalom Kayağı ve Kayaklı Koşu Yapan Genç Erkeklerin Fiziksel Algılama Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

Araştırma kapsamında slalom kayakçıları ve kayaklı koşucular arasında kendini fiziksel algılama açısından fark olup olmadığı değerlendirilmiştir. Kendini Fiziksel Algılama 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar **Fiziksel kondisyon (tablo 4)**, **genel fiziksel yeterlilik (tablo 5)**, **kuvet (tablo 6)**, **sportif yeterlilik (tablo 7)**, ve vücut **çekiciliğidir (tablo 8)**. Bu alt boyutlardan elde edilen değerler de slalom kayakçıları ile kayaklı koşucular arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Tablo 10’da slalom kayağı yapan genç erkekler ile kayaklı koşu yapan genç erkeklerin fiziksel kondisyon alt boyutu açısından kendilerini algılama düzeylerinde anlamlılık olup olmadığına ilişkin veriler sunulmuştur.

Tablo 4. Slalom Kayağı Yapan Genç Erkekler İle Kayaklı Koşu Yapan Genç Erkeklerin Fiziksel Kondisyon Alt Boyutu Puanlarının Aritmetik Ortalaması, Standart Sapması, t Değeri ve Serbestlik Derecesi

Fiziksel kondisyon Toplam Puanı	N	\bar{x}	Ss	t	s.d.
Kayaklı Koşu	20	17.75	2.96	.060	48
Slalom Kayağı	30	17.70	2.88		

P>.05

Tablo4’da görüldüğü gibi fiziksel kondisyon algısı açısından slalom kayağı yapan genç erkekler ile kayaklı koşu yapan genç erkekler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 5’da slalom kayağı yapan genç erkekler ile kayaklı koşu yapan genç erkeklerin genel fiziksel yeterlilik alt boyutu açısından kendilerini algılama düzeylerinde anlamlılık olup olmadığına ilişkin veriler sunulmuştur.

Tablo 5. Slalom Kayağı Yapan Genç Erkekler İle Kayaklı Koşu Yapan Genç Erkeklerin Genel Fiziksel Yeterlilik Alt Boyutu Puanlarının Aritmetik Ortalaması, Standart Sapması, t Değeri ve Serbestlik Derecesi

Genel fiziksel yeterlilik Toplam Puanı	N	\bar{x}	Ss	t	s.d.
Kayaklı Koşu	20	17.15	2.48	.452	48
Slalom Kayağı	30	17.50	2.81		

Tablo 5’de görüldüğü gibi genel fiziksel yeterlilik algısı açısından slalom kayağı yapan genç erkekler ile kayaklı koşu yapan genç erkekler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.



Tablo 6’de slalom kayağı yapan genç erkekler ile kayaklı koşu yapan genç erkeklerin kuvvet alt boyutu açısından kendilerini algılama düzeylerinde anlamlılık olup olmadığına ilişkin veriler sunulmuştur.

Tablo 6. Slalom Kayağı Yapan Genç Erkekler İle Kayaklı Koşu Yapan Genç Erkeklerin Kuvvet Alt Boyutu Puanlarının Aritmetik Ortalaması, Standart Sapması, t Değeri ve Serbestlik Derecesi

Kuvvet Toplam Puanı	N	\bar{x}	Ss	t	s.d.
Kayaklı Koşu	20	16.55	2.76	1.773	48
Slalom Kayağı	30	17.93	2.66		

P>.05

Tablo 6’de görüldüğü gibi kuvvet algısı açısından slalom kayağı yapan genç erkekler ile kayaklı koşu yapan genç erkekler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 7’de slalom kayağı yapan genç erkekler ile kayaklı koşu yapan genç erkeklerin sportif yeterlilik alt boyutu açısından kendilerini algılama düzeylerinde anlamlılık olup olmadığına ilişkin veriler sunulmuştur.

Tablo 7. Slalom Kayağı Yapan Genç Erkekler İle Kayaklı Koşu Yapan Genç Erkeklerin Sportif Yeterlilik Alt Boyutu Puanlarının Aritmetik Ortalaması, Standart Sapması, t Değeri ve Serbestlik Derecesi

Sportif yeterlilik Toplam Puanı	N	\bar{x}	Ss	t	s.d.
Kayaklı Koşu	20	17.70	2.79	1.589	48
Slalom Kayağı	30	19.20	3.55		

P>.05

Tablo 7’de görüldüğü gibi sportif yeterlilik algısı açısından slalom kayağı yapan genç erkekler ile kayaklı koşu yapan genç erkekler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 8’de slalom kayağı yapan genç erkekler ile kayaklı koşu yapan genç erkeklerin vücut çekiciliği alt boyutu açısından kendilerini algılama düzeylerinde anlamlılık olup olmadığına ilişkin veriler sunulmuştur.

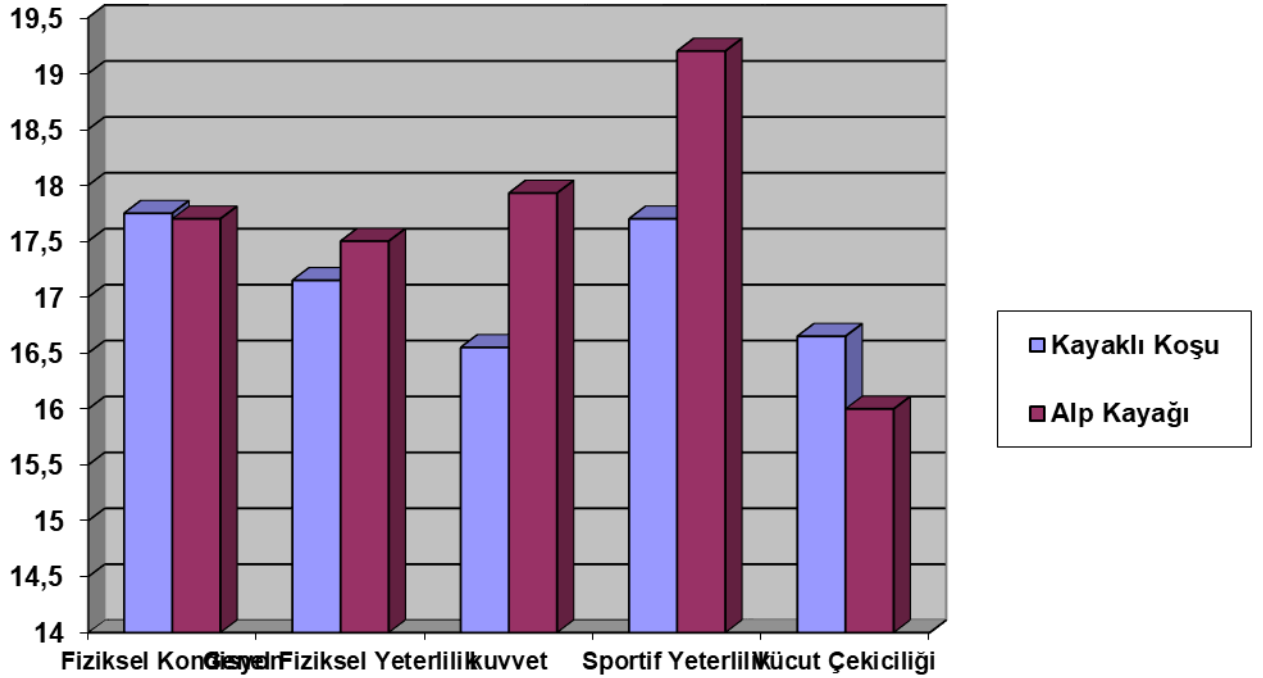


Tablo 8. Slalom Kayağı Yapan Genç Erkekler İle Kayaklı Koşu Yapan Genç Erkeklerin Vücut Çekiciliği Alt Boyutu Puanlarının Aritmetik Ortalaması, Standart Sapması, t Değeri ve Serbestlik Derecesi

Vücut çekiciliği Toplam Puanı	N	\bar{x}	Ss	t	s.d.
Kayaklı Koşu	20	16.65	2.48	.806	48
Slalom Kayağı	30	16.00	2.98		

P>.05

Tablo 8’de görüldüğü gibi vücut çekiciliği algısı açısından slalom kayağı yapan genç erkekler ile kayaklı koşu yapan genç erkekler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.



Grafik 1. Slalom Kayağı ve Kayaklı Koşu Yapan Genç Erkeklerin Fiziksel Algılama Açısından Aritmetik Ortalama Puanlarının Karşılaştırılması

Grafikte 1 de görüldüğü gibi slalom kayağı yapan genç erkeklerin sportif yeterlilik, kuvvet ve genel fiziksel yeterlilik alt boyutlarında yüksek puan almışlar, buna karşılık kayaklı koşu yapan genç erkekler vücut çekiciliğe fiziksel kondisyon alt boyutlarında yüksek puan almışlardır. Kayaklı koşu yapan genç erkekler açısından bakıldığında sportif yeterlilik ve kuvvet alt boyutundan alınan puanlar diğer özelliklerden alınan puanlara göre daha düşüktür. Slalom kayağı yapan genç erkekler ise fiziksel kondisyon ve sportif yeterlilik alt boyutlarında daha fazla puan almışlardır.



Beden İmgesi ve Fiziksel Algılamanın Alt Boyutlarına İlişkin Puanlar Arasındaki İlişki

Beden imgesi puanının fiziksel algılamanın alt boyutları arasındaki bakıldığında (Tablo12) beden imgesi ile genel fiziksel yeterlilik ve kuvvet arasında anlamlı bir ilişki bulunurken beden imgesi ile spor yeteneği ve fiziksel kondisyon arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

Tablo 9. Beden İmgesi Ve Fiziksel Algılamanın Alt Boyutları Arasındaki Pearson Çarpım Momentleri Korelasyonu

	Fiziksel Kondisyon	Genel Fiziksel Yeterlilik	Kuvvet	Spor Yeteneği	Vücut Çekiciliği
Beden İmgesi	.142	.358*	.337*	.168	.023

*P<.05

Araştırmada slalom kayağı ve kayaklı koşu yapan genç erkeklerin beden imgeleri ile fiziksel algılama puanları, kişisel bilgi formundan elde edilen veriler ile karşılaştırılmıştır.

Kişisel bilgi formu ile beden imgesi ve fiziksel algılamanın 5 alt boyutu çift yönlü varyans analizi ile incelenerek anlamlı bulunan veriler için Tukey t testi yapılmıştır.

Tartışma ve Sonuç

Modernlik (modernity), batı toplumlarının daha önceki yüzyıllarda başlayan bir dizi değişim sonucu olarak ve XIX. yüzyılda endüstri toplumunun şekillenmesiyle çizgileri belirginleşen ve sosyal durumu ifade eden bir kavramdır. Modernleşme ise, herhangi bir toplumun sosyal değişme sürecinin “modern” olduğu kabul edilen toplumlar yönünden ilerlemesi durumudur. Daha geniş bir tanımla modernleşme, ileri oldukları kabul edilen ülkelerin kurumlarının, değerlerinin ve tüketim modellerinin benimsenme sürecidir. Bu anlamda modernleşme, “daima başkasına uyum”u ifade eder ve gelişmiş ülkelerin belirlediği şemaların taklit edilmesi esasına dayanır. Görüldüğü gibi modernlik, batı dünyasında, modernleşme ise “modern olmayan” toplumlarda görülen bir olgudur. Birincisi toplumun talebi ve toplumun öz kaynaklarıyla gerçekleşen doğal bir süreç, ikincisi toplumun değil, bazı kesimlerin, öz kaynaklarla değil batıdan ithal malzeme ile gerçekleşen değişim sürecidir (Amman, İkizler et al. 2000).

Bu çerçeveden bakıldığında modernleşme sürecine girmiş toplumlarda, modern anlamıyla sporun ortaya çıkışının modern sporların ataları olarak görülebilecek faaliyetlerden adım adım gerçekleşebilecek bir kokuşla bağlantılı olup olmadığı, tartışmalı bir konu olmakla beraber, modernleşme sürecindeki toplumlar için böyle bir tartışma söz konusu değildir. Bu ülkelerde “milli” adı verilen geleneksel spor dalları dışındaki sporlar batıdan gelmişlerdir. Az gelişmiş ülkelerde yaygın olan geleneksel oyunların arkaik bir inancın araçları olarak görülüp bir tarafa itilirken, Avrupa ve Amerika’da organize edilen sporların, modernizm projesinin bir parçası, “ilerleme”ye başlamış olmanın, dinamizmin simgesi olarak görüldüğü belirtilmektedir (Defrance 2012). Kayak sporu, Türkiye’de bu anlamda yurt dışından ithal edilmiş bir spor dalıdır. Bu dalın, seçkin sporcu olacak uygulayıcıları, iklim ve coğrafi özellikler nedeniyle çoğunlukla Doğu ve Güneydoğu Anadolu bölgelerinden yetişmektedir. Modernleşme çabaları



içinde, alt sosyo-ekonomik yapıdan ve çok farklı kültür ile yetişen bu kişiler kayak sporu aracılığıyla modernleşme ile kendi kültürleri arasında sıkışırlar. Çünkü kayağı sportif eylem dışında turizm amaçlı gerçekleştiren kişiler bu faaliyetlerini yukarıda da açıklandığı gibi bir ilerleme, modernleşme ve dinamizmin simgesi olarak görmektedirler.

Bu nedenle sadece ithal edilen kayak sporu değildir, aynı zamanda farklı kültür ve sosyo-ekonomik yapı ile de karşı karşıya kalınmıştır.

“Kültürün, bedene ve yüze sürülen boyaların, elbiseler, takı ve süs eşyalarının, estetik ameliyatların, sanatçıların rolleri gereği giydiği kıyafetlerin ve aldığı tavırların geçici veya sürekli olarak beden imgesini ve fiziksel algılamayı etkilediğini ve dolaylı olarak kişilik değişimlerine neden olduğu belirtilmektedir (Gökdoğan 1988).

Araştırmamızın bu bölümünde belirtilen farklılaşmalar içinde benzer sosyo-ekonomik ve kültürel yapı içinde yetişen kayak sporcularının kayaklı koşu ve slalom kayağı ile ilgilenmelerinin, kendini fiziksel algılama ve beden imgelerinden hoşnut olma düzeylerindeki etkilerinin belirlenmesi, varsa bu etkilerin neler olduğu tartışılacaktır.

Slalom kayağı yapan genç erkekler ile kayaklı koşu yapan genç erkekler arasında beden imgeleri toplam puanı açısından farklılık olup olmadığına ilişkin değerlendirme de slalom kayakçıların bedenden sağladığı doyum düzeyinin kayaklı koşucuların bedenden sağladığı doyum düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olduğu belirlenmiştir ($P<.05$).

Slalom kayakçıların ortalama beden imgesi puanı $4,36 \pm .38$, kayaklı koşucuların ise $3,62 \pm 11$ olarak belirlenmiştir. Bu sonuçlar (AŞÇI 1996) genç milli basketbol oyuncularını ile yaptığı araştırma ile karşılaştırıldığında slalom kayakçıların ortalama beden imgesi puanı daha yüksek bulunmuştur. Aşçı genç milli basketbol oyuncularının ortalama beden imgesi puanını $3,89 \pm .49$ olarak belirlemiştir. Ancak bu puan kayaklı koşucuların ortalama puanlarının üstündedir. Yine (Aşçı, Gökmen et al. 1993) yılında liseli basketbolcular üzerindeki yaptıkları araştırma sonuçlarında ortalama beden imgesinden hoşnut olma değerini $4,11 \pm .48$ olarak belirlemiştir. Bu sonuçta araştırmamızda belirlenen slalom kayakçıları için düşük kayaklı koşucular için yüksek bir değerdir.

Beden imgesi parçaları ayrı ayrı değerlendirildiğinde gruplar arasında, ten rengi, yüz güzelliği saçlar, kulaklar, ses, çene, kollar dışındaki özelliklerde anlamlı fark olduğu belirlenmiştir ($P<.05$). Slalom kayakçıların en doyumlu olduğu bölge, cinsel organ ($\bar{x}=4,80$), kollar ($\bar{x}=4,57$), ve ellerdir ($\bar{x}=4,50$). Kayaklı koşucularda ise bu sıra kollar ($\bar{x}=4,55$), cinsel organ ($\bar{x}=4,35$), kulaklar ($\bar{x}=4,05$) sıralaması şeklindedir.

Bu sonuçlar (Gökdoğan 1988) tarafından orta öğrenime devam eden ergenlerde yapılan araştırma ile benzerlik göstermektedir. Gökdoğan, orta öğrenime devam eden ergenlerin en doyumlu olduğu bölgeleri şu şekilde belirlemiştir; Kollar ($\bar{x}=4,34$), gözler ($\bar{x}=4,32$) ve eller ($\bar{x}=4,31$). Bu sıralama araştırmamızdaki slalom kayakçıların doyum özellikleri ile daha fazla benzerlik göstermektedir.

Vücuttan sağlanan doyumun en düşük olduğu sıralama ise slalom kayakçıları için, kilo ($\bar{x}=3,80$), saçlar ($\bar{x}=3,83$), yüz güzelliği ($\bar{x}=3,87$) şeklindedir. Kayaklı koşucular içinse



bedendeki kıl miktarı ($\bar{x}=2,75$), bacaklar ve bilekler ($\bar{x}=2,80$), yüzdeki kıl miktarı ($\bar{x}=2,80$) şeklindedir. Orta öğrenime devam eden ergenlerde yapmış olduğu araştırmada vücuttan sağlanan en düşük doyum araştırmamızda kayaklı koşucular ile daha fazla benzerlik göstermektedir. orta öğrenime devam eden ergenlerin en düşük doyumlu olduğu bölgeleri şu şekilde belirlemiştir (Gökdoğan 1988) .Yüzdeki kıl miktarı ($\bar{x}=3,35$), ses ($\bar{x}=3,31$) ve dişlerdir ($\bar{x}=3,13$). Ancak vücuttan sağlanan doyum için araştırmamızda son 10 sırada yer alan özelliklerin tümü farklı sıralamalarla (Gökdoğan 1988) nın çalışması ile benzerlik göstermektedir.

Sporda başarı için gerekli olan spor yeteneği, beden oranları, eller, göğüsler ve omuzlar gibi beden parçalarından hoşnutluk düzeyi (AŞÇI 1996) nın araştırmasında diğer beden parçalarına göre daha yüksek değerler elde etmiştir. Bizim çalışmamızda ise slalom ve kayaklı koşucularda kas gücünden hoşnut olma puanı düşüktür. Bu beden parçalarından hoşnutsuzluğun temel nedeni her iki branş içinde başarılı olmanın bu parçalarla ilintili olmasına bağlanabilir.

Dayanıklılık ve kuvvet gibi iki temel özelliğin ağırlıklı olduğu kayaklı koşuda bu temel özellikleri oluşturan, bacaklar ve bilekler, bedenin duruşu, beden oranları, omuzlar, eller gibi beden parçaları daha düşük değerler içermektedir. Ancak her iki grup içinde hoşnutluk düzeyinin en az olduğu parçalar ideal erkek tipini oluşturan özelliklerdir.

Amerika'da yapılan araştırmada (Dacey 1986) hoşnutluk düzeyinin en az olduğu parçalar yüzdeki kıl miktarı ve ses olarak belirlenirken araştırmamız ile benzerlik göstermektedir ki bularda ideal erkek tipini oluşturan özelliklerdendir.

Ayrıca Aşçının genç mili basketbolcular üzerinde yaptığı araştırmada cinsel organdan hoşnutluk düzeyi 26 beden parçası içinde 15. sırayı alırken (Gökdoğan 1988) nın çalışması ile benzerlik göstermektedir. Ancak araştırmamızda cinsel organdan hoşnutluk slalom kayakçıları için birinci kayaklı koşucular için ikinci sırada yer almaktadır. Erkek ergenlerde cinsel organdan sağlanan doyumun yaşla arttığı bilinmektedir (Berscheid. E. 1973)

Bu nedenle araştırma grubumuzun 18-25 yaş arasındaki erkeklerden oluşması her iki grubunda cinsel organdan hoşnutluk düzeyini yükselttiği söylenebilir. Ancak beden imgesinden sağlanan doyum düzeyinin yaş gruplarına göre anlamlı farklılık oluşturmadığı ortaya konmuştur (Berscheid. E. 1973)

Ancak kesin yargılara ulaşabilmek için, bu araştırmaların farklı sosyo kültürel ve ekonomik yapılarda, kesitsel değil boylamsal yapılması ve popülasyon farklılıklarının göz ardı edilmemesi daha güvenilir sonuçlar verecektir.

Takım sporu ve bireysel spor ile uğraşan kız öğrencilerin benlik kavramı ve beden imgelerinden hoşnut olma düzeyleri ile ilgili araştırmada (AŞÇI F. 1995) spor yapmayan ve bireysel spor yapan kişilerin ortalama beden imgeleri puanı takım sporu ile ilgilenenlerden daha düşük bulunmuştur. Bu sonuç basketbolcular ile slalom ve kayaklı koşucuların ortalama beden imgeleri puanı arasındaki ilişkiyle benzerlik göstermektedir. Spora katılımın ortalama beden imgesini arttırdığı araştırma sonuçları ile belirlenmiştir (Lerner, Karabenick et al. 1973) ve (Snyder and Kivlin 1975). Spor yapmayanların daha düşük ortalama beden imgesi puanına sahip olması buna bağlanabilir. Ancak bireysel sporlar içindeki kayağın farklı branşları ile karşılaştırıldığı bir araştırma ile karşılaşılmamıştır.



Bir başka araştırma da ise (MÜLAZIMOĞLU, KIRAZCI et al. 2002) artistik cimnastik, ritmik cimnastik, ve sporcu olmayanların beden imgesinden hoşnut olma düzeylerinde anlamlı farklılık bulunmamasına rağmen, çok yönlü incelendiğinde ritmik cimnastikçilerin ve sporcu olmayanların ellerden, kollardan, göğüs ve üst bölgeden ve cinsel organlardan hoşnut olma düzeyleri artistik cimnastikçilerden yüksektir.

Bunun yanı sıra sporcu olmayanların beden oranlarından, beden duruşundan, göğüs ve üst bölgeden ve cinsel organlardan hoşnut olma düzeyleri ritmik cimnastikçilerden yüksek bulunmuştur. Bayanlar üzerinde yapılan bu çalışmada, spora katılım ve yapılan spor branşının beden imgesinden hoşnut olma düzeyini etkilediği belirtilmektedir (MÜLAZIMOĞLU, KIRAZCI et al. 2002) (Gökdoğan 1988).

Araştırma kapsamında ikinci olarak değerlendirilen slalom kayakçıları ve kayaklı koşucular arasında kendini fiziksel algılama açısından fark olup olmadığıdır. Kendini fiziksel algılama 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar fiziksel kondisyon, genel fiziksel yeterlilik, kuvvet, sportif yeterlilik ve vücut çekiciliğidir. Bu alt boyutlardan elde edilen değerler slalom kayakçıları ile kayaklı koşucular açısından değerlendirildiğinde aralarında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($P>.05$). Bu değerler basketbolcular üzerinde yapılan araştırma (AŞÇI F. 1995) sonuçları ile karşılaştırıldığında kendini fiziksel algılamanın, sportif yeterlilik alt boyutu dışında, kayaklı koşucuların, basketbolculara ve slalom kayakçılara oranla daha yüksek değerler elde ettiği gözlenmektedir. Ayrıca üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırma sonuçları ile değerlendirildiğinde de kayaklı koşucuların değerleri üniversite öğrencilerinin değerlerinden daha yüksek bulunmuştur (AŞÇI, GÖKMEN et al. 1993). Bu sonuç ayrıca spora katılımın, fiziksel algılamaya etkisinin bir göstergesi olabilir.

Kendini fiziksel algılama ve beden imgesi arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla uygulanan korelasyon sonucuna göre, genel fiziksel yeterlilik ile kuvvet alt boyutlarında anlamlı bir ilişki vardır. Bu sonuca göre genel fiziksel yeterlilik ve kuvvet ile beden imgesi arasında doğrusal bir ilişki vardır. Beden parçalarından hoşnut olma düzeyi arttıkça genel fiziksel yeterlilik ve kuvvet alt boyutlarını algılama düzeyleri artmakta ya da bunun tam tersi bir şekilde azalmaktadır.

Araştırmamızda deneklerin yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yer, toplumsal değişkenlerden etkilenen beden imgesi puanları açısından incelenmiştir. Slalom Kayağı ve Kayaklı Koşu Yapan Genç Erkeklerin Puanlarına İlişkin analiz sonucunda anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir (.001). Branş açısından beden imgesi puanları t testi ile karşılaştırıldığında gruplar arasında slalom kayakçıları lehine anlamlı bir farklılık belirlenmiştir. Çift yönlü varyans analizi sonucunda çıkan anlamlılığın kaynağı slalom kayakçılarının diğer gruba göre daha yüksek puan almasına bağlanabilir.

Her toplumun belirli fiziksel özellikleri daha fazla beğenme eğiliminde olduğu ve belirli fiziksel özelliklere sahip kişilere karşı belirli tutumlar geliştirdiği bilinmektedir. Beğenilen ya da beğenilmeyen bedensel özelliklerle ilişkili araştırmalar “ çekicilik” konusu içinde yapılmaktadır.

Sonuç olarak, slalom kayakçılarının beden imgesine ilişkin doyum düzeyinin, kayaklı koşuculara göre daha fazla olacağı varsayımı, araştırma kapsamında değerlendirilen konularda anlamlı değerler içermektedir. Bu durum slalom kayağının uygulandığı alanları ve bu branşın uygulanma anındaki etkileşimlerinden aynaklandığı söylenebilir. Bazı araştırmacıların ortaya koyduğu gibi (Caruso and Gill 1992)ve (Page, McManus et al. 1994) aerobik çalışmaların ve kuvvet antrenmanlarının kendine güvenin ve benlik kavramının bir



parçası olan fiziksel algılamaya büyük oranda etkilemektedir. Ayrıca spor yapanlar ve yapmayanlar fiziksel algılama puanları karşılaştırıldığında, alınan puanların sporcularda sporcu olmayanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir (AŞÇI F. 1995). Araştırmamızda slalom kayakçıları ile kayaklı koşucular arasında fiziksel algılama açısından anlamlı ilişki bulunmamasını slalom kayacı yapan kişilerin çevresel etkilerden edindiği olumlu algılamayı, kayaklı koşucuların, kayaklı koşuya özel, zorlu aerobik çalışmalar ve kuvvet çalışmalarını ile gidermeleri ile açıklanabilir. Kayaklı koşucuların kendini fiziksel algılama puanlarının slalom kayakçılarına göre yüksek olması da bu yargıyı desteklemektedir. Bu savı doğrulayan bir diğer çalışma ise Erdem tarafından (B.ERDEM 1999) tekerlekli sandalye basketbolcusu üzerinde yaptığı araştırmadır. Bu çalışmada haftada en az 3 gün antrenman yapan engellilerin fiziksel algılama değerlerinde göre anlamlı sonuçlar elde etmeleridir. Bazı çalışmalar sosyal sınıf farkının, sosyal sınıf düzeyi yüksek olanlar lehine farklılaşmaya yol açtığını göstermekle birlikte (Erdinç 1995) alt sosyo ekonomik düzeydeki öğrencilerin üst sosyo ekonomik düzeydeki öğrencilere göre yüksek benlik imgesine sahip olduklarını belirlemişlerdir. Bu sonuç alt sosyo ekonomik düzeyde bulunanların bir çok alandaki yoksunluklarını, geliştirdikleri savunma mekanizmaları ile kompanse ettiklerini düşündürmektedir. Bu yöntemlerden biri de sportif katılım olabilir. Bu savın doğruluğu için benzer bir araştırmanın değişik örneklem grubu ve farklı branşlar üzerinde yapılması önerilebilir. Bu sonuçlar sportif katılımın beden imgesi ve kendini fiziksel algılama ile coğrafi bölgelerden elde edilen değerler konusunda bilgi birikimine ve bu değerlerin karşılaştırılmasına yararlı olacaktır. Ayrıca farklı bir araştırma ile sporcu ya da sporcu olmayan gruplarda beden imgesi doyum düzeyi ve kendini fiziksel algılamanın düşük olduğu değerlerin, kişiler için ne kadar önemli olduğunu araştırmak konuya farklı bir bakış açısı katacaktır.

Bunun yanı sıra bireyin beden imgesi ve kendini fiziksel algılama düzeylerinin olumlu olmasında yalnızca sahip olunan bedenin güzelliğinin ya da bunun tam tersi, olumsuz beden algısına sahip olanların mutlak çekici olmayan bir bedene sahip olduklarını söylemek mümkün değildir. Bireyin beden imgesinin bozulması beden imgesini ya da fiziksel algılamayı tehdit eden değişikliği algılamasına, beden algısını kabulüne, benlik imgesine ve bu tehdide karşı geliştireceği uyum düzeyine ve baş etme çabalarına bağlı olduğu düşünülürse, bireylerin beden algılarının bozulmasını anlayabilmek ve önlem alabilmek için daha kapsamlı araştırmaya ihtiyaç vardır.

KAYNAKÇA

- Alderman, RB. (1974). *Psychological behavior in sport*, WB Saunders Company.
- Amman, M., et al. (2000). "Sporda sosyal bilimler." İstanbul: Alfa Yayınevi.
- Aşçı, F., et al. (1999). "Cross-cultural validity and reliability of Physical Self-Perception Profile." *International Journal of Sport Psychology* 30(3): 399-406.
- Aşçı, F. (1996). "Genç Erkek Milli Basketbolcuların Kendini Fiziksel Algılama Ve Beden İmgelerinden Hoşnut Olma Profilleri." *Spor Bilimleri Dergisi* 7(4): 13-20.
- Aşçı, FH. (1995). "Takım sporu ve bireysel spor ile uğraşan liseli kız öğrencilerin benlik kavramı ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri." *Spor Hekimliği Dergisi*, 30: 217-226.
- Aşçı, FH., et al. (1993). "Sportif Katılımın Liseli Erkek Öğrencilerin Beden Bölgelerinden Hoşnut Olma Düzeyleri Üzerine Etkisi." *Spor Bilimleri Dergisi* 4(3): 38-47.



- Erdem, B. (1999). "Self concept and physical self perception differences between active wheelchair basketball players and non-active disabled male adults. ." Thesis to the Graduate School of Social Science of Middle East Tec.Uni. Master of Science,: 6-7.
- Berscheid. EWE., & Bohrnstedt, G. (1973). "The Happy American Body: A Survey Report. ." *Psychology Today* 7: 119-131.
- Bereket, C. (2000). "Uluslararası kayak yarışmaları, Ankara, ." G.S.G.M. Yayınları No: 154,: 56-57.
- Caruso, C. M. and D. L. Gill (1992). "Strengthening physical self-perceptions through exercise." *The Journal of sports medicine and physical fitness* 32(4): 416-427.
- Chomsky, N. (1975). *Reflections on language*, New York.
- Dacey, J. S. (1986). *Adolescents today*, Scott, Foresman.
- Fox, KR. (1990). *The Physical Self-perception: Profile Manual*, Northern Illinois University Press.
- Gill, D., et al. (2017). *Psychological dynamics of sport and exercise*, Human Kinetics.
- Gökdoğan, F. (1988). "Orta öğretime devam eden ergenlerde beden imajından hoşnut olma düzeyi." *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Hamachek, DE. (1992). *Encounters with the self*, Harcourt Brace Jovanovich.
- Lerner, RM., et al. (1973). "Relations among physical attractiveness, body attitudes, and self-concept in male and female college students." *The Journal of Psychology* 85(1): 119-129.
- McCandless, BR. (1967). *Children: Behavior and development*, Holt, Rinehart and Winston.
- Mülazımoğlu, Ö., et al. (2002). *Body Image Satisfaction Level Of Artistic Gymnasts, Rhythmic Gymnasts And Non-Athletes*. VII. International Sport Sceinecs Congress, Antalya, Türkiye.
- Nie, N., et al. Stein brenner, K. & Bent, DH (1975) *Statistical Package for the Social Sciences*, McGraw-Hill, New York.
- Offer, D., et al. (2013). *The teenage world: Adolescents' self-image in ten countries*, Springer Science & Business Media.
- Page, A., et al. (1994). "Profiles of self-perception change following an eight week training programme." *Journal of Sports Sciences*.
- Salokun, S. O. (1990). "Comparison of Nigerian high school male athletes and nonathletes on self-concept." *Perceptual and Motor Skills* 70(3): 865-866.
- Schumaker, J. F., et al. (1986). "Self-concept, academic achievement, and athletic participation." *Perceptual and Motor Skills* 62(2): 387-390.
- Snyder, E. E. and J. E. Kivlin (1975). "Women athletes and aspects of psychological well-being and body image." *Research Quarterly*. American Alliance for Health, Physical Education and Recreation 46(2): 191-199.
- Suveren, S. (1995). "Jimmastik Sporunun Yarışmacı Jimnastikçilerin Benlik Saygısı Üzerindeki Etkisi." *Doktora Tezi*. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.



Trowbridge, N. (1970). "Effects of socio-economic class on self-concept of children." *Psychology in the Schools* 7(3): 304-306.

Williams, T. M. (1985). "Implications of a natural experiment in the developed world for research on television in the developing world." *Journal of Cross-Cultural Psychology* 16(3): 263-287.

Ziyalar, A. (1985). "Beden İmajı Kavramı." *Yeni Sempozyum, Cerahpasa Tıp Fakültesi Dergisi*: 1-2.