

**TRABZON ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**

**BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ SOSYAL GÖRÜNÜŞ  
KAYGISI VE SOSYAL BAĞLILIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Neslihan BAŞKAN SAKA**

**TRABZON**  
**Temmuz, 2019**

**TRABZON ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**

**BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ SOSYAL GÖRÜNÜŞ  
KAYGISI VE SOSYAL BAĞLILIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

**Neslihan BAŞKAN SAKA**

**Trabzon Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü'nce Yüksek  
Lisans Unvanı Verilmesi İçin Kabul Edilen Tezdir.**

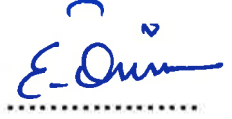
**Tezin Danışmanı**  
**Doç. Dr. Erman ÖNCÜ**

**TRABZON**  
**Temmuz, 2019**

**Trabzon Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü'ne**

**Bu çalışma jürimiz tarafından Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında  
YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir. 05 / 07 / 2019**

**Tez Danışmanı : Doç. Dr. Erman ÖNCÜ**



**Üye : Doç. Dr. Bülent GÜRBÜZ**



**Üye : Dr. Öğr. Üyesi Serdar ALEMDAĞ**



**Onay**

**Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.**

**Prof. Dr. Bülent GÜVEN**

**Enstitü Müdürü**

## **ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ**

**Tezimin içerdiği yenilik ve sonuçları başka bir yerden almadığımı; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu olmak üzere tüm aşamalardan bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada kullanılan her türlü kaynağa eksiksiz atıf yaptığımı ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi, ayrıca bu çalışmanın Trabzon Üniversitesi tarafından kullanılan “bilimsel intihal tespit programı”yla tarandığını ve hiçbir şekilde “intihal içermediğini” beyan ederim. Herhangi bir zamanda aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sonuca razı olduğumu bildiririm.**

**Neslihan BAŞKAN SAKA**

**05 / 07 / 2019**

## ÖN SÖZ

Günümüzde görsel olgular oldukça önem kazanmış, görseli güçlendirmek için çeşitli beceriler geliştirilmiş hatta böylelikle ilgili meslekler ön plana çıkmıştır. Sosyal görünüşün daha da önem kazanması ile kişiler bedenlerinden memnun olmak için çeşitli deneyimlerde bulunmaktadır. Görünüşüyle önde olan mesleklerin başında da beden eğitimi öğretmenlerinin gelmekte olduğu söylenebilir. Beden eğitimi öğretmenlerinin sosyal görünüşlerinden memnun olmaları ve bu özgüven ile eğitim gerçekleştirmeleri yadsınamaz derecede etkili olmakta ve sosyal çevrede daha etkin bulunmaktadır. Bu sebeple beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık düzeylerinin incelenmesi konusunun araştırılması literatüre katkı sağlayacağı düşünülmüştür.

Çalışmamda bana yardımcı olan değerli danışman hocam Doç. Dr. Erman ÖNCÜ'ye teşekkürü bir borç bilirim. Ayrıca Dr. Öğr. Üyesi Sonnur KÜÇÜK KILIÇ ve Arş. Gör. Vildan AKBULUT'a katkılarından dolayı teşekkür ederim.

Hayatım boyunca her zaman desteklerini hissettiğim ve hissedecek olduğum annem Filiz BAŞKAN'a, babam A. Ferda BAŞKAN'a ve kardeşim Bahar BAŞKAN'a, çalışma sürecimde ve tanıdığım ilk günden beri bana inanan ve her zaman yanımda olan kıymetli eşim A. Ulvi SAKA'ya sevgi ve saygı ile sonsuz teşekkür ederim.

Temmuz, 2019  
Neslihan BAŞKAN SAKA

## İÇİNDEKİLER

ÖN SÖZ.....	IV
İÇİNDEKİLER.....	V
ÖZET .....	III
ABSTRACT .....	IV
TABLolar LİSTESİ.....	VI
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	VII
GRAFİKLER LİSTESİ .....	VIII
KISALTMALAR LİSTESİ.....	IX
<b>1. GİRİŞ.....</b>	<b>1</b>
1. 1. Araştırmanın Amacı.....	2
1. 2. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi.....	3
1. 3. Araştırmanın Sınırlılıkları .....	3
1. 4. Araştırmanın Varsayımları .....	4
1. 5. Tanımlar .....	4
<b>2. LİTERATÜR TARAMASI.....</b>	<b>6</b>
2. 1. Araştırmanın Kuramsal Çerçevesi .....	6
2. 1. 1. Beden Eğitimi.....	6
2. 1. 1. 1. Beden Eğitiminin Tanımı ve Önemi .....	6
2. 1. 1. 2. Beden Eğitiminin Amaçları.....	6
2. 1. 1. 2. 1. Genel Amaçlar .....	6
2. 1. 1. 2. 2. Özel Amaçlar .....	7
2. 1. 1. 3. Beden Eğitimi Öğretmeni Kavramı.....	8
2. 1. 2. Sosyal Görünüş Kaygısı.....	9
2. 1. 2. 1. Kaygı (Anksiyete) Kavramı .....	10
2. 1. 2. 1. 1. Kaygı Türleri.....	10
2. 1. 2. 1. 1. 1. Durumluk Kaygı .....	10
2. 1. 2. 1. 1. 2. Sürekli Kaygı .....	10
2. 1. 2. 1. 2. Kaygı Belirtileri .....	11
2. 1. 2. 2. Sosyal Kaygı Kavramı .....	11
2. 1. 2. 2. 1. Sosyal Kaygıya Neden Olan Etmenler .....	12

2. 1. 2. 2. 2. Sosyal Kaygıya Kuramsal Çerçeveden Bakış.....	13
2. 1. 2. 2. 2. 1. Psikoanalitik Kurama Göre Sosyal Kaygı.....	13
2. 1. 2. 2. 2. 2. Psikobiyolojik (Bilişsel) Modele Göre Sosyal Kaygı.....	13
2. 1. 2. 2. 2. 3. Akılcı Duygusal Davranışçı Yaklaşımına Göre Sosyal Kaygı .....	14
2. 1. 2. 2. 2. 4. Davranışçı Kurama Göre Sosyal Kaygı .....	15
2. 1. 2. 2. 2. 5. Kendilik Sunumu Modeline Göre Sosyal Kaygı .....	15
2. 1. 3. Sosyal Bağlılık .....	15
2. 1. 3. 1. Sosyallik .....	15
2. 1. 3. 2. Benlik .....	16
2. 1. 3. 3. Aidiyet .....	16
2. 1. 3. 4. Kimlik.....	17
2. 1. 3. 5. Sosyal Bağlılık ve Sosyal Bağlılığın Getirileri.....	17
2. 2. Literatür Taramasının Sonucu .....	18
2. 2. 1. Yurtdışı Çalışmalar .....	18
2. 2. 2. Yurtiçi Çalışmalar.....	19
<b>3. YÖNTEM .....</b>	<b>26</b>
3. 1. Araştırma Modeli .....	26
3. 2. Araştırma Grubu.....	26
3. 3. Verilerin Toplanması.....	27
3. 3. 1. Veri Toplama Araçları .....	27
3. 3. 1. 1. Kişisel Bilgi Formu .....	27
3. 3. 1. 2. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ).....	28
3. 3. 1. 3. Sosyal Bağlılık Ölçeği (SBÖ) .....	28
3. 3. 2. Veri Toplama Süreci .....	28
3. 4. Verilerin Analizi.....	29
<b>4. BULGULAR.....</b>	<b>30</b>
<b>5. TARTIŞMA.....</b>	<b>38</b>
<b>6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER .....</b>	<b>42</b>
6. 1. Sonuçlar .....	42
6. 2. Öneriler .....	42
6. 2. 1. Araştırma Sonuçlarına Dayalı Öneriler .....	43
6. 2. 2. İleride Yapılabilecek Çalışmalara Yönelik Öneriler .....	43
<b>7. KAYNAKLAR .....</b>	<b>44</b>

8. EKLER .....	53
9. ÖZ GEÇMİŞ VE İLETİŞİM BİLGİLERİ.....	60





## ÖZET

### **Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Sosyal Görünüş Kaygısı ve Sosyal Bağlılık Düzeylerinin İncelenmesi**

Bu araştırmanın amacı, beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık düzeylerinin incelenip bazı değişkenlere göre belirlenmesidir. Betimsel araştırma modelindeki araştırmanın çalışma grubunu; 2018-2019 Eğitim Öğretim Yılında Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Gümüşhane Üniversitesi, Giresun Üniversitesi, Ordu Üniversitesi, Trabzon Üniversitesi'ndeki toplam 841 (327 kadın ve 514 erkek) Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümü öğrencilerinden oluşturmuştur. Araştırmada, veri toplama aracı olarak 'Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (Doğan, 2010)' ve 'Sosyal Bağlılık Ölçeği (Duru, 2007)' kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde betimsel istatistikler (frekans, aritmetik ortalama, standart sapma); t-testi, ANOVA ve korelasyon testleri kullanılmıştır.

Araştırmanın sonucunda beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygıları düşük seviyede iken sosyal bağlılıkları yüksek olduğu bulunmuştur. Çalışma kapsamındaki beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygılarının cinsiyete değişkenine göre anlamlı bir farklılık görülmemektedir. Sosyal bağlılık düzeyleri erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre daha yüksektir. Beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal bağlılıklarının doğum yerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir. Sosyal görünüş kaygılarının doğum yeri il ve ilçe olarak belirten katılımcıların doğum yeri köy olarak belirten katılımcılara göre daha düşüktür. Algılanan akademik başarı düzeyi öğrencilerin sosyal bağlılıklarını farklılaştırmamaktadır. Öğrencilerin akademik başarı düzeyi düştükçe sosyal görünüş kaygıları yükselmektedir. Baba eğitim düzeyine göre öğrencilerin sosyal bağlılık ve sosyal görünüş kaygıları değişmemektedir. Anne eğitim düzeyine göre öğrencilerin sosyal bağlılıkları değişmemektedir. Anne eğitim düzeyi ilkokul olan beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygıları daha yüksektir. Beden eğitimi öğretmen adaylarının algılanan aile gelir düzeyine göre sosyal bağlılıkları değişmemektedir. Aile geliri yüksek olan öğrencilerin sosyal görünüş kaygıları daha yüksek bulunmuştur. Beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal bağlılık düzeyleri arttıkça sosyal görünüş kaygılarının azaldığı görülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Beden Eğitimi Öğretmeni, Sosyal Görünüş Kaygısı, Sosyal Bağlılık

## ABSTRACT

### **Examining Social Appearance Anxiety and Social Connectedness Level of Physical Education Teacher Candidates**

The purpose of this study is to investigate the social appearance anxiety and social connectedness levels of physical education teacher candidates and to determine them based on some variables. The study group of the descriptive research model included a total of 841 (327 women and 514 men), Physical Education and Sports Teacher Education from Erzincan Binali Yıldırım University, Gümüşhane University, Giresun University, Ordu University and Trabzon University in the 2018-2019 academic year. Social Appearance Anxiety Scale (Doğan, 2010) and Social Connectedness Scale (Duru, 2007)' were used as a data collection tool. In the data analysis process, descriptive statistics; t-test, ANOVA, correlation tests were used.

The study revealed that social appearance anxiety levels of physical education teacher candidates were low while social connectedness levels were high. Based on the findings obtained through the study, there was not any significant difference between the social appearance anxiety levels of physical education teacher candidates and their gender. Social connectedness levels of male participants were higher than female participants. The study showed that physical education teacher candidates' social connectedness did not differ significantly according to the place of birth. Social appearance anxiety levels of the participants specifying the place of birth as province and district were lower than the ones indicating the village as a place of birth. Perceived academic achievement level did not differentiate students' social connectedness. While the students' academic achievement level decreased, social appearance anxiety increased. Social connectedness and social appearance anxiety levels of the students did not change according to father's education level and also social connectedness and social appearance anxiety levels of the students did not change according to mother's education level. Social appearance anxiety levels of physical education teacher candidates were higher if their mothers' education levels were primary school. Social connectedness of physical education teacher candidates did not vary according to their family income. The study revealed that Social appearance anxiety levels of students with high income were

higher. It is seen that as the level of social connectedness of candidates increases social appearance anxiety decreases.

**Keywords:** Physical Education Teacher, Social Appearance Anxiety, Social Connectedness



## TABLÖLAR LİSTESİ

<u>Tablo No</u>	<u>Tablo Adı</u>	<u>Sayfa No</u>
1.	Öğrencilere Ait Demografik Bilgilerin Dağılımı.....	26
2.	Ölçek Puanlarının Dağılımı .....	30
3.	Ölçek Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre t-testi Sonuçları .....	30
4.	Ölçek Puanlarının Doğum Yeri Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları .....	31
5.	Ölçek Puanlarının Sınıf Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	32
6.	Ölçek Puanlarının Algılanan Akademik Başarı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları .....	33
7.	Ölçek Puanlarının Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları .....	34
8.	Ölçek Puanlarının Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları .....	35
9.	Ölçek Puanlarının Algılanan Aile Gelir Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları .....	36
10.	SBÖ ile SGKÖ Puanları Arasındaki Korelasyon Sonuçları .....	37

## ŞEKİLLER LİSTESİ

<u>Şekil No</u>	<u>Şekil Adı</u>	<u>Sayfa No</u>
1.	Bilişsel model.....	14



## GRAFİKLER LİSTESİ

<u>Grafik No</u>	<u>Grafik Adı</u>	<u>Sayfa No</u>
1.	Cinsiyete göre SBÖ ve SGKÖ puanlarının grafiksel görünümü.....	31
2.	Doğum yeri değişkenine göre SBÖ ve SGKÖ puanlarının grafiksel görünümü .....	32
3.	Sınıf değişkenine göre SBÖ ve SGKÖ puanlarının grafiksel görünümü .....	33
4.	Algılanan akademik başarı değişkenine göre SBÖ ve SGKÖ puanlarının grafiksel görünümü.....	34
5.	Baba eğitim durumu değişkenine göre SBÖ ve SGKÖ puanlarının grafiksel görünümü.....	35
6.	Anne eğitim durumu değişkenine göre SBÖ ve SGKÖ puanlarının grafiksel görünümü.....	36
7.	Algılanan aile gelir durumu değişkenine göre SBÖ ve SGKÖ puanlarının grafiksel görünümü.....	37

## KISALTMALAR LİSTESİ

**SGKÖ** : Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği

**SBÖ** : Sosyal Bağlılık Ölçeği

**MEB** : Milli Eğitim Bakanlığı



## 1. GİRİŞ

Eğitimin en önemli görevlerinden biri kişileri hedeflenmiş gayeler düzeyine çıkarabilmek ve bu şekilde yetiştirmektir. Ayrıca kişilerin buldukları sosyal çevreye ve modern dünyaya entegre bireyler düzeyine getirmek, bulunduğu dönemde sahip olması gereken meziyetlerin kazanımını sağlamak ve kişilere sosyal çevreninde beklediği donanımların kazanımını sağlayabilmek diğer görevlerindendir (Ergün ve Ersoy, 2014).

Öğretmen eğitim sisteminin en önemli konumunda olan kişidir ve bireyleri topluma kazandırmada büyük rol oynar. Öğretmenlerin düşünce yapısı ne kadar eğitim sistemine uygun ve amaçlara yönelik ise dersler, programlar ve amaçlar o kadar gerçekleşmeye yaklaşacaktır. Her şeyin ötesinde öğretmen, eğitim sistemindeki hedeflerin gerçekleştirilmesinde, eğitim programı ve fiziki imkânlar gibi diğer unsurlarında ötesinde belirleyici ve yönlendirici bir niteliği içermektedir (Sandıkçı ve Öncü, 2012).

Beden eğitimi, bireylerin genel eğitiminde en önemli tamamlayıcısı olmakla birlikte aynı zamanda kişiliğin eğitimini de sağlamaktadır. Öğrencilerin gelişim özelliklerine önem vermesi ile birlikte bireylerin, fert ve toplum yönünden sağlıklı ilişkiler kurabilen, iyi ahlaka sahip, mutlu ve dengeli bir kişiliğe sahip olması bunun da ötesinde yapıcı, üretken, milli değerlerini ve demokratik hayatın gerektirdiği edinimleri kazanmış kişiler olarak yetiştirilmelerinde en önemli araç olduğu söylenebilmektedir (Dalaman, 2010).

Son dönemlerde öğretmenlerin barındırması gereken nitelikler üzerinde fazlasıyla durulması gerekli olan bir konudur. Öğretmenlerde bulunması gereken özellikler incelendiğinde, öğretmen öğrencilere iyi bir model olmalı, giyimine özen göstermeli, güler yüzlü olmalı, karizmatik olmalı, öz güveni yüksek olmalı, öğrencilere öz güven kazandırmalı, lider olmalı, sosyal faaliyetlere katılmalı, dersi eğlenceli hale getirmeli, öğrencilere ders dışı aktiviteler düzenlemeli, öğrencilerle iletişimi iyi olmalı gibi ifadeler görülmektedir (Milli Eğitim Bakanlığı [MEB], 2010)).

Bu doğrultuda beden eğitimi öğretmen adaylarının daha sosyal olmaları beklenilmektedir. Fiziki görünüşlerinden emin olmaları ve bu bağlamda sosyal bağlılıklarının yüksek olmaları onların daha etkin olmasını sağlayabilmektedir.

Sosyalleşme esnasında kişinin karşılaşacağı tüm olumsuz koşullar veya engellenmeler kişinin sosyalleşmesini negatif yönde etkileyebileceği gibi kaygı yaşamasına da neden olabilmektedir. Bireyler bazen belli bir kalabalık insan grubuna karşı konuşurken, yeni kişilerle tanışırken ya da tanıştırılırken, yetkili kişilerle konuşma durumunda kalması halinde bireyin endişe duyması ve bu durumları yaşamadığı halde



düşünmesi bile bireyi rahatsız etmesi o kişinin sosyal kaygı yaşıyor olması şeklinde yorumlanabilir (Baltacı ve Düzgün, 2008).

Bireyler fiziki görünüşlerini pozitif olarak yorumluyorsa bu kişiler, kişisel iletişimlerinde, sosyal çevrelerinde daha güvenli olmakta ve iş yaşamlarında daha başarılı olabilmekte iken; fiziki görünümünden memnun olmayan, özellikle kendinde hoşnut olmadığı bölgesine odaklanan kişiler hayatlarının büyük bir çoğunluğunu sürekli mutsuz, güvensiz ve aynı zamanda kendini değerden yoksun duyguların varlığı içinde geçirmektedirler (Ergür, 1996).

Sosyal bağlılık, bireylerin, yakınlık ve samimiyet duygularına dayanan kişiler arası ilişkilere sahip olup olmadıkları ile ilgili öznel algılardır (Lee ve Robbins, 1995).

Bireylerin sosyal ilişkileri sonucunda aidiyet duygusundan eksik olması kişilerle bir bütünlük sağlayamaması kişilerde ilişkilere karşı olumsuz yargılar geliştirmekte, sosyal çevresine karşı şüphe duygusunu arttırmakta olup bireylerarası ilişkiler geliştirmekte de kaçınmalar görülmekte ve sosyal kaygı düzeylerini arttırmaktadır (McCoy, 1998).

## 1. 1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı; beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık düzeylerini incelemektir. Bu kapsamda aşağıdaki araştırma sorularına yanıt aranacaktır:

Beden eğitimi öğretmen adaylarının;

1. Sosyal görünüş kaygıları ve sosyal bağlılıkları ne düzeydedir?
2. Sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık düzeyleri, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
3. Sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık düzeyleri, doğum yeri değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
4. Sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık düzeyleri, sınıf değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
5. Sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık düzeyleri, algılanan akademik başarı durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
6. Sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık düzeyleri, baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
7. Sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık düzeyleri, anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
8. Sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık düzeyleri, algılanan aile gelir durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

9. Sosyal görünüş kaygıları ile sosyal bağlılık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

## 1. 2. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi

Beden eğitimi sadece teorik bilgilerin öğretilmesi değil ayrıca bu bilgilerin uygulatılmasını içeren bir derstir bu nedenle beden eğitimi öğretmenleri diğer branş meslektaşlarına göre bilgileri ile birlikte fizikleriyle de ön plandadır ve rol modelidir. Bu nedenle sosyal görünüşleriyle ilgili kaygıları olan bir öğretmen uygulama yoluyla aktarmak istediklerini görünüş kaygısından dolayı sadece anlatarak veya başka öğrenci üzerinde göstererek öğretmeye yönlenebilir. Ayrıca sosyal bağlılık düzeyi düşük olan öğretmenlerin okul içinde öğretmen ve öğrencilerle olan ilişkileri gelişim göstermeyebilir ve öğretmenliğin en önemli yetilerinden biri olan iletişim sosyal bağlılık düzeyi düşük olanlarda yerine getirilemez böylece dersin verimi düşebilir. Tersini durumunda da bu verim yükselebilir. Beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık düzeylerine ilişkin verilen bilgiler doğrultusunda, bu kavramların beden eğitimi öğretmen adaylarının değerlendirilmesi açısından önemli olduğu söylenebilir.

Yapılan alanyazın taramasında sosyal görünüş kaygısı (Alemdağ, 2013; Alemdağ ve Öncü, 2015; Altun-Dinç, 2016; Argon, 2014; Claes vd., 2012; Çakmak, 2018; Dakanalıs vd., 2015; Eroğlu ve Acet, 2016; Kang vd., 2013; Kılıç, 2015; Meral, 2018; Senger, 2017; Tekeli, 2017; Ülkü, 2017; Ümmet, 2007; Yüceant, 2013) ve sosyal bağlılık (Arslan, 2017; Duru, 2008a, 2008b, 2008c; Satıcı, 2016; Savcı, 2017) ayrı ayrı çalışma konusu yapılmıştır. Araştırmacının sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık düzeylerinin bir arada incelendiği farklı katılımcılar üzerinde gerçekleştirdiği çalışması bulunmaktadır (Başkan, Öncü, Akbulut ve Kırandı, 2018). Ancak beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık düzeylerinin bir arada incelendiği bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu bilgiler doğrultusunda araştırmadan elde edilen sonuçların, beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık düzeylerinin ortaya konulması noktasında literatüre fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

## 1. 3. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma için tahmin edilen ya da araştırmanın yapısında bulunan başlıca sınırlılıklar şunlardır:

1. Araştırmanın örneklemi, 2018-2019 Eğitim Öğretim Yılında Trabzon Üniversitesi, Giresun Üniversitesi, Gümüşhane Üniversitesi, Ordu Üniversitesi

ve Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi'nde öğrenim gören beden eğitimi öğretmen adayları ile sınırlandırılmıştır.

2. Araştırma için toplanan verilerin geçerlik zamanı, anketin uygulandığı süre zarfı (5 hafta) ile sınırlandırılmıştır.
3. Araştırma, konu ile ilgili ulaşılabilmemiş olan kaynakların sağladığı veriler ile sınırlandırılmıştır.

#### 1. 4. Araştırmanın Varsayımları

Araştırmanın planlanması ile yürütülmesinde ve ulaşılan bulguların değerlendirilmesinde aşağıda verilen sayılılardan yola çıkılmıştır.

1. Beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık düzeylerini belirlemek amacıyla kullanılan anketlerin adayların sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık düzeylerini belirleyecek özellikte ve yeterlikte bir ölçme aracı olduğu varsayılmıştır.
2. Araştırma konusu ile ilgili ulaşılabilen kaynaklardan elde edilen bilgilerin nesnelliği yansıttığı varsayılmıştır.
3. Anketlerde yer alan ifadelerin beden eğitimi öğretmen adayları tarafından doğru olarak algılandığı varsayılmıştır.
4. Anket uygulaması sırasında iç ve dış şartların öğretmen adayları için aynı olduğu varsayılmıştır.
5. Ankete verilen yanıtların katılımcıların gerçek görüş ve düşüncelerini yansıttığı ve anket sonuçlarının, tam ve doğru olarak sürece dahil edildiği varsayılmıştır.
6. Araştırma örnekleminin araştırmanın evrenini temsil ettiği varsayılmıştır.

#### 1. 5. Tanımlar

*Beden Eğitimi:* Beden eğitimi, eğitimin sistemi içerisinde ayrılmaz bir parça olup fiziksel faaliyetlerle bireylerin fiziksel, bilişsel, duyuşsal ve sosyal gelişimini hedefleyen çalışmaların tamamıdır (Butcher ve Wuest, 1999).

*Beden Eğitimi Öğretmeni:* Öğretmenlik mesleğinin kutsallığının farkında olan, Atatürk ilkeleri ve devrimlerine bağlı olmakla beraber Türk Milli Eğitim Sistemi doğrultusunda uygun ders verebilen, insan haklarına karşı saygı duyan, fanatik düşüncelere kapılmayan, özgür düşünebilme ve konuşabilme yetisine sahip, düzgün ve dürüst davranabilen kişi olarak tanımlanmaktadır (Tamer ve Pulur, 2001).

*Spor:* Kişilerin hedefe erişebilmek gayesi ile fiziksel ve zihinsel becerilerinin gelişimine fayda sağlayan ve daha öncesinde belirlenmiş bir grup kurallar çevresinde ferdi veya takım halinde gerçekleştirilen fiziksel faaliyetlerin bütünüdür (Tanrıverdi, 2012).

*Kaygı (Anksiyete):* İnsanların hayatını tehdit edecek boyutta ya da tehdit şeklinde algılanan kişinin içinden gelen veya çevresinden kaynaklanan herhangi bir tehlike ya da tehlike ihtimali veya tehlikeli olarak algılanıp bu şekilde değerlendirilen durum karşısında yaşanan duygu haline denilmektedir (Güleç ve Köroğlu, 1997).

*Sosyal Kaygı:* Kişilerin sosyal çevrelerindeki bireyler tarafından odaklanması ya da bu kişiler tarafından negatif yorumlar yapılması bireyin bu durumda kendini değersiz olarak görmesine karşı yaşadığı abartılı korkusu olarak tanımlanabilir (Beck ve Emery, 2006).

*Sosyal Görünüş Kaygısı:* Bireylerin dış görünüşlerinin sosyal çevresindeki kişilerce yorumlanması esnasında hissettikleri kaygı ve gerginlik duygusu sosyal kaygının çeşidi olan sosyal görünüş kaygısının tanımıdır (Hart vd., 1989).

*Sosyal Bağlılık:* İnsanların sosyal ilişkileri, ilişkisel ağları, yaşıtlı ilişkileri, aile yaşantıları gibi durumlarda bireyin kendisini bulunduğu sosyal çevreye ait hissetmesine, geneli ile bireyin kendisini sosyal hayatın parçası olarak hissetmesine olanak oluşturacak anlamlı bağlar oluşturabilme becerisi şeklinde adlandırılmaktadır (Moore, 2006).

## **2. LİTERATÜR TARAMASI**

### **2. 1. Araştırmanın Kuramsal Çerçevesi**

#### **2. 1. 1. Beden Eğitimi**

##### **2. 1. 1. 1. Beden Eğitiminin Tanımı ve Önemi**

Beden eğitimi, insanın oluşumundaki fiziksel, duyuşsal, zihinsel ve sosyal özelliklerin geliştiği yaşın, genetik kapasitenin getirdiği verim gücü seviyesine yükselmesi için birçok kere kural ve yarış olmaksızın, gerçekleştirilen fiziksel etkinliklerin tamamı olmaktadır (Tamer ve Pulur, 2001). Okul öncesi dönemden okul kariyerinin sonuna kadar geçen süreçte bireyin fiziksel gelişimine eğitimsel yaklaşım olarak tanımlanmaktadır (Demirhan ve Açıkada, 1997). Fiziksel özellikleri geliştirmekle kalmayan beden eğitimi, aynı zamanda güven ve benlik saygısı oluşturup karşılıklı saygı, işbirliği ve ekip çalışmasını teşvik eder, liderlik becerilerini aşılar ve besler (Buck vd., 2003).

Milli eğitim temel ilkelerine uygun olacak şekilde kişinin beden, ruh, fikir gelişimini sağlamayı amaçlayan beden eğitimi, bireyin fiziksel ve ruh bütünlüğünü muhafaza etmeyi başaran, fiziki yeteneklerini geliştirme hedefli, gerektiğinde de esnek kurallara dayandırıldığından değiştirilebilen, oyun ve cimnastik gibi spora dönük alıştırmaya ve çalışmaların tamamını içeren bir faaliyettir (Aracı, 2001).

##### **2. 1. 1. 2. Beden Eğitiminin Amaçları**

###### **2. 1. 1. 2. 1. Genel Amaçlar**

Beden eğitimi ve spor öğretim programı ile öğrencilere aşağıdaki maddelerin kazandırılması amaçlanmaktadır.

1. Dünyada ve de yaşanılan ülke sınırları içerisinde sporun tarihi ve gelişimi hakkında bilgi ve birikim sahibi olması,
2. Fiziksel faaliyetlerde bulunma ile hareket, bilgi ve yeteneklerini geliştirmesi ve bu yetenekleri alışkanlık olarak edinmesi,
3. Türk spor tarihindeki başarı elde etmiş sporcuları tanıyarak olması,
4. Sportif faaliyetler yoluyla spor kültürü edinmesi, spor kurallarını, bilgi, becerileri uygulayabilmesi aynı zamanda becerileri hayatı boyunca pozitif şekilde kullanabilmesi,

5. Engelli bireylerin, özel eğitime ihtiyacı olan kişilerin fizyolojik, sosyolojik, psikolojik olarak gelişmesinde sportif faaliyetlerin etkisini ve önemini anlamlandırması,
6. Millî bayramlar gibi özel günlerin önemini kavraması aynı zamanda kutlamalara katılmaya gönüllü olması,
7. Atatürk'ün ve önemli birçok Türk düşünürünün beden eğitimi ve spor ile ilgili fikirlerini özümsemesi,
8. Spor organizasyonlarında bulunması ve spor bilinç düzeyi gelişmiş sosyal kişiler olarak yetişmesi,
9. Düzenli ve etkin katılım ile sağlığı güçlendiren bilgi ve becerileri hayatının tüm evresinde ve bireysel gelişiminde kullanabilmesi,
10. Bedensel ve ruhsal sağlığını negatif yönde etkileyen alışkanlık ve bağımlılıklardan kaçınması,
11. Diğer kişilerin var olduğunu kabul ederek o insanlara karşı dürüst, düzgün, saygılı davranışta bulunması ve bunu alışkanlık olarak edinmesi,
12. Spor alanında etkinliklerde bulunan meslek grupları hakkında bilgi ve birikim edinmesi, (MEB, 2018).

### **2. 1. 1. 2. 2. Özel Amaçlar**

Beden eğitiminin özel amaçları genel hatları ile aşağıdaki gibidir:

1. Beden eğitimi ve sporla ilgili terimleri açıklayabilme,
2. Spor yapılacak alanı tanıma,
3. Spor malzemelerini spor dallarına göre ayırt etme,
4. Spor süresince kişisel bakıma önem verme
5. Spor alanını temiz, düzenli ve kurallara uygun kullanma,
6. Kullanılan alet ve malzemeleri düzenli bir şekilde yerine yerleştirme,
7. Ferdi ve takım olarak mücadele yeteneklerini gösterme,
8. Dengeyi geliştirip seviyesini yükseltme,
9. Vücut duruşunu düzeltme,
10. Koordinasyonu ve kondisyonu geliştirme,
11. Paylaşmayı öğrenme,
12. Spor branşlarını öğrenme ve bu branşların kurallarını öğrenme,
13. Kuralları bilme ve kurallara uyma,
14. Seçilmiş spor dalının gerektirdiği hareketleri sergileme,
15. Kuvvet, sürat, çabukluk gibi psikomotor özelliklerin gelişimi (Mülayim, 2014).

### 2. 1. 1. 3. Beden Eğitimi Öğretmeni Kavramı

Beden eğitimi öğretmeni, öğretmenlik mesleğinin kutsallığının farkında olan, Atatürk ilkeleri ve devrimlerine bağlı olmakla beraber Türk Milli Eğitim Sistemi doğrultusunda uygun ders verebilen, insan haklarına karşı saygı duyan, fanatik düşüncelere kapılmayan, özgür düşünebilme ve konuşabilme yetisine sahip, düzgün ve dürüst davranabilen kişi olarak tanımlanmaktadır (Tamer ve Pulur, 2001). Beden eğitimi öğretmenin görevleri şu şekilde sıralanmıştır:

1. Eğitim sunacağı kişilerin seviyesine göre bir çalışma düzeni hazırlar,
2. Beden eğitimi öğretmeni, öğrencilerine kendi ders saatleri içerisinde planı uygulayarak branşıyla alakalı bilgi ve beceri edindirir,
3. Öğrencilerin başarı seviyelerini yükseltici tedbirler almakla beraber onların başarılarını yorumlar,
4. Eğitici kol faaliyetlerinde bulunarak öğrencilerin becerilerini geliştirici aktiviteler oluşturur,
5. Öğrencilerin problemlerini çözümlenmede yardımcı olur, onların gelişimlerini gözlemler,
6. Alanı ile ilgili gelişmeleri öğretim programlarına yansıtılması için ilgililere gerekli önerilerde bulunur,
7. Nöbetçi olduğu saatlerde öğretmen, okulda düzeni ve disiplini sürdürmek üzere görev yapar,
8. Sınıf öğretmeni olarak görev içerisinde bulunan beden eğitimi öğretmeni, alan ve ders seçimlerinde öğrencilere yol gösterir ve onların yönetimle ilgili işlerini düzenlenmede yardımcı olur.

Beden eğitimi öğretmenin kendi alanı ile ilgili becerilere sahip olması hem de öğretmenlik mesleği ile ilgili nitelikleri barındırıyor olması gerekir. Beden eğitimi öğretmeni olarak görev yapmak isteyenlerin;

1. Spora becerisi olabilen,
2. Spora karşı ilgili ve spor alanında başarılı olabilen,
3. Fikirlerini diğer insanlara net bir şekilde yansıtabilen,
4. Öğrenme ortamını iyi bir şekilde sağlayabilen,
5. Dikkatli, düzenli, mesleğine karşı titiz ve özenli,
6. Beden eğitimi öğretmenliği mesleğinin sorunlarını fark edebilen ve bunlarla ilgilenip aynı zamanda çözüm arayan,
7. Sosyal çevre ile iletişimi üst düzey olabilen, saygılı ve sabırlı,
8. Öğrencilerin hislerini fark edebilen, düşüncelerini okuyabilen, empati yeteneği gelişmiş,

9. Kendini geliştirme hususunda istekli olabilen,
10. Yaratıcı düşüncelere sahip olan bireyler olmaları gerekir (Ulusal Mesleki Bilgi Sistemi [UMBS], 2014 ).

### **2. 1. 2. Sosyal Görünüş Kaygısı**

Sosyal görünüş kaygısı bireylerin fiziksel görünüşlerinin başka kişilerce değerlendirilmesi durumundaki hissettikleri endişe, gerginlik ve kaygı olarak tanımlanır (Hart vd., 1989). Günümüzde bireyler kendilerinin ve başka bireylerin dış görünüşleri ile geçmiş yıllara göre daha ilgilidirler. Güzellik, dikkat çekicilik gibi özellikler bireyler için çoğu kez en önemli değerlendirme unsurudur. Bireyler hayatları boyunca güzel olan her şeye olumlu değerler yüklediğini görürken çirkin olan her şeye de olumsuz değerlerin yüklediğini görmektedir. Özellikle sosyal medya bu durumu gözler önüne sermekte yadsınamaz şekilde en ön sıradadır. Bireyler toplumun oluşturduğu ideal ölçülere göre bedenlerini olumlu veya olumsuz olarak değerlendirmektedir. Olumsuz beden imajı bireyin bedenini sevmemesi ve kaygı duymasına yol açmaktadır (Yaman vd., 2008). İnsanlar çevrelerindeki kişiler üzerinde olumlu bir etki sağlamayı isterler. Bu olumlu etkiyi sağlayamayacaklarını hissettiklerinde endişe hissi ortaya çıkmaktadır (Leary ve Kowalski, 1995).

Sosyal görünüş kaygısı bireyin kendi vücuduna yönelik olumsuz algılamaları olarak görülmekte bunun temelinde ise olumsuz beden imajı bulunmaktadır (Doğan, 2010). Kişilerin bedenlerinden memnun olma tutkusu, onları istedikleri bedenlere ulaşma için çaba gösterme eğilimiyle ortaya çıkmaktadır. Bunların başında egzersiz yapma görülebilmektedir (Grogan, 1999). Bireylerin nasıl bir etkileşim içerisinde olacağını etkileyen etmenlerden birisi fiziksel görünümüdür. İletişimde olduğumuz kişi veya kişilerin fiziksel görünümü iletişime nereden başlayacağımızı da belirleyebilmektedir. Bireylerin bir çoğu fiziksel görünümü daha iyi olan kişilerle iletişime geçmek ve sosyal çevresine dahil etmek isterler. Bu açıdan bakıldığında insanlar üzerinde etkili izlenim sağlamak için çaba sarf etmektedirler (Yousefi vd., 2009).

Beden algısı ile ilgili olarak negatif düşüncelere kapılan bireyler vücutlarında hoşlanmadıkları bölgeleri ile daha fazla ilgilenip sürekli ayna karşısında bulunur ve kendini diğer insanlarla çok sık karşılaştırma eğilimini gösterir bu kaygının artışı ile beraber kendini eve hapsetme ve dahası sosyal çevreden kopmalar gözlemlenebilir. Böyle kişilerde çoğunlukla görülen davranışlar arasında kendini kıyaslama, başka insanlardan sürekli onay alma, hoşlanmadıkları bölgeyle ilgilenme görülmektedir (Doğan, 2009).



### **2. 1. 2. 1. Kaygı (Anksiyete) Kavramı**

Kaygı, kişinin psikolojik ve çevresel olaylara karşı verdiği tepki olarak adlandırılabilir (Öner, 1990). Kaygının bireyden bireye değişebilen bazılarında yavaşça gelişip uzun süre belli dönemlerde ortaya çıktığı ve stresin körüklediği bir durum olarak ortaya çıkmaktadır. Bazı bireylerde ise yaşamlarını kontrol edememe duygusunun oluşması ve gelecek için genel bir kaygı durumunun ortaya çıkmasıdır (Cüceloğlu, 2012). Kaygının temelinde kişinin psikolojik olarak var ettiği tehlike ve tehdit olarak ortaya çıkmaktadır (Beck, 1991).

Kaygı, psikoloji alanında detaylı olarak kullanılan bir terimdir. Korku algılanan bir tehdit anında, duyuşsal, fizyolojik ve davranışsal tepki olarak adlandırılır. Fobi, herhangi bir tehdit olmamasına rağmen mantık çerçevesinde olmayan özel bir korku durumu olup bireyin çevresindeki koşullar haricinde ortaya çıkar ve tüm bireylerde yaşanan asıl gayesi yaşamın devam ettirilmesi ile uyum davranışının gelişmesi olan, insanların yaşamda olabilmeleri için zorunlu bir duygudur. Belirli bir seviyeye kadar sağlıklı olan kaygı, giderek arttığı durumda ve belli bir zaman dilimini geçtiğinde bireylerin günlük yaşantısını, iş ve sosyal hayatını ve bireyler arası ilişkilerini negatif yönde etkilemektedir (Erkan, 2002).

#### **2. 1. 2. 1. 1. Kaygı Türleri**

Durumluk kaygı ve sürekli kaygı olmak üzere kaygı türleri ikiye ayrılmaktadır.

##### **2. 1. 2. 1. 1. 1. Durumluk Kaygı**

Her birey tehdit olarak gördüğü durumlarda belli bir miktarda kaygı hisseder. Tehlikeli durumların oluşturduğu tedirginlik ve korku kişinin yaşadığı normal ve geçici kaygı olarak görülmektedir. Bu duruma durumluk kaygı denilmektedir. Durumluk kaygı, insanın içinde bulunduğu baskılı bir durum veya durumlardan dolayı yaşadığı subjektif korkudur. Fiziksel olarak kaygı hissedildiğinde otonom sinir sisteminde oluşan uyarılma sonucunda titreme, terleme vb. fiziksel olaylar kişinin huzursuzluk duygularını göstermektedir (Öner ve Comte, 1983).

##### **2. 1. 2. 1. 1. 2. Sürekli Kaygı**

Bireyler sürekli olarak huzursuz ve mutsuzdurlar. Sosyal çevreden doğrudan gelmeyen tehditlere bağlı olmayan bu kaygı türü bireyin içinden kaynaklanmaktadır. Birey tehlikede olduğunu zannetmesi veya içinde bulunduğu durumu stresli olarak algılaması kişide kaygı uyandırır. Bu duruma sürekli kaygı denilmektedir. Bireyin kaygılı bir yaşantıya

olan yatkınlığı sürekli kaygıdır. Bireyin içinde bulunduğu birçok durumu stresli şekilde algılaması ve yorumlaması bu kaygı biçimini göstermektedir. Kaygı seviyesi yüksek kişilerin daha karamsar olduğu ve daha kolay üzüldükleri görülmektedir (Öner ve Comte, 1985).

### **2. 1. 2. 1. 2. Kaygı Belirtileri**

Kaygı durumunun habercisi olan üç temel belirti vardır. Bunlar fiziksel, zihinsel ve davranışsal belirtilerdir (Baltaş, 1986).

*Fiziksel Belirtiler:* Terlemenin artışı, hızlı bir şekilde nefes alıp verme, mide krampları, ağız kuruluğu, kasların gerilmesi bu duruma örnektir.

*Zihinsel Belirtiler:* Bireyin kendisini yorgun hissetmesi, herhangi bir işe odaklanamamak gibi durumlar kaygının zihinsel belirtileridir.

*Davranışsal Belirtiler:* Esneme, agresif tavırlar, hızlı bir şekilde konuşma kaygının davranışsal belirtileri arasındadır.

### **2. 1. 2. 2. Sosyal Kaygı Kavramı**

Sosyal kaygı bilinmedik bir çevrede insanlarla iletişime geçilmesi veya sadece bu ortamda bulunulması durumunda, toplumsal ya da bireysel bir eylem halinde açık ve devamlı korku hissi yaşamadır (Köroğlu, 1996).

Sosyal kaygı, kişinin sosyal ortamında ortaya çıkması öngörülen bir kaygı çeşidi olup fiziksel uyarılma artışı, dikkat sorunu, gerginlik gibi belirtilere sahiptir. Tüm insanlar önemli bir görüşme öncesinde gerginlik, tedirginlik gibi hislere kapılabilmektedirler fakat bunu sürekli olarak hissetmek ve yaşam kalitesini etkilemesi normal bir durum değildir (Çağlar vd., 2012).

Bireylerin vücutlarıyla alakalı ilgilenimleri ve diğer insanların onları düşüncelerinde nasıl konumlandığı büyük önem arz etmektedir. Bireylerin sosyal çevrelerindeki insanlar üzerinde pozitif hisler oluşturmayı arzular fakat bazı bireyler diğerlerine göre bu konuda daha fazla korku yaşayabilmektedirler (Çepikkurt ve Coşkun, 2010).

Sosyal kaygı terimi ile alakalı detaylı tanı Amerikan Psikiyatri Birliği zihinsel bozuklukların tanıs ve sayımsal el kitabında DSM-IV (1998) anlatılmıştır;

1. Sosyal çevrede tanıdık ve ya tanımadık kişilerin olduğu ortamda oluşan net korkudur. Birey sosyal çevrede aşağılanacağı, utanacağı, tedirgin olacağı bir şekilde davranabileceği düşüncesinden dolayı ve bu hisleri bireylerin anlayacağını düşünmesinden dolayı korku yaşar.
2. Birey bulunduğu ruh halinin mantıksız olduğunu bilmektedir.

3. Korkuları toplumsal bir çevre ile karşı karşıya kalma durumudur ve bu durum daima kaygı getirir.
4. Önemli bir toplantı, iş görüşmesi, sunum gibi durumlardan kaçınır ve ya yoğun kaygı ile katlanmayı kabul eder.
5. 18 yaşın altındaki bireylerde bu süreç en düşük 5-6 ay civarında görülür (Köroğlu, 2015).

### 2. 1. 2. 2. 1. Sosyal Kaygıya Neden Olan Etmenler

Sosyal kaygının gelişiminde esas sebep çevresel ve biyolojik olarak ikiye ayrılmaktadır (Ekşi, 1999). Kaygı nedeni ne çevreden ne de bireyden ayrı değerlendirilebilir.

Sosyal kaygının gerçekleşmesinde öncelikli olarak kişinin genetik yatkınlığı bir diğeri ise hayatını idame ettirdiği çevre ve bununla gelişen diğer oluşumlardır (Gümüş, 2002).

1. Sosyoekonomik durumun düşük seviyelerde olması,
2. Evlilik gerçekleştirmemiş olma,
3. Bir işe sahip olmama,
4. Eğitim seviyesinin düşük olması,
5. Kalıtsal eğilim,

Sosyal yardımın olmaması gibi etmenler sosyal kaygının nedenlerindedir (Gültekin ve Dereboy, 2011).

Kaygı hissini nedenlerini aşağıdaki durumlar oluşturmaktadır:

*Desteğin azalması:* İş, eğitim gibi sebeplerle evinden ayrılan bireylerin alıştığı ortamdaki uzaklaşması kişinin bir anlamda ona destek olan tüm parçalardan ayrı kalması anlamına gelmektedir. Böyle bir durumda birey kaygı hissetmektedir.

*İç çelişki:* Bireyin dış etkenler sebebiyle yapması gereken davranışlar ile kendi istediği davranışları gerçekleştirme arasındaki hissettiği durumdur.

*Olumsuz sonuç beklemek:* Tam anlamıyla bireyin kendini hazır hissetmeden iş görüşmesi, sınav, sunum gibi davranışları gerçekleştirecek olması anksiyete durumunu tetiklemektedir.

*Belirsizlik:* Kişilerin herhangi bir durumla ilgili aradıkları cevapları bulamaması, sonuçsuzlukla beraber gelişen his belirsizliğin oluşturduğu kaygıdır (Cüceloğlu, 2012).

## 2. 1. 2. 2. 2. Sosyal Kaygıya Kuramsal Çerçveden Bakış

### 2. 1. 2. 2. 2. 1. Psikoanalitik Kurama Göre Sosyal Kaygı

Kaygının altbenlikten (id) gelen ve bireyi huzursuz eden istenmeyen dürtüleri bilinç düzeyine eriştiğinde, kişi bu dürtüleri kontrol edebilmek için savunma mekanizmaları geliştirmektedir. Birey psikolojik dengesini sağlayabilmek için dürtüleri bilinç dışına iter. Altbenlik (id) dürtülerin doyurulmasını beklerken üstbenlik (süperego) etik ve sosyal kurallardan dolayı dürtülerin doyurulmasını istemez. Bu çatışma dengeyi bozmakta bireyde kaygı sorunlarını sergilemektedir (Şenol, 2006).

Sosyal kaygının bulunduğu kişilerde bilinçdışıdan gelen sosyal çevresinden onay görme arzusu bulunmaktadır. Onay göremeyeceklerini düşündükleri davranışlarda pek bulunmamaktadırlar (Türkçapar, 2004).

Psikoanalitik kuramda üç çeşit kaygı bulunmaktadır.

*Gerçeklik Anksiyetesi:* Dış dünyada tehdit edici bir duruma karşı oluşan korkutucu kaygı türüdür. Yaşam için gerekli olan herhangi bir maddi veya manevi bir gerçekliğin bireyin çevresinde olma veya olmama durumundan ortaya çıkan durumdur.

*Ahlaksal Anksiyete:* Üstbenliğin vicdan olarak bilinen bölümünde tehdit olarak gördüğü esnada ortaya çıkar. Ahlaksal anksiyetenin temelini çocukların ebeveynlerinin tutumları oluşturur. Bu kaygı türünden kaçmak neredeyse mümkün olmamaktadır. Aile bireylerinin beklentileri ile bireylerin bu durumları karşılayamaması sonucu oluşan bir kaygı türüdür.

*Nevrotik Anksiyete:* İçgüdülerden gelen tehdit algılanması sonucunda ortaya çıkan kaygı türüdür. Diğer kaygı türlerinin aksine nevrotik anksiyetede kaygı kaynağının ne olduğu bilinmemektedir.

### 2. 1. 2. 2. 2. 2. Psikobiyolojik (Bilişsel) Modele Göre Sosyal Kaygı

Bu modele göre kaygı bireyin sosyal çevrede tehdit, tehlike ve hayatta kalma isteğinin aşırılığından dolayı kaynaklanır. Bireyin doğduğu andan itibaren savunma becerisi yapısal olarak sağlam ve güçlüyse ya da tersi olarak zayıf ve hassas ise, anne ve baba disiplinli ise ya da işbirliği tarafı eksik ise kişide sosyal kaygı gelişmesi mümkündür. Bireyin savunma sistemi güvenlik sistemine göre daha fazla gelişmiş ise sosyal çevresindeki bireylerle rekabete dayalı ilişkiler kurmak ister. Savunma sistemi gücünü artırma ve bulunulan düzeni savunma üzerine olup birey bunu kaybetme korkusu yaşar (Altun-Dinç, 2016).

Kaygı durumundaki bireyler belirli dönemlerde ve düzenli şekilde var olan tehlikeyi daha fazlası ile algılar. Bu algı sonucunda doğrudan kaygı aktive olur. Kaygı durumunda

gerçek bir tehlike karşısında kaçınılacak zararlardan korunmayı hedef alan tepkiyi içermektedir (Savaşır, 1995).

Güvenlik sistemi savunma sistemine göre daha fazla gelişmiş ise de yardımlaşma, paylaşma ve arkadaşlık temelli ilişkiler kurmayı arzular. Güvenlik sisteminde birey ait olma, takdir toplama, paylaşma ve yardımlaşma gibi unsurlar ön planda bulunmaktadır (Dilbaz, 1997).



Şekil 1. Bilişsel model

### 2. 1. 2. 2. 3. Akılcı Duygusal Davranışçı Yaklaşımına Göre Sosyal Kaygı

Albert Ellis'in geliştirdiği bu yaklaşıma göre bireyde akılcı olmayan inançlar, duygu ve düşünceler kişiyi rahatsız eder. Birey yapacağı herhangi bir davranışta en iyisini yapacağına inanırsa gerçekleştirmesi gerektiğini düşünür aksi halde hiç yapmamayı yeğler. İş görüşmesi, sunum gibi tüm varlığıyla bireylerin önünde bulunması durumunda en mükemmel konuşmayı, görüşmeyi yapmaya odaklıdır tersi durumda yetersiz, değersiz olduğunu düşünür ve bu olay onun için korkunç olarak adlandırılır. Bu olayın tekrarı bireylerde sosyal kaygının oluşmasına sebebiyet vermektedir (Köroğlu, 2012).

Akılcı duygusal davranışçı yaklaşıma göre, sosyal fobikler gerçek dışı bir biçimde iyi performans sergilemek durumunda olduklarını, performans veya sahne esnasında herhangi bir endişe duymamak mecburiyetinde olduklarını kendilerine komutlar vererek aslında fobilerinin olduklarını göstermektedirler. Sosyal fobik olan bireyler sosyal çevrede iletişim halindeyken asıl amaçları iyi konuşmak ve aynı zamanda hiçbir rahatsızlık belirtisi göstermemektir (Türkçapar, 1999).

## **2. 1. 2. 2. 4. Davranışçı Kurama Göre Sosyal Kaygı**

Sosyal kaygının gelişiminde 3 temel yol olduğunu söyleyen görüştür;

1. Doğrudan koşullanma: Bireyin travmatik bir olayı deneyimlemesi sonucunda oluşur.
2. Gözlem yoluyla koşullanma: Bireyin sosyal çevresindeki herhangi bir kişinin deneyimlediği olumsuz bir olayı gözleyerek kaygılı bir hale bürünür.
3. Bilgi aktarımı: Sosyal ortamların tehlike barındırdığını kişiye herhangi bir yolla aktarımı sonucunda sosyal kaygıya sahip olur (Türkçapar, 2004).

## **2. 1. 2. 2. 5. Kendilik Sunumu Modeline Göre Sosyal Kaygı**

Shlenker ve Leary'in geliştirdiği bu yaklaşım, bireylerin sosyal kaygı oluşumunda gerçek veya gerçek dışı sosyal çevrede bireysel değerlendirmelerin olduğu veya olma ihtimalinin bulunduğu anlarda ortaya çıkmaktadır. Bireyler sosyal çevrede iken ya da sosyal çevrede olduklarını hayal ettiklerinde bile kaygı yaşamaktadırlar (Erkan, 2002).

Kendilik sunumu modeline göre bireyler sosyal çevresindeki bireylerde iyi izlenim uyandırmayı isterler, arzu ettikleri izlenimi gerçekleştirme konusunda şüphelidirler. Bu durumlar gerçekleşmediği sürece sosyal kaygıda gerçekleşmez (Dilbaz, 1997).

## **2. 1. 3. Sosyal Bağlılık**

### **2. 1. 3. 1. Sosyallik**

Sosyallik ile topluma karşı aidiyet duygusu psiko-sosyal gelişim ilkesinde, bebeklik dönemi ile beraber yaşamın ilk yıllarında kişilerin ebeveynlerine ya da bakımından sorumlu olan başka bireylere karşı gelişen güvenin bebeğin aidiyet duygusunun gelişmesinde çok büyük ve önemli bir rol oynadığı görülmektedir (Erikson, 1977). Sosyalleşme, bireylerin sosyal yaşantıdaki rolleri ve bu sosyal yaşantıdaki rollerle ilgili davranışları kazanma süreci olarak da tanımlanabilmektedir (Ward, 1974). Kişinin, toplumda geçerli ve kabul görmüş olan kural ve değer yargılarını öğrenmesi ile bu kural ve değer yargılarıyla sosyal yaşantısında uyum halinde olması durumuna sosyalleşme veya toplumsallaşma denilmektedir (Sarıçam ve Halmatov, 2012). Kişilerin deneyimlerinin öğrenilmesinin temel basamakları taklit etme yolu, pekiştirme yolu ve diğer sosyal hayattaki etkileşimler sonucunda oluştuğu görülmektedir (Garipova, 2007). Kişinin toplum kültürü içerisine dâhil edilmesi süreci ve aynı zamanda kültürün kişi tarafından özümsemesi sürecidir. Sosyal hayatta sosyalleşme süreci olmaksızın herhangi bir

toplumun veya hiçbir kurumun varlığını devam ettirmesi olarak dahilinde değildir (Ateşoğlu ve Türkkahraman, 2009).

### **2. 1. 3. 2. Benlik**

Benlik kişinin fiziksel ve bilişsel özelliklerinin birleşimi ve bu özelliklerle ilgili kendine ilişkin oluşturduğu izlenimler olmakla beraber kişinin kendini algılama biçimi kimliğine dair inanışı (Yavuzer, 2003), bireyin kendine dönük değerlendirmelerinin toplamıdır (Köknel, 1999). Bireyin kendisiyle ilgili tutum ve inançlarını kapsayan benlik, bireyin ne olduğu konusundaki fikirlerine ek olarak ne olması gerektiği ve ne olmak istediği konusundaki görüşlerini de içermektedir (Öz, 2004).

### **2. 1. 3. 3. Aidiyet**

Kişiler için aidiyet duygusu önem arz etmekte olup benliklerini uzun zamanlı ilişkiler kurup bu ilişkileri esas alarak yorumlamaktadırlar. Kişilerin aidiyet ihtiyaçları yeterli seviyede karşılanmadığında kaygı, endişe ve depresyon gibi zihinsel uyum problemleri ile karşılaşma olasılığı artmaktadır (Baumeister ve Leary, 1995).

İhtiyaçlar hiyerarşisinde bireyin ait olma ve sevgi gereksinimi yer almaktadır. Alt düzeydeki ihtiyaçları karşılayan kişiler içerisinde yaşam sürdürdükleri çevreye entegre olabilmesi için ait olma ve sevgi ihtiyaçlarını karşılama gereksinimi duymaktadırlar. Ancak o zaman kendilerini çevreye ait olarak algılar ve güvende olduklarını hissederler (Maslow, 1943). Bu ihtiyaçları karşılayamayan kişiler yabancılaşma, soyutlanma, reddedilme gibi duyguları barındırmakla birlikte çevrede uyumsuzluk yaşarlar (Maslow, 1954).

Bireylerin aidiyet duygularının gelişiminde üç ana etken bulunmaktadır:

1. Bağlanma, kişinin kendisi için özel bir kişi ile geliştirmiş olduğu sağlam, duygusal bir bağ olarak adlandırılmaktadır (Bowlby, 2010).
2. Duygusal yakınlaşma, kişinin iletişim kurmuş olduğu bireylerle ilişkinin ne derece sağlam bir etkileşim geliştirip geliştirmeyeceği veyahut bu ilişkiyle kendilerini ne seviyede yakın görmesi olarak tanımlanmaktadır (Hall vd., 1998).
3. Bağlılık, bireyin doğumundan itibaren etrafındaki kişilere olan bağlılığı ile ilerleyen dönemlerde yeni tanıştığı kişilere karşı duygusal bağlılık kurabilmesi ve bunların tamamının ilişkilerinde anlamlı bir bütün olarak gelişmesi şeklinde adlandırılabilir (Lee ve Robbins, 1998).

### 2. 1. 3. 4. Kimlik

Kimliğin oluşumu, kişinin çocukluk yıllarından itibaren diğer bilişsel gelişimlerine paralel ve onlarla ilişkili olarak gerçekleşmektedir. Bireyin yaşı ve birikimleri ilerledikçe başta daha yalın olan kimlik algısı, zamanla karmaşıklaşır. Kimlik duygusunu oluşturan öğelerden (cinsiyet vb.) bir kısmı daha erken, bir kısmı ise (meslek vb.) daha geç ortaya çıkmaktadır (Bilgin, 1996). Birey doğumundan itibaren kimlik edinimlerine başlamakta hali hazırda oluşturulmuş bazı kimliklerin içinde doğmakta ve onları edinmektedir (Birkök, 1994). Kimlik sosyalleşme sürecinin bir ürünüdür. Kimlik aynı zamanda kişiliği sosyal odak içine yerleştirmektedir (Meşe, 1991). Kimlik, kişisel ve toplumsal olma özelliğindedir.

### 2. 1. 3. 5. Sosyal Bağlılık ve Sosyal Bağlılığın Getirileri

Bireyin doğum sürecinden, çevre ile ilişkiye girmeye başlamasına kadar olan süreçte kişinin bireysel gelişimini etkileyen tüm etkenler arasındaki ilişki üst düzeyde olmalıdır (Kohut, 1977). Haliyle bebeğin gelişiminde dışsal birçok etmen bulunmakta ve bunlara ihtiyaç duyulmakta ayrıca bunlarla bebeğin çevrelenmesi gerekmektedir (Banaibe vd., 2005). Sosyal bağlılık bireyin bebeklik dönemi ile başlayıp hayatı boyunca sürecek olan bir durumdur. Ergenlik döneminde bazı yapıların yer değiştirmesi, bu süreçte stres ve çevresiyle olan ilişkileri yürütebilmesi ve ayrıca çevre ile olan uyum ve birlikteliği büyük önem arz etmektedir (Lee vd., 2002).

İnsan olmanın getirdiği kavramlar arasında kişilerin benliklerini buldukları veya edindikleri çevreye uyumlu ve yatkın hissetmesi, bireylerde psikolojik ve fizyolojik olarak fayda sağlamaktadır (Hutcherson vd., 2008). Sosyal bağlılığı kuvvetli olan kişiler çeşitli sosyal çevrelere kolaylıkla katılarak bu çevreye uyum sağlayabilmektedirler (Lee ve Robbins, 1995). Sosyal bağlılık düzeyleri kuvvetli olan bireylerin sorunlarla başa çıkması daha rahat olur ve stres yönetimini geliştirebilirler (Baumeister ve Leary, 1995). Bireyler diğer bireylerin yaşamıyla ilişkili şekilde var olabilmektedir. Başkası ile bağlantısı olmayan bir kişiye bile rastlamanın mümkün olamayacağı ifade edilmektedir. Bireylerin kimliğinin oluşumunu başka bireylerin etkilediği açıkça görülmektedir. Kişilerin kim ya da ne oldukları, başka kişilerle olan tecrübeleri doğrultusunda oluşmaktadır. Her kişinin başkası ile bağlantılı olmasının ve bu çerçevede varoluşunu sürdürmesinin ise ilişkide bulunan bireylerin birbirlerine yönelik sorumluluk duygusunu ortaya çıkardığı vurgulanmaktadır. Bu perspektifte sosyal bağlılık kişileri, toplumsal yaşamın varlığını sürdürmesi için gerekli olan rolleri yerine getirmeye güdüleyen esas bir faktör olarak değerlendirilmektedir (Geist, 2008).



Sosyal bağıllık kişilerin sağlıklı olmalarını ve çevreleriyle uyum içerisinde yaşayabilmelerini sağlar. Aynı zamanda daha adil davranabilmelerini ve çevrelerinde sevilen kişi olmalarına katkıda bulunur (Capon ve Balakely, 2008). Sosyal bağıllığı düşük olan bireylerin etraflarındaki durumları kendilerine karşı olumsuz ve tehlike olarak hissetmeleri durumundan dolayı hayata karşı daha hassas olabilmekte, bunun aksi olarak sosyal bağıllığı kuvvetli olanların ise hayata daha olumlu baktığı belirtilmektedir (Lee vd., 2001).

## **2. 2. Literatür Taramasının Sonucu**

### **2. 2. 1. Yurtdışı Çalışmalar**

Kang ve diğerleri (2013) kadın üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ile sosyal görünüş kaygısı ilişkisini inceleyen çalışmada, katılımcılar 13-31 yaşları arasında çeşitli bölüm öğrencilerinden oluşmuştur. Araştırmanın sonucunda mükemmeliyetçilik, nevrotizm ve sosyal görünüş kaygısı arasında olumlu yönde ve yüksek düzeyde ilişki bulunmuştur.

Turel ve diğerleri (2018) düzensiz beslenme: beden imajı, sosyokültürel tutumlar, görünüş kaygısı ve depresyonun etkisini- üniversitede eğitim gören erkek öğrencilere ve cinsiyet karşılaştırmasına odakladığı çalışmada, beden imajında memnuniyetsizlik erkeklerde % 62,2, kadınlarda ise % 68,6 bulunmuştur. Bedenlerinden memnun olmadığını söyleyen katılımcıların yeme bozukluğu riski erkeklere oranla kadınların daha yüksek olduğu görülmüştür.

Claes ve diğerleri (2012) toplam 60 kadının örneklem olduğu çalışmada, sosyal görünüş kaygısı ölçeğinde, yeme bozukluğuna sahip olan bireylerin depresyon, kişilik özellikleri ile faktör yapısı araştırılmıştır. Sosyal görünüş kaygısının bireylerde zayıflık isteği, depresyon, beden imajı memnuniyetsizliği, endişeli olma, kimlik sorunları, beden kitle indeksi, boyun eğme, şüphelenme, duygusal kararsızlık, düşük düzeyde bağlanma kişilik özellikleriyle olumlu yönde bir ilişki olduğu görülmüştür.

Jankauskiene ve Mienziene (2011) fitness merkezlerinde bedensel faaliyetlere katılımı incelemiş, beden imajının ve sosyal görünüş kaygısının ilişkisini araştırmıştır. Araştırma 217 (66 kadın ve 151 erkek) kişi ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda kadınların erkeklere kıyasla sosyal fizik kaygılarının yüksek olduğu bulunmuştur.

Dakanalis ve diğerleri (2015) İtalyan Ergen Nüfuslarında Sosyal Görünüm Kaygı Ölçeği: Topluluk ve Klinik Yeme Bozukluğu Örneklerinde Yapısal geçerlilik ve Grup Ayrımcılığı konulu çalışmada çeşitli örneklemelerde tek faktörün olduğu bir yapı görülmüştür. Sosyal görünüş kaygısı olan yeme bozukluğuna sahip katılımcıların sosyal

görünüş kaygısı olmayan kişilerden daha fazla sosyal görünüş kaygısının olduğu görülmüştür.

Ko (2010) 460 Koreli (136 erkek ve 324 kadın), 350 Alman (84 erkek ve 266 kadın) üniversite öğrencilerinden oluşmuş, düzensiz beslenme, vücut tatminsizlik tutumu, vücut kontrol tutumu, sosyal görünüş kaygısı, beden kitle seviyeleri ile vücut utancı incelenmiştir. Doyumsuzluk tutumu, sosyal görünüş kaygısı, düzensiz beslenme, vücut kontrol ve vücut utancının pozitif şekilde ilişkisi görülmüştür. Alman kadın öğrencilerin Koreli kadın öğrencilere kıyasla yüksek vücut kitle indeksi görülürken, Koreli erkek öğrencilerin ve Alman erkek öğrencilerin vücut kitle seviyesinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Koskina ve diğerleri (2013) çalışmasında, yeme bozukluğu-bulimiya nevroza sorunu olan kadınlar diğer kadınların yeme bozukluğundan ve sosyal görünüş kaygısından aldıkları puanlar kıyaslanmıştır. Diğer yandan yeme bozukluğu olan ve olmayan bireylerin sosyal görünüş kaygısının yeme bozukluğundan aldıkları puan araştırılmıştır. Toplam 70 kişiden oluşan örnekleme 30'u yeme bozukluğu 40'i herhangi bir yeme bozukluğu olmayan kadından seçilmiştir. Yeme bozukluğu olan kişilerin sosyal görünüş kaygısından aldıkları puanlar yeme bozukluğu olmayan kişilerden anlamlı ve yüksek olduğu görülmüştür. Yeme bozukluğuna sahip ve yeme bozukluğu olmayan katılımcıların pozitif yönde orta düzeyde ilişkisi olduğu görülmüştür. Yeme bozukluğu olan katılımcıların sosyal görünüş kaygısı incelendiğinde yemeyi kısıtlamayla orta düzeyde ve pozitif yönlü ilişkisi olduğu görülmüştür.

## 2. 2. 2. Yurtiçi Çalışmalar

Başkan ve diğerleri (2018) rekreasyonel egzersiz katılımcılarında sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık çalışmalarını, Trabzon ilinde serbest zamanlarında rekreasyonel olarak fitness (149) ve yürüyüş (116) yapan 265 katılımcı oluşturmuştur. Çalışma kapsamındaki katılımcıların yaşları 18 ile 55 arasındadır. Araştırmada 'Kişisel Bilgi Formu', 'Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği' ve 'Sosyal Bağlılık Ölçeği' kullanılmıştır. Cinsiyet değişkenine göre sosyal bağlılıkları farklılaşmadığı görülürken sosyal görünüş kaygıları kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre daha yüksek bulunmuştur. Katılımcıların sosyal bağlılık düzeyleri yüksek iken sosyal görünüş kaygıları düşük düzeyde bulunmuştur.

Yüceant (2013) beden eğitimi öğretmen adaylarının üzerinde yaptığı çalışmada sosyal görünüş kaygı düzeylerini farklı değişkenler açısından incelemiştir. Çalışma 6 farklı üniversitede eğitim gören (239 kadın ve 364 erkek) toplam 603 katılımcıdan oluşmuştur. Katılımcıların sosyal görünüş kaygı puanları, kaygı düzeylerinin düşük olduğunu

göstermiştir. Katılımcıların spor branşları ve doğup büyüdüğü yerleşim yeri değişkenleri açısından yapılan karşılaştırmalarda anlamlı bir farklılık tespit edilmiş; ayrıca yaş değişkeni ile katılımcıların sosyal görünüş kaygıları arasında da anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür.

Alemdağ ve Öncü (2015) öğretmen adayları üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmada fiziksel etkinliğe katılım ve sosyal görünüş kaygılarını incelemiştir. Örneklem grubu 1483 kadın ve 840 erkek olmak üzere toplamda 2324 öğrenciden oluşmuştur. Katılımcıların fiziksel aktiviteye katılım durumunun, cinsiyet ve okudukları bölüm değişkeni bakımından anlamlı bir farklılık görülmüştür. Beden eğitimi öğrencilerinin sınıf değişkenine göre ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Katılımcıların fiziksel aktiviteye katılım oranı yükseldikçe sosyal görünüş kaygıları düşmüştür.

Tekeli (2017) beden eğitimi ve spor öğretmeni adayları ve farklı öğretmen adayları üzerinde gerçekleştirilen çalışmada, sosyal görünüş kaygısı ve akademik öz-yeterlilikleri karşılaştırılmıştır. Örneklem grubunu Sakarya Üniversitesi 2016-2017 eğitim ve öğretim yılındaki beden eğitimi ve spor yüksekokulundan 193 öğrenci diğer öğretmenlik bölümlerinden toplam 191 öğrenci oluşturmuştur. Öğrencilerin sosyal görünüş kaygıları orta düzeyin altında bulunmuştur. Demografik değişkenler açısından bakıldığında, öğrencilerin sosyal görünüş kaygıları öğrenim gördükleri bölüm, yaşantılarının çoğu kısmının geçtiği yerleşim yeri ve baba eğitim seviyesi değişkenlerine göre istatistiksel bakımdan anlamlı farklılık göstermiştir. Bunun haricinde öğrencilerin kaygılarının yaş, beden kitle indeksi, cinsiyet, akademik başarı seviyesi, sınıf, aile yapısı, anne eğitim seviyesi ve aylık gelir durumları değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmüştür.

Senger (2017) çalışmasında beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin sosyal görünüş kaygı düzeylerini incelemiştir. Çalışma Sarıkamış'ta eğitim görmekte olan (295 erkek ve 183 kadın) 478 kişiden oluşmuştur. Araştırmanın sonucunda sosyal görünüş kaygıları cinsiyet, yaş ve bölüm değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık varken, sınıf değişkenine göre sosyal görünüş kaygılarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Çınar ve Keskin (2015) katılımcıların sosyal görünüş kaygılarının öğrenim yeri tercihlerine etkisinin incelendiği çalışma, toplam 242 öğrenciden oluşmuştur. Araştırmanın sonucunda tercih ettikleri yere göre sosyal görünüş kaygısı arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Cinsiyet, sınıf, yaş gibi değişkenlere göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Argon (2014) sosyal görünüş kaygısı ve motivasyon kaynakları ve eğitim fakültesi öğrencilerinin sorunları arasındaki ilişki konulu çalışmasında, Abant İzzet Baysal üniversitesinde eğitim fakültesi öğrencilerinden toplamda 248'i katılmıştır. Öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı ile olumsuz motivasyonları arasında düşük düzeyde

anlamli bir pozitif korelasyon bulunmuş ve dışsal motivasyonla dışuk seviyede anlamli bir negatif korelasyon grlmştir.

zcan ve diğerleri (2013) ergenler ve genç yetişkin olan kadınlarda üzerinde gerçekleştirilen çalışmasında, benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı, depresyon ve kaygı ilişkisini göstermeyi amaçlamıştır. Çalışma Ankara'da bulunan Eğitim ve Araştırma Hastanesi Gençlik nitesi'ne başvurmuş olan 12-24 yaş arasında toplam 176 kadın hasta ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın sonucunda gelir düzeyi ile aile eğitim seviyesi, sosyal görünüş kaygısı arasında negatif ilişki olduğu görülmektedir.

Seki ve Dilmaç (2015) ergenler üzerinde gerçekleştirilen çalışmalarında sahip oldukları değerler ile öznel iyi oluş ve sosyal görünüş kaygı seviyeleri incelenmiştir. Çalışma Konya devlet okullarında öğrenim gören 13-18 yaş aralığında olan toplam 600 (322 erkek, 278 kız) ğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonucunda, sosyal görünüş kaygısının öznel iyi oluş üzerinde doğrudan etkisi görülmektedir.

Ümmet (2007) 527 ğretmen adayı üzerinde yaptığı çalışmada sosyal kaygı ile aile ortamları ilişkisini incelemiş, araştırma sonucunda bu iki değerken arasında anlamli bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca, ğretmen adaylarının sosyal kaygı düzeylerinin cinsiyete göre de farklılaştığını tespit etmiştir.

Alemdağ (2013) ğretmen adayları üzerinde gerçekleştirdiği çalışmasında, fiziksel etkinliğe katılım, sosyal görünüş kaygısı ve sosyal öz-yeterlik ilişkisini incelemiştir. Araştırmanın rneklem grubunu Karadeniz Teknik niversitesi'ndeki öğretmenlik bölümlerinde bulunan 1483 kadın 840 erkek ğretmen adayı oluşturmuştur. Öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygıları cinsiyet değerkenine göre anlamli bir farklılık göstermektedir. Erkeklerin sosyal görünüş kaygıları, kadınlara göre daha yüksektir. Yaş değerkenine göre, yaşı 19 ve altı olan ğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygılarının, yaşı 20 olan ğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygıları ve yaşı 22 ve üstü olan ğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygılarının, 21 yaşında olan ğretmen adayların sosyal görünüş kaygılarından daha yüksek olduğu grlmştir. Öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygıları ile yaşları arasında anlamli bir farkın olduğu göstermiştir. Sınıf değerkenine göre, 1. sınıf ve 2. sınıf ğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygı ortalamalarının, 3. sınıf ve 4. sınıf ğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygıları ortalamalarından yüksek olduğu grlmştir. Öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygıları ile sınıflar arasında anlamli bir farklılık grlmştir.

Kılıç (2015) niversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği bu çalışmada, sosyal görünüş kaygıları ile benlik saygıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Toplam 1386 (629 kadın, 756 erkek) niversite öğrencisinden oluşturulmuş araştırma

grubunda cinsiyete göre sosyal görünüş kaygılarında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Erkeklerin puanları ise kadınların puanlarından yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Kalemoğlu-Varol ve diğerleri (2014) ergenler üzerinde gerçekleştirilen çalışmalarında, ergenlerin sosyal görünüş kaygıları ve beden eğitimi dersine karşı tutumları incelenmiştir. Araştırma, Ankara ve Aksaray illerindeki farklı liselerden toplam 348 (198 kadın ve 150 erkek) öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının olumlu, sosyal görünüş kaygılarının orta seviyede olduğu görülmüştür. Cinsiyet değişkenine göre sosyal görünüş kaygısı anlamlı bir farklılık göstermemiştir.

Kurtyılmaz (2011) üniversite öğrencileri üzerinde yürüttüğü bir çalışmada, ilişkisel saldırganlık ile benlik saygısı, sosyal bağlılık ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkileri incelenmiştir. 535 öğrenci üzerinde gerçekleştirilen bu çalışmada, benlik saygısı ve sosyal bağlılığın sosyal sosyal kaygıyı, sosyal kaygının da ilişkisel saldırganlığı yordadığı tespit edilmiş; benlik saygısı yükselip, sosyal bağlılık duygusu güçlendikçe sosyal kaygı düzeyinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Savcı (2017) ergenler üzerinde yürüttüğü çalışmada, sosyal zeka, sosyal kaygı, yaşıt ilişkileri, internet bağımlılığı ve sosyal bağlılık seviyeleri arasındaki ilişkileri konu edinmiştir. Araştırma 578'i kadın ve 418'i erkek olmak üzere internet kullanan 996 ergen üzerinde gerçekleştirilmiştir. Analiz sonucunda sosyal bağlılık değişkenlerinde kadın ergenlerin lehine bir farklılaşma olduğu görülmüş anlamlı düzeyde ve dolaylı etkilendiği saptanmıştır.

Meral (2018) üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği çalışmada, sosyal görünüş kaygısı ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma Üsküdar Üniversitesi'nde öğrenim gören 150 öğrenci üzerinde gerçekleştirmiştir. Öğrencilerin kiloları arttıkça sosyal görünüş kaygılarının arttığı, aile yanında yaşamayan öğrencilerin aile yanında yaşayan öğrencilere göre sosyal görünüş kaygılarının daha yüksek seviye olduğu görülmüştür.

Satıcı (2016) üniversite öğrencileri üzerinde yürüttüğü çalışmada, öğrencilerin affetme, intikam, sosyal bağlılık ve öznel iyi oluşlarını incelemiştir. Anadolu Üniversitesi'nde öğrenim gören 779 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiş çalışmada yapısal eşitlik modeli sonrasında sosyal bağlılığın; üniversite öğrencilerinin affetmeleri ve subjektif iyi oluşları arasında kısmen aracı olduğu görülürken, intikamları ile subjektif iyi oluşları arasında ise tam aracı role sahip olduğunu gösteren modelin en iyi yapısal model olduğu görülmüştür.

Erdoğan (2018) Biruni Üniversitesi'nde öğrenim gören 200 öğrenciden oluşmuş katılımcıların sosyal görünüş kaygısı ve yeme tutumu arasındaki ilişkilerini incelemiştir.

Araştırma sonucunda sosyal görünüş kaygısı ve yeme tutumu arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki görülmüştür. Sosyal görünüş kaygısı ile vücut kitle endeksi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Çakmak (2018) katılımcıların sosyal medya kullanım seviyeleri ve sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkiyi cinsiyet, gelir düzeyi, bölüm, yaşantının sürdürüldüğü yer, üniversite çeşidi, yaş, ilişki durumu değişkenlerine göre incelemiştir. Sosyal medya kullanım oranının sosyal görünüş kaygısını büyük miktarda değiştirmedığı ve bu durumlarla ilişkili olmadığı görülmüştür.

Vatansever (2017) lisanslı spor yapan ve yapmayan ergenler üzerinde gerçekleştirdiği çalışma, mental iyi oluş, benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı ve algılanan sosyal destek açısından karşılaştırmıştır. 320 ergenden(160 lisanslı spor yapan ve 160 spor yapmayan) oluşan örnekleme lisanslı spor yapan katılımcıların, algılanan sosyal destek, benlik saygısı, mental iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı puanları antrenörleri ile ilişkisine göre, anlamlı farklılık göstermemiş olup, alınan puanların takım arkadaşları ile ilişkiye göre farklılaştığı görülmüştür.

Yıldırım (2015) üniversite öğrencileri üzerinde yürüttüğü çalışmada, öğrencilerin akademik başarı, akademik erteleme, kopya çekme ve devamsızlık durumları, sosyal bağlılıkları incelenmiştir. 706 kadın ve 307 erkek öğrenciden oluşan toplam 1013 öğrenci üzerinde gerçekleştirilen çalışmanın sonucuna göre öğrencilerin üniversiteye olan sosyal bağlılıklarının, kopya çekme eğilimlerinin ve akademik başarılarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulgusu görülmüştür.

Doğru (2018) ergenler üzerinde gerçekleştirdiği çalışmada, ergenlerin sosyal görünüş kaygısının benlik saygısı ve otomatik düşünceleri incelenmiştir. Araştırma 9., 10., 11. ve 12. sınıflar öğrenim gören öğrenciler üzerinde uygulanmış sosyal görünüş kaygıları arttıkça öğrencilerin benlik saygıları azalmış, sosyal görünüş kaygısı puanları arttıkça otomatik düşünceler ve anksiyete puanları da arttığı görülmüştür.

Erman (2017) spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencileri üzerinde yürüttüğü çalışmada, öğrencilerin benlik saygı ve sosyal görünüş kaygı düzeyleri incelenmiştir. 2016-2017 eğitim öğretim yılında Siirt Üniversitesi'nde Eğitim Fakültesi, İdari ve İktisadi Bilimler Fakültesi ve Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören 394 öğrenci (233 erkek ve 161 kadın) ile çalışma hayata geçirilmiştir. Araştırma sonucuna göre, cinsiyet ve lisanslı spor yapma değişkeni doğrultusunda anlamlı bir fark olduğu görülmüş, anne ve baba eğitim seviyesi ve yaş değişkenlerine göre anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür.

Altun-Dinç (2016) lise öğrencilerinin sosyal görünüş kaygıları araştırmasında, Samsun ilinde farklı liselerde öğrenim gören 505 öğrencinin katılımıyla gerçekleştirilmiş,

sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin anne eğitim seviyesi, anne-baba tutumları, okul başarısı, hayatının büyük bölümünün geçtiği yer, fiziksel görünüş değerlendirmeleri, özgüven, düzenli spor yapma değişkenleri ile ilişkisi olduğu görülmüştür.

Duru (2008a) uyum güçlüklerini yordamada yalnızlık, sosyal destek ve sosyal bağlılık arasındaki ilişkileri incelediği çalışması, Pamukkale Üniversitesinde çeşitli bölümlerdeki yaş ortalaması 18 olan toplam 404 (212 kadın ve 192 erkek) öğrenciden oluşmuştur. Uyum zorluklarının sosyal destek ve sosyal bağlılıkla negatif ilişkili olduğu görülmüş olup aynı zamanda yalnızlıkla pozitif ilişkilidir. Sosyal destek ile sosyal bağlılık, yalnızlığın uyum güçlüklerini aracılık ederken hem de uyum zorluklarını doğrudan yordayabildiği görülmüştür.

Alemdağ ve diğerleri (2016) fitness katılımcılarının sosyal görünüş kaygısı isimli çalışmasında, araştırmancının grubu 4 spor merkezinden 38 kadın, 190 erkek olmak üzere toplam 228 kişiden oluşmuştur. Yetişkinlerde ve formda kalmak isten bireylere oranla ergenler ve kilo verme hedefi olanlarda daha fazla sosyal görünüş kaygısı görülmüştür.

Eroğlu ve Acet (2016) işitme engelli öğrenciler üzerinde yürüttüğü çalışmasında, spor yapma değişkenine göre görünüş kaygıları ve yaşam kalitelerinin seviyesini incelenmiştir. Çalışma, Kütahya, Trabzon ve Adana illerindeki işitme engelliler okulu 4. ve 8.sınıflarında öğrenim gören 83 öğrenciden oluşmuştur. Spor yapan öğrenciler ile spor yapmayan işitme engelli öğrencilerin hem sosyal görünüş kaygılarında hem de yaşam kalitelerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmediği görülmüştür. Katılımcıların spor yapma durumlarının sosyal görünüş kaygısı ve yaşam kalitesi düzeyinde anlamlı olmadığı bulunmuştur.

Vural ve diğerleri (2017) çalışması, Ağrı ilindeki İbrahim Çeçen Üniversitesi'nin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Sanat Eğitimi ve Müzik Öğretimi bölümünden toplam 156 (53 kadın ve 103 erkek) öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların sosyal görünüş kaygılarının ve öz yeterliklerinin orta düzeyde olduğu görülmüştür. Cinsiyete göre anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Duru (2008b) yalnızlığı yordamada sosyal destek ve sosyal bağlılığı incelediği çalışmasında, araştırma grubu Pamukkale Üniversitesinin çeşitli bölümlerinde eğitim gören toplam 404 (212 kadın ve 192 erkek) öğrenciden oluşmuştur. Araştırmancının sonucunda arkadaş, aile ve özel insan desteği ve sosyal bağlılığın negatif ilişkisi olduğu saptanmıştır. Arkadaş desteği, özel insan desteği, sosyal bağlılık yalnızlığın önemli yordayıcıları iken aile desteği yalnızlığı yordamamaktadır.

Pehlivan ve diğerleri (2017) ev kadınları üzerinde yapılan çalışmada, ev kadınlarının görünüş kaygıları ve sağlıklı yaşam biçimleri incelenmiştir. Araştırma grubu Mersin ilinde yaşamını sürdüren 123 kadından oluşmuştur. Araştırmancının sonucunda katılımcıların orta

düzeyde sosyal görünüş kaygıları olduğu görülmüştür. En düşük puanı fiziksel aktivite alt ölçeği almıştır. Çocuk sayısı ile sosyal görünüş kaygısı ve sağlık sorumluluğu alt ölçeği arasında pozitif bir korelasyon görülürken, kendini gerçekleştirme ile negatif korelasyon görülmüştür.

Arslan (2015) psikolojik istismar, sosyal bağlılık, psikolojik sağlamlık, aidiyet duygusu arasındaki ilişki isimli çalışması, Süleyman Demirel Üniversitesi'nde Pedagojik formasyon eğitimi gören 21-34 yaşları arasında toplam 279 (177 kadın ve 102 erkek) katılımcıyla olmuştur. Araştırmanın sonucunda çocukluk dönemindeki psikolojik istismarın sosyal bağlılık ve aidiyeti doğrudan öngördüğü görülmüştür. Psikolojik sağlamlık ile psikolojik istismar arasındaki ilişki sosyal bağlılık ile aidiyetin tam aracı rolü görülmüştür.

Ülkü (2017) gençler üzerinde yürüttüğü bu çalışmada, sosyal görünüş anksiyetesi ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin toplumsal cinsiyet bağlamını incelenmiştir. 18-30 yaşları arasında 200 kişi (100 kadın, 100 erkek) çalışmaya katılmıştır. Erkeklerin sosyal görünüş kaygısı kadınlara oranla daha yüksek bulunmuştur.

Özteke-Kozan ve Hamarta (2017) beliren yetişkinlikte beden imgesi, bağlanma ile sosyal görünüş anksiyetesi rolü çalışmasını, toplam 345 (181 kadın ve 164 erkek) üniversite öğrencisi ile gerçekleştirmiştir. Sosyal görünüş kaygısı modele katkısı anlamlı bir farklılık görülmüştür. Katılımcıların sosyal görünüş kaygı düzeyleri yükseldikçe olumlu mantıksal kabul düzeyleri azalmıştır. Öğrencilerin sosyal görünüş anksiyete düzeyleri arttıkça beden imgesi baş etme stratejilerinden kaçınma düzeyleri de artmıştır.

Duru (2008c) üniversiteye uyumda yalnızlığı yordamada sosyal destek ile sosyal bağlılık arasında doğrudan ve dolaylı rolleri inceleyen çalışması, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesinde çeşitli bölümlerde eğitim gören 17-23 yaş aralığında toplam 198 (112 kadın ve 86 erkek) öğrenciden olmuştur. Sosyal destek ve sosyal bağlılık yalnızlıkla negatif yönde anlamlı ilişki vermiş olup uyum güçlükleri yalnızlıkla pozitif yönde anlamlı ilişkiler vermiştir. Sosyal destek, sosyal bağlılık, uyum güçlüklerinin yalnızlık ilişkisinde önemli yordayıcı olduğu görülmüş olup dolaylı rollere sahiptir.



### 3. YÖNTEM

#### 3. 1. Araştırma Modeli

Çalışmada betimsel araştırma modelinde en yaygın kullanılan tarama (survey) yöntemi kullanılmıştır. Tarama modelinde asıl amaç, çoğunlukla araştırma konusuyla ilgili hazır olan durumun fotoğrafını çekerek bir betimlemede bulunmaktır. Bu amaç doğrultusunda, araştırmacı tarafından belirlenmiş olan cevap seçeneklerinin kullanılması ile çoğunlukla geniş bir kitleden bilgi edinilmekte olan tarama çalışmalarıdır (Büyüköztürk, 2012). Araştırmada tarama yöntemi içerisinde çokça faydalanılan, veri toplama tekniği olarak, anket tekniği kullanılmıştır (Nachmias ve Nachmias, 1996).

#### 3. 2. Araştırma Grubu

Çalışmanın araştırmanın örneklem grubunu, 2018-2019 Eğitim-Öğretim Yılında 5 farklı üniversitede öğrenim görmekte olan beden eğitimi öğretmen adayları oluşturmuştur. Beden eğitimi öğretmen adaylarına ilişkin demografik bilgiler aşağıdaki tabloda sunulmuştur (Tablo 1).

Tablo 1. Öğrencilere Ait Demografik Bilgilerin Dağılımı

		n	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	327	38.9
	Erkek	514	61.1
Sınıf	1	311	37.0
	2	232	27.6
	3	162	19.6
	4	133	15.8
Öğrenim Görülen Üniversite	Giresun Üniversitesi	241	28.7
	Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi	186	22.1
	Trabzon Üniversitesi	130	15.5
	Ordu Üniversitesi	110	13.1
	Gümüşhane Üniversitesi	174	20.7
Doğum Yeri	İl	475	56.5
	İlçe	280	33.3
	Köy	86	10.2
Akademik Başarı Algısı	Düşük	59	7.0
	Orta	628	74.7
	Yüksek	154	18.3

Tablo 1'in devamı

		n	Yüzde (%)
Baba Eğitim Durumu	İlkokul	307	36.5
	Ortaokul	215	25.6
	Lise	217	25.8
	Üniversite	102	12.1
Anne Eğitim Durumu	İlkokul	430	51.1
	Ortaokul	195	23.2
	Lise	161	19.1
	Üniversite	55	6.5
Ailenin Aylık Gelir Durumu	Düşük	102	12.1
	Orta	677	80.5
	Yüksek	62	7.4

Çalışmanın araştırma grubunu, 2018-2019 Eğitim-Öğretim Yılında devlete bağlı 5 farklı üniversitede öğrenim gören 327'si kadın (%38.9), 514'ü erkek (%61.1) 841 öğrenci oluşturmuştur. Çalışma kapsamındaki öğrencilerden 311'i birinci sınıfta, 232'si ikinci sınıfta, 162'si üçüncü sınıfta ve 133'ü dördüncü sınıfta öğrenim görmektedir. Doğum yerini il olarak belirten öğrencilerin sayısı 475, ilçe olarak belirten öğrencilerin sayısı 280 ve köy olarak belirten öğrencilerin sayısı ise 86'dır. Çalışma kapsamındaki öğrencilerin 59'u akademik başarısını düşük, 628'i orta ve 154'ü ise yüksek olarak algılamaktadır. Baba eğitim durumunu ilkokul olarak belirten öğrencilerin sayısı 307, ortaokul olarak belirten öğrencilerin sayısı 215, lise olarak belirten öğrencilerin sayısı 217 ve üniversite olarak belirtenlerin sayısı ise 102'dir. Katılımcıların 430'nun anne eğitim durumu ilkokul, 195'inin eğitim durumu ortaokul, 161'nin eğitim durumu lise ve 55'inin eğitim durumu ise üniversitedir. Çalışma kapsamındaki öğrencilerin 102'si ailesinin gelir düzeyini düşük, 677'si orta ve 62'si ise yüksek olarak algılamaktadır.

### 3. 3. Verilerin Toplanması

#### 3. 3. 1. Veri Toplama Araçları

Araştırmada, 'Kişisel Bilgi Formu', 'Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği' ve 'Sosyal Bağlılık Ölçeği' veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

##### 3. 3. 1. 1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen 'Kişisel Bilgi Formu' ; araştırmaya konu olan beden eğitimi öğretmen adayları hakkında bilgi edinmek gayesi ile araştırmada inceleme konusu olan beden eğitimi öğretmen adayları için cinsiyet, doğum yeri, sınıf, akademik başarı

durumu, baba eğitim düzeyi, anne eğitim düzeyi, aile gelir durumu değişkenleri ile ilgili sorulardan oluşmaktadır.

### **3. 3. 1. 2. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ)**

Hart ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilen Doğan (2010) tarafından Türkçe'ye uyarlanan SGKÖ tek boyutlu olup 16 maddeden oluşmaktadır. 5'li Likert tipinde oluşturulan ölçekte ifadeler karşılık gelen seçenekler 1-Hiç Uygun Değil, 2-Uygun Değil, 3-Biraz Uygun, 4-Uygun ve 5-Tamamen Uygun şeklinde sıralanmış ve puanlanmıştır. Ölçeğin birinci maddesi tersten kodlanmaktadır. Tek bir cevaplama anahtarına sahiptir. SGKÖ'den alınan yüksek puanlar görünüş kaygısının yüksek olduğunu gösterirken SGKÖ'den alınan düşük puanlar görünüş kaygısının düşük olduğunu göstermektedir. SGKÖ için, iç tutarlılık katsayısı 0.93, test tekrar- test güvenilirlik katsayısı 0.85 ve test yarılama yöntemiyle hesaplanan güvenilirlik katsayısı 0.88 olarak bulunmuştur. Ölçeğin madde toplam korelasyon katsayılarının ise 0.32 ile 0.82 arasında olduğu tespit edilmiştir.

### **3. 3. 1. 3. Sosyal Bağlılık Ölçeği (SBÖ)**

Lee ve Robbins (1995) tarafından kişilerin sosyal bağlılık duygusunu ölçmek amacı ile geliştirilen SBÖ, Türkçe'ye Duru (2007) tarafından uyarlanmıştır. Ölçeğin her maddesinde sosyal ilişkilerle ilgili duygu ve düşünceleri belirten bir durum sunulmakta olup bu durum altılı ölçek üzerinden değerlendirilmektedir. Ölçek seçenekleri 1-Kesinlikle Katılmıyorum, 2-Katılmıyorum, 3-Çok Fazla Katılmıyorum, 4-Çok Az Katılıyorum, 5-Katılıyorum ve 6-Kesinlikle Katılıyorum şeklinde sıralanmış ve puanlanmıştır. SBÖ'den alınan puanlar yükseldikçe bireylerin sosyal bağlılık düzeyi azalmaktadır. Orijinal geçerlik, güvenilirlik çalışmasında ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0.91, test-tekrar test güvenilirliği 0.96 olarak hesaplanırken bu değerlerin her ikisi de Türkçe uyarlama çalışmasında 0.90 olarak hesaplanmıştır.

### **3. 3. 2. Veri Toplama Süreci**

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları, 2018-2019 eğitim-öğretim yılında araştırmacı tarafından gerekli izinlerin alınmasından sonra çalışma grubunu oluşturan beden eğitimi öğretmen adaylarına uygulanmıştır. Örneklem grubu, kolayda ulaşılabilir örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Giresun Üniversitesi, Ordu Üniversitesi, Trabzon Üniversitesi araştırmacı tarafından bizzat uygulanmıştır. Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi ve Gümüşhane Üniversitesi'nde bulunan hocalardan yardım alınarak anketler uygulanmıştır. Anket katılımcılara uygulanmadan hemen öncesinde araştırmanın amacı

katılımcılara açıklanmış ve dikkat edilmesi gerekli olan noktalar ifade edilmiştir. Veri toplama aracının uygulanmasında adayların gönüllü olarak katılımı önem verilmiş ve toplanan anket formları detaylı bir şekilde kontrol edilerek hatalı, yanlış ve eksik doldurulanlar araştırmaya dahil edilmemiştir.

### **3. 4. Verilerin Analizi**

Araştırma kapsamındaki istatistiksel analizler, SPSS 21 istatistik programı aracılığı ile gerçekleştirilmiştir. Veriler, betimsel istatistikler; t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Tukey ve Dunnett's C çoklu karşılaştırma testleri kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin parametrik testlerin ön şartlarını sağlayıp sağlamadığına Çarpıklık ve Basıklık değerleri, normal dağılım eğrisi ve varyansların eşitliği testi sonuçlarına bakılarak karar verilmiştir. Ölçeklerin güvenilirliklerini belirlemek için iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır. İstatistiki analizlerde anlamlılık düzeyi 0.05 olarak alınmıştır (Büyüköztürk, 2012).

#### 4. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmaya katılan beden eğitimi öğretmen adaylarının veri toplama araçlarından aldıkları puanların dağılımı ve istatistik test sonuçlarına ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

Çalışma kapsamındaki katılımcıların, SBÖ'nden aldıkları toplam puanların aritmetik ortalaması 4.79 ve standart sapması 1.15'tir. Öğrencilerin SGKÖ'nden aldıkları toplam puanların aritmetik ortalaması 1.86, standart sapması ise 0.75'tir. Öğrencilerin SBÖ'den aldıkları en düşük puan 1.00, en yüksek puan ise 6.00'dir. Katılımcıların SGKÖ'den aldıkları en düşük puan 1.00, en yüksek puan ise 4.88'dir. Ölçeklerden alınan puanların çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde verilerin normal bir şekilde dağıldığı görülmektedir (Tablo 2).

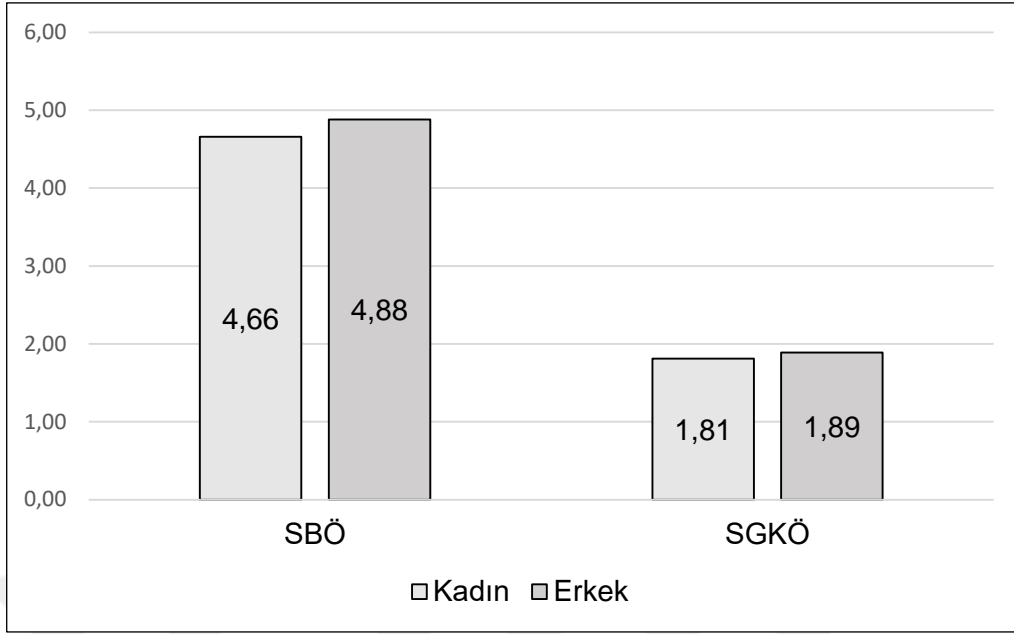
Tablo 2. Ölçek Puanlarının Dağılımı

	Madde Sayısı	n	Ort.	Ss	Çarpıklık	Basıklık	Minimum	Maksimum
SBÖ	8	841	4.79	1.15	1.14	0.92	1.00	6.00
SGKÖ	16	841	1.86	0.75	1.23	1.50	1.00	4.88

Tablo 3'te beden eğitimi öğretmen adaylarının SBÖ ve SGKÖ'den aldıkları puanların cinsiyet değişkenine göre t-testi sonuçları sunulmuştur. Analizler, cinsiyet değişkenine göre SBÖ puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaştığını ( $t=2.62$ ,  $p<0.05$ ) göstermektedir. Bu bulguya göre erkek katılımcıların SBÖ'den aldıkları puanların ortalaması (4.88), kadın öğrencilerin puan ortalamasından daha yüksektir (4.66). Diğer yandan SGKÖ'den alınan puanların cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $t=1.54$ ,  $p>0.05$ ).

Tablo 3. Ölçek Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre t-testi Sonuçları

	Kadın (n=327)		Erkek (n=514)		t	p
	Ort.	Ss	Ort.	Ss		
SBÖ	4.66	1.19	4.88	1.11	2.62	0.01
SGKÖ	1.81	0.74	1.89	0.76	1.54	0.12

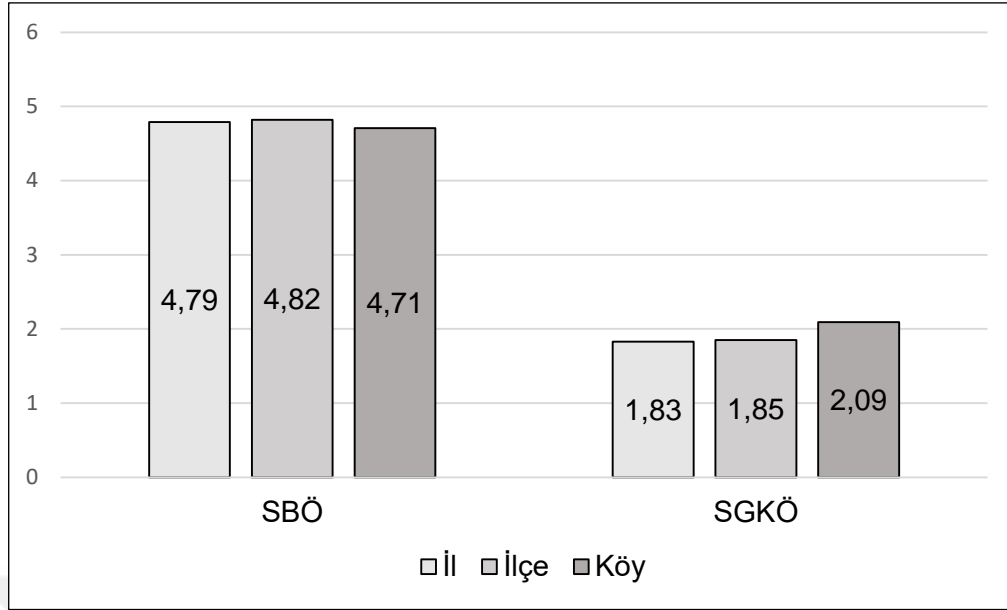


Grafik 1. Cinsiyete göre SBÖ ve SGKÖ puanlarının grafiksel görünümü

Analizler, doğum yeri değişkenine göre SBÖ puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir ( $F_{2,838}=0.31$ ,  $p>0.05$ ). Öte yandan katılımcıların SGKÖ'nden aldıkları puanların doğum yeri değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir ( $F_{2,838}=4.58$ ,  $p<0.05$ ). SGKÖ puanları incelendiğinde doğum yerini köy olarak belirten katılımcıların puanlarının, doğum yerini il ve ilçe olarak belirten katılımcıların puanlarından daha düşük olduğu tespit edilmiştir (Tablo 4).

Tablo 4. Ölçek Puanlarının Doğum Yeri Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

	İl (n=475)		İlçe (n=280)		Köy (n=86)		f	p	Anlamlı Fark
	Ort.	Ss	Ort.	Ss	Ort.	Ss			
SBÖ	4.79	1.15	4.82	1.10	4.71	1.27	0.31	0.74	-
SGKÖ	1.83	0.72	1.85	0.74	2.09	0.92	4.58	0.01	1-3, 2-3

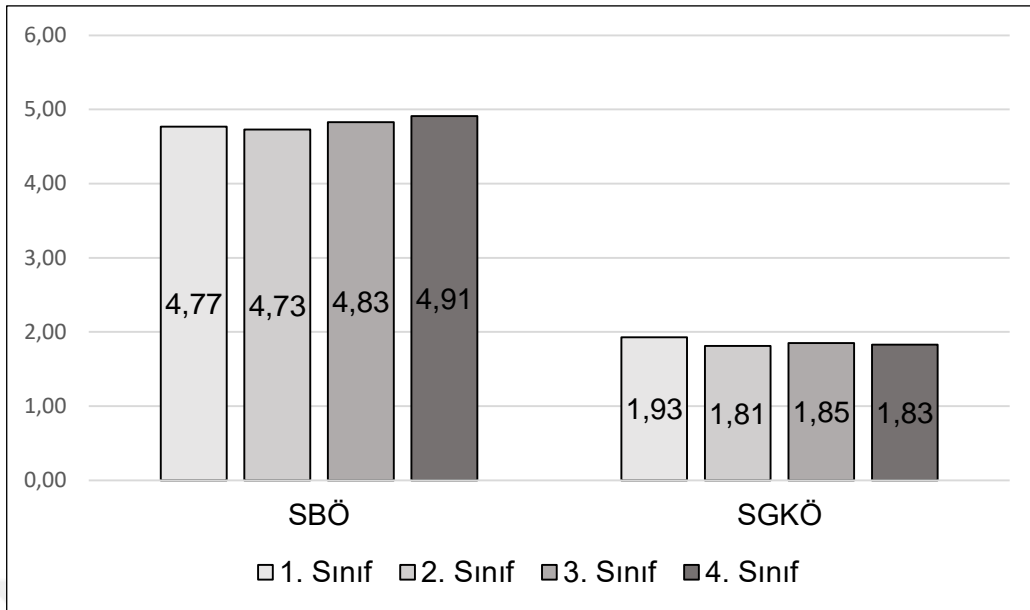


Grafik 2. Doğum yeri değişkenine göre SBÖ ve SGKÖ puanlarının grafiksel görünümü

Tablo 5'te öğrencilerin SBÖ ve SGKÖ'den aldıkları puanların sınıf değişkenine göre ANOVA sonuçları sunulmuş ve analizler, sınıf değişkenine göre SBÖ puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermiştir ( $F_{3,837}=0.75$ ,  $p>0.05$ ). Benzer şekilde katılımcıların SGKÖ'nden aldıkları puanlar da sınıf değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır ( $F_{3,837}=1.32$ ,  $p>0.05$ ).

Tablo 5. Ölçek Puanlarının Sınıf Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

	1.Sınıf (n=311)		2.Sınıf (n=232)		3.Sınıf (n=165)		4.Sınıf (n=133)		f	p	Anlamlı Fark
	Ort.	Ss	Ort.	Ss	Ort.	Ss	Ort.	Ss			
SBÖ	4.77	1.16	4.73	1.21	4.83	1.11	4.91	1.04	0.75	0.52	-
SGKÖ	1.93	0.80	1.81	0.68	1.85	0.75	1.83	0.75	1.32	0.27	-



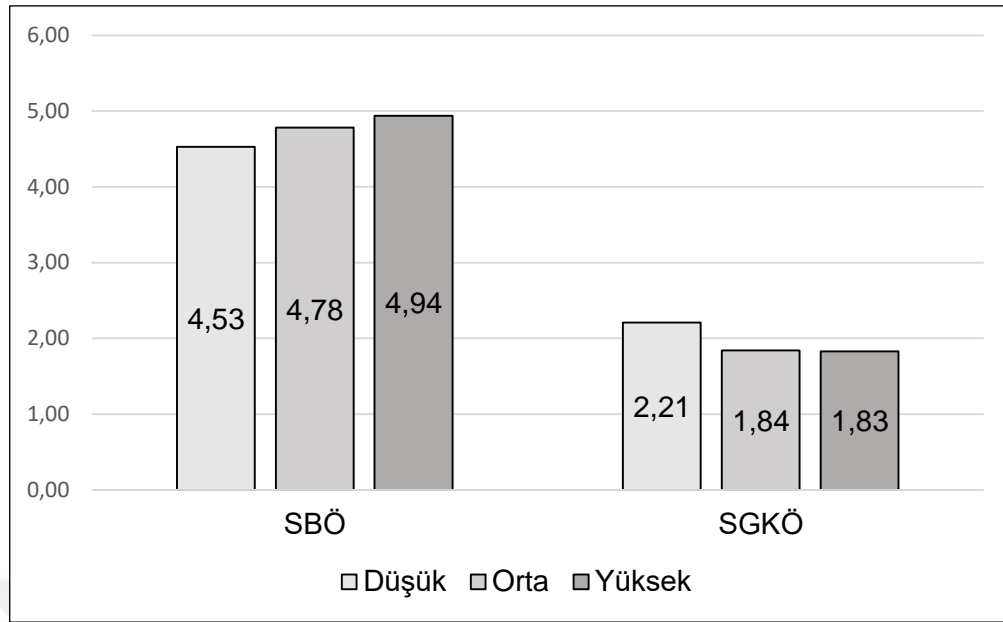
Grafik 3. Sınıf değişkenine göre SBÖ ve SGKÖ puanlarının grafiksel görünümü

Analizler, algılanan akademik başarı değişkenine göre SBÖ puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir ( $F_{2,838}=2.83$ ,  $p>0.05$ ). Öte yandan katılımcıların SGKÖ'nden aldıkları puanların algılanan akademik başarı değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı ( $F_{2,838}=7.03$ ,  $p<0.01$ ); akademik başarı durumunu düşük olarak algılayan öğrencilerin puanlarının, akademik başarı durumunu orta ve yüksek olarak algılayan katılımcıların puanlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Tablo 6).

Tablo 6. Ölçek Puanlarının Algılanan Akademik Başarı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

	Düşük (n=59)		Orta (n=628)		Yüksek (n=154)		f	p	Anlamlı Fark
	Ort.	Ss	Ort.	Ss	Ort.	Ss			
SBÖ	4.53	1.33	4.78	1.12	4.94	1.17	2.83	0.06	-
SGKÖ	2.21	0.92	1.84	0.70	1.83	0.84	7.03	0.00	1-2, 1-3



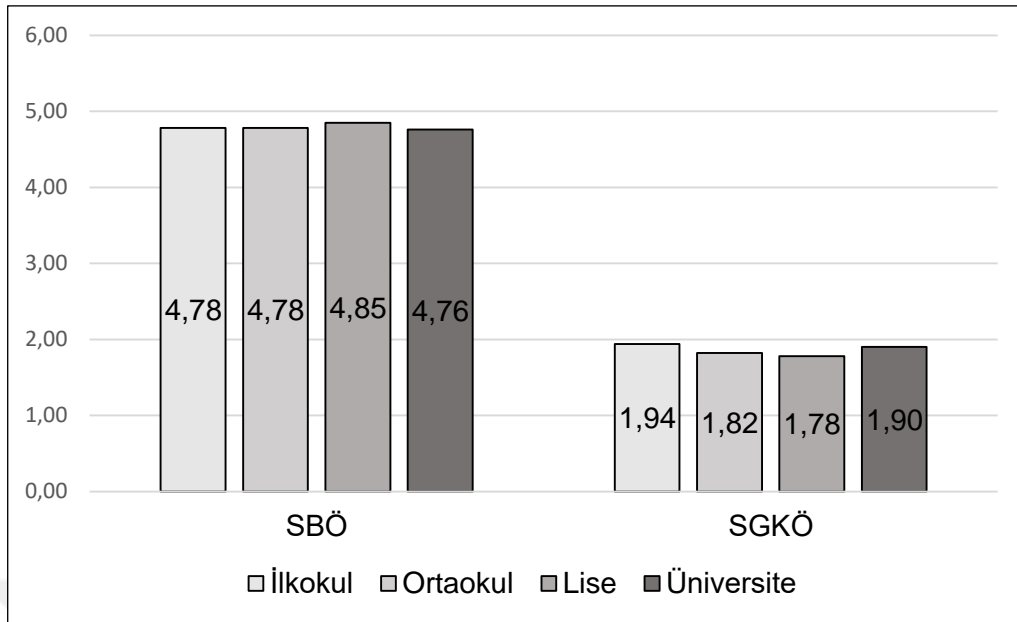


Grafik 4. Algılanan akademik başarı değişkenine göre SBÖ ve SGKÖ puanlarının grafiksel görünümü

Tablo 7’de öğrencilerin SBÖ ve SGKÖ’den aldıkları puanların baba eğitim durumu değişkenine göre ANOVA sonuçları sunulmuştur. Analizler, baba eğitim durumu değişkenine göre SBÖ puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir ( $F_{3,837}=0.22$ ,  $p>0.05$ ). Bu duruma benzer şekilde katılımcıların SGKÖ’nden aldıkları puanların da baba eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $F_{3,837}=2.10$ ,  $p>0.05$ ).

Tablo 7. Ölçek Puanlarının Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

	İlkokul (n=307)		Ortaokul (n=215)		Lise (n=217)		Üniversite (n=102)		f	p	Anlamlı Fark
	Ort.	Ss	Ort.	Ss	Ort.	Ss	Ort.	Ss			
SBÖ	4.78	1.11	4.78	1.08	4.85	1.21	4.76	1.24	0.22	0.89	-
SGKÖ	1.94	0.79	1.82	0.72	1.78	0.68	1.90	0.83	2.10	0.10	-

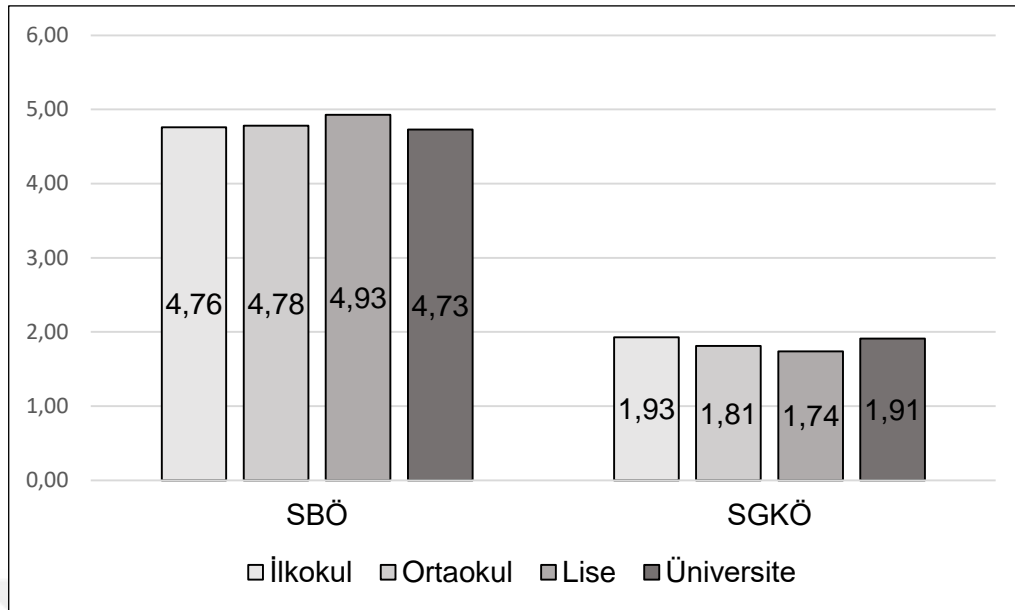


Grafik 5. Baba eğitim durumu değişkenine göre SBÖ ve SGKÖ puanlarının grafiksel görünümü

Analizler, anne eğitim durumu değişkenine göre SBÖ puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir ( $F_{3,837}=0.91$ ,  $p>0.05$ ). Katılımcıların SGKÖ'nden aldıkları puanların ise anne eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı ( $F_{3,837}=2.82$ ,  $p<0.05$ ); anne eğitim durumunu ilkokul olarak belirten katılımcıların puanlarının anne eğitim durumunu lise olarak belirten katılımcıların puanlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Tablo 8).

Tablo 8. Ölçek Puanlarının Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

	İlkokul (n=430)		Ortaokul (n=195)		Lise (n=161)		Üniversite (n=55)		f	p	Anlamlı Fark
	Ort.	Ss	Ort.	Ss	Ort.	Ss	Ort.	Ss			
SBÖ	4.76	1.13	4.78	1.19	4.93	1.12	4.73	1.24	0.91	0.44	-
SGKÖ	1.93	0.77	1.81	0.74	1.74	0.67	1.91	0.82	2.82	0.04	1-3

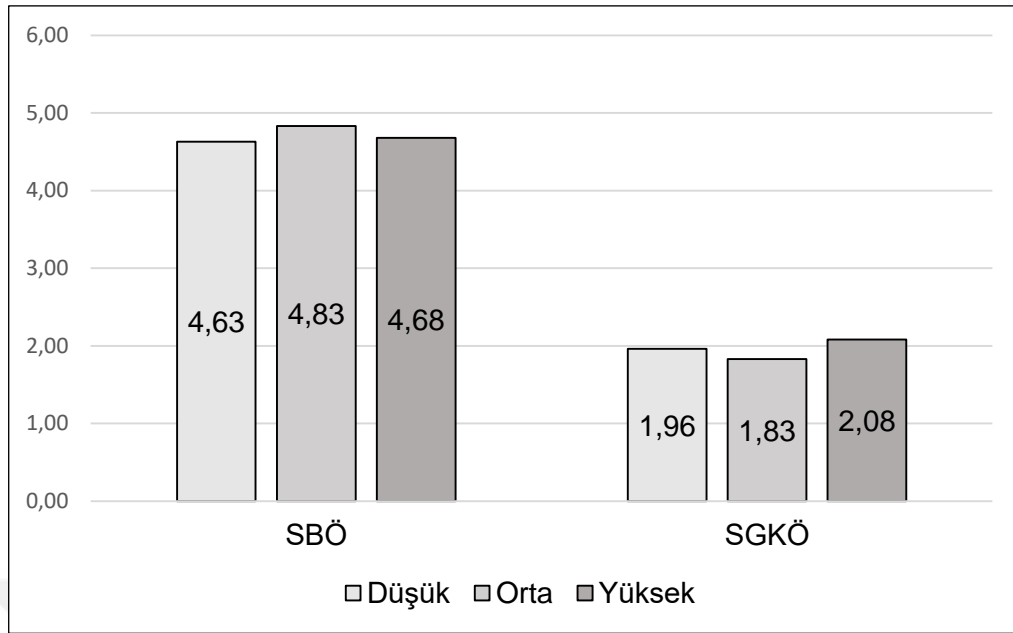


Grafik 6. Anne eğitim durumu değişkenine göre SBÖ ve SGKÖ puanlarının grafiksel görünümü

Analizler, algılanan aile gelir durumu değişkenine göre SBÖ puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir ( $F_{2,838}=1.71$ ,  $p>0.05$ ). Öte yandan katılımcıların SGKÖ'nden aldıkları puanların algılanan aile gelir durumu değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı ( $F_{2,838}=4.12$ ,  $p<0.05$ ); aile gelir durumunu yüksek olarak algılayan öğrencilerin puanlarının, aile gelir durumunu orta olarak algılayan katılımcıların puanlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Tablo 9).

Tablo 9. Ölçek Puanlarının Algılanan Aile Gelir Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

	Düşük (n=102)		Orta (n=677)		Yüksek (n=62)		f	p	Anlamlı Fark
	Ort.	Ss	Ort.	Ss	Ort.	Ss			
SBÖ	4.63	1.24	4.83	1.11	4.68	1.37	1.71	0.18	
SGKÖ	1.96	0.89	1.83	0.68	2.08	1.09	4.12	0.02	2-3



Grafik 7. Algılanan aile gelir durumu değişkenine göre SBÖ ve SGKÖ puanlarının grafiksel görünümü

SBÖ ve SGKÖ'den alınan puanlar arasındaki korelasyon katsayısı sosyal bağlılık ile sosyal görünüş kaygısı arasında negatif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir ( $r=-0.44$ ,  $p<0.01$ ). Bu bulguya göre öğrencilerin sosyal bağlılık düzeyleri arttıkça sosyal görünüş kaygıları azalmaktadır (Tablo 10).

Tablo 10. SBÖ ile SGKÖ Puanları Arasındaki Korelasyon Sonuçları

	SGKÖ		
	<i>n</i>	<i>r</i>	<i>P</i>
SBÖ	841	-0.44**	0.00

\*\* $p<0.01$

## 5. TARTIŞMA

Bu bölümde, beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yürütülen çalışmadan elde edilen bulgular tartışılmış ve yorumlanmaya çalışılmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgular öğrencilerin beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygılarının düşük düzeyde olduğunu göstermektedir. Bu bulguyla paralel olarak katılımcıların sosyal görünüş kaygı düzeylerinin düşük olduğu çalışma görülmektedir (Yüceant, 2013). Sosyal görünüş kaygısı, çevresindeki insanlar tarafından izlendiğinde ortaya çıkmakta ve kaygı düzeyi artmaktadır. Özellikle iş görüşmesi, sunum gibi tamamı ile bireye odaklanıldığı durumda belirtilerini göstermektedir. Beden eğitimi öğretmen adayları bedenlerini diğer bir çok meslek grubundaki bireylere oranla daha iyi kullanmakta olduğu ve bedenine hakim olduğu için sosyal görünüş kaygısını daha az yaşamaktadır. Bu sebeple sosyal kaygılarının düşük olduğu söylenebilir. Öğrencilerin sosyal görünüş kaygı düzeyleri yüksek bulunduğu çalışmalar görülmüştür (Senger, 2017). Bazı çalışmalar ise sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin orta seviyede olduğunu göstermiştir (Pehlivan, Ada ve Öztaş, 2017; Topuz, Bahadır, Erdoğan, 2019; Vural, Keskin ve Çoruh, 2017).

Çalışma sonuçları sosyal görünüş kaygılarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. Araştırmadan elde edilen sonuca paralel olarak bazı çalışmalarda da benzer sonuçlar görülmüştür. (Altun-Dinç, 2016; Çakmak, 2018; Kalemöğlü-Varol vd., 2014; Tekeli, 2017; Ümmet, 2007; Vural., 2017; Yüceant, 2013). SGKÖ puanlarının cinsiyet değişkeni açısından farklılık göstermemesi beden eğitimi öğretmen adaylarının vücut imajlarından memnun olduğu sonucuna varılabilir. Bu sonuçların aksine SGKÖ puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterdiği çalışmalarda az değildir (Alemdağ, 2013; Alemdağ ve Öncü, 2015; Çelik, Turan ve Arıcı, 2014; Kılıç, 2015; Ülkü, 2017). Cinsiyet değişkenine göre SGKÖ puanlarının erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla puanlarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bunun sebebini erkeklerin toplumda daha atılgan ve aktif olarak rol alması gerektiği beklentisi ile kişilerde oluşan kaygıya bağlamaktadır. Kadın katılımcıların sosyal görünüş kaygı düzeylerinin erkek katılımcıların sosyal görünüş kaygı düzeylerine göre daha yüksek olduğu çalışmalarda literatürde bulunmaktadır (Erman, 2017; Jankauskiene ve Mienziene, 2011; Mülazımoğlu- Ballı vd., 2010). Literatürde SGKÖ puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklı sonuçların bulunmasından dolayı detaylı araştırmaların yapılması daha kapsamlı yorum yapılabilmesine olanak sağlayabilir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre sosyal görünüş kaygılarının doğum yerini köy olarak belirten katılımcıların puanlarının, doğum yerini il ve ilçe olarak belirten katılımcıların puanlarından daha düşük olduğunu göstermekte, farklı bir deyişle doğum yerini köy olarak belirten adayların sosyal görünüş kaygılarının daha yüksek olduğu söylenebilmektedir. Araştırma sonucuna paralel olan çalışmalarda bireylerin doğum yerleri coğrafya olarak büyüdükçe kaygıları azalmakta ve doğum yerleri coğrafya olarak küçüldükçe sosyal görünüş kaygıları artmaktadır (Alemdağ, 2013; Altun-Dinç, 2016; Yüceant, 2013). İllerde doğan bireyler sosyal çevre adına birçok şeyi deneyimleyerek öğrenme fırsatına sahip kişilerdir fakat köy gibi daha küçük yerleşim yerlerinde doğan bireyler fazla etkileşim içerisinde bulunamamakta belli davranışları edindikten sonra ilerleyen yaşlarında belki bu davranışların değişimini istemek durumunda kalmaları ve buna uyum sağlayabilmenin kaygısını yaşayabilmekte olabilirler.

Araştırma sonucunda SGKÖ puanlarının sınıf değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür. Araştırma sonucuna paralel olarak SGKÖ puanlarının sınıf değişkenine göre farklılık göstermediği çalışmalarda literatürde bulunmaktadır (Altun Dinç, 2016; Senger, 2017; Tekeli, 2017; Yüceant 2013).

Araştırmadan elde edilen bir başka sonuç, SGKÖ puanlarının algılanan akademik başarı değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığıdır. Akademik başarı puanı düşük olarak algılayan öğrencilerin puanlarının, akademik başarı durumu orta ve yüksek olarak algılayan katılımcıların puanlarından daha yüksek olduğunu göstermektedir. Çalışmaya paralel olarak SGKÖ puanlarının akademik başarı değişkeni sonuçlarına göre akademik başarı durumu düşük olan katılımcıların akademik başarı durumu orta ve yüksek olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu çalışmalarda görülmüştür (Alemdağ, 2013; Altun Dinç, 2016). Akademik başarı durumu düşük olan öğrencilerin kendilerini ifade etmede ve diğer öğrencilerin onlara başarısız olarak bakması sosyal görünüş kaygı düzeylerini arttırabilmektedir. Akademik başarı değişkenine göre SGKÖ puanları sonucunda anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmış çalışma olduğu görülmektedir (Tekeli, 2017).

Araştırma sonucunda beden eğitimi öğretmen adaylarının SGKÖ puanları baba eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır. Bu bulguyla paralel sonuca ulaşan SGKÖ puanlarının baba eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık olmadığı çalışmalarda görülmüştür (Altun-Dinç, 2016; Erman, 2017). SGKÖ puanlarının baba eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık bulunduğunu gösteren çalışma bulunmaktadır (Tekeli, 2017).

Araştırmadan elde edilen bir başka sonuç, öğrencilerin SGKÖ puanlarının ise anne eğitim durumu ilkökul olarak belirtenlerin anne eğitim durumu lise olarak belirten katılımcıların puanlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışma sonucuna

paralel olarak SGKÖ puanlarının anne eğitim durumu değişkenine göre eğitim seviyesi arttıkça öğrencilerin kaydı düzeyleri düşük görülmüştür (Altun-Dinç, 2017). Buradan hareketle bireylerin gelişiminde ve yetiştirilmesinde ön planda olan annelerin katkısı olduğu görülmektedir. Anne eğitim düzeyi değişkenine göre SGKÖ puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmadığını çalışmalarda bulunmaktadır (Erman, 2017; Tekeli, 2017).

Araştırma sonucunda, katılımcıların SGKÖ puanlarının aile gelir durumunu yüksek olarak algılayanların, aile gelir durumunu orta olarak algılayan katılımcılara göre daha yüksek olduğunu göstermektedir. Gelir durumu yüksek bireylerin sosyal çevreleri ve sosyal çevrenin onlardan beklentileri bireylerde kaygı durumunu yükseltmekte olabilir. Gelir seviyesi arttıkça Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinin 4. seviyesinde olduğu gibi başkaları tarafından saygı görme isteğini doldurmada kaygı yaşanabilmekte olabilir. Çalışmaya paralel SGKÖ puanları gelir seviyesi değişkenine göre incelendiğinde anlamlı bir farklılık olup aile gelir seviyesi yüksek olan bireylerin kaygı düzeyleri yüksek olduğunu çalışma bulunmaktadır (Çakmak, 2018). SGKÖ puanlarını aile gelir durumu düşük olan katılımcıların aile gelir durumu orta ve yüksek olan katılımcılara göre daha yüksek olduğunu gösteren çalışma görülmüştür (Alemdağ, 2013). Ayrıca SGKÖ puanlarının aile gelir durumu değişkenine göre farklılık göstermediği sonucuna ulaşan çalışma bulunmaktadır (Yüceant, 2013).

Araştırma bulguları incelendiğinde, beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal bağlılıklarının yüksek seviyede olduğu görülmüştür. Sonuca paralel çalışmalar bulunmaktadır (Başkan vd., 2018).

Çalışma sonuçlarına göre beden eğitimi öğretmen adaylarının cinsiyet değişkenine göre sosyal bağlılıklarının anlamlı bir şekilde farklılık göstermektedir. Erkek beden eğitimi öğretmen adaylarının aldıkları puanların kadın beden eğitimi öğretmen adaylarının aldıkları puanların ortalamasından daha yüksektir. Bu sonuç erkek katılımcıların sosyal bağlılık düzeylerinin kadın katılımcılara oranla daha düşük olduğunu göstermektedir. Bu bulguya paralel sonuçlara sahip çalışma mevcuttur (Savcı, 2017). Başka çalışmalarda sosyal bağlılığın cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı görülmektedir (Başkan vd., 2018; Kapıkıran ve Kapıkıran, 2008). Bu bulgu katılımcıların aynı sosyal ortamda bulunmasından dolayı elde edilmiş olabilir. Zamanla kendilerini sürekli buldukları ortama ait hissetmiş olabilirler.

Elde edilen bulgular doğum yeri değişkenine göre beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal bağlılıklarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. Çalışma sonuçları öğrencilerin sınıf değişkenine göre SBÖ puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. Katılımcıların yaş aralığının aynı olması bu duruma sebep olabilir.

Araştırmada elde edilen bulgular katılımcıların algılanan akademik başarı değişkenine göre SBÖ puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. Başka bir ifade ile beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal bağlılıklarını akademik başarıları etkilememektedir.

Çalışma sonuçlarına göre katılımcıların baba eğitim durumu değişkenine göre SBÖ puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görölmüştür. Araştırmadan elde edilen bulgular öğrencilerin anne eğitim durumu değişkenine göre SBÖ puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. Çalışma sonucunda, aile gelir değişkenine göre katılımcıların SBÖ puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

Araştırmada elde edilen bulgular sonucuna göre sosyal bağlılık ile sosyal görünüş kaygısı arasında negatif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Öğrencilerin sosyal bağlılık düzeyleri arttıka sosyal görünüş kaygılarının azaldığı söylenebilmektedir. Bireylerin sosyal hayatla ne kadar uyum içerisinde oldukları onların fiziksel görünüşlerinden memnuniyetini ifade edebilmektedir. Sosyal görünüş kaygısı düşük olan bireyler sosyalleşme sürecini daha rahat karşılamakta ve buldukları ortama daha çabuk adapte olabilmektedir. Bu durum onların sosyal bağlılıklarını arttırmaktadır.



## 6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

### 6. 1. Sonuçlar

1. Beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygıları düşük seviye iken sosyal bağılılıkları yüksektir.
2. Çalışma kapsamındaki beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygılarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık görülmemektedir. Sosyal bağılılık düzeyleri erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre daha yüksektir.
3. Beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal bağılılıklarının doğum yerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir. Sosyal görünüş kaygılarının doğum yeri il ve ilçe olarak belirten katılımcıların doğum yeri köy olarak belirten katılımcılara göre daha düşüktür.
4. Öğrencilerin sosyal bağılılık düzeyleri ve sosyal görünüş kaygı seviyeleri sınıf değişkenine göre farklılaşmamaktadır.
5. Algılanan akademik başarı düzeyi öğrencilerin sosyal bağılılıklarını farklılaştırmamaktadır. Öğrencilerin akademik başarı düzeyi düştükçe sosyal görünüş kaygıları yükselmektedir.
6. Baba eğitim düzeyine göre öğrencilerin sosyal bağılılık ve sosyal görünüş kaygıları değişmemektedir.
7. Anne eğitim düzeyine göre öğrencilerin sosyal bağılılıkları değişmemektedir. Anne eğitim düzeyi ilkokul olan beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygıları daha yüksektir.
8. Beden eğitimi öğretmen adaylarının algılanan aile gelir düzeyine göre sosyal bağılılıkları değişmemektedir. Aile geliri yüksek olan öğrencilerin sosyal görünüş kaygıları daha yüksek bulunmuştur.
9. Beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal bağılılık düzeyleri arttıkça sosyal görünüş kaygılarının azaldığı görülmektedir.

### 6. 2. Öneriler

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın sonuçlarına dayalı olarak geliştirilmiş olan öneriler bulunmaktadır.

### **6. 2. 1. Araştırma Sonuçlarına Dayalı Öneriler**

1. Kadın beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal bağılıklarını yükseltmek için gerekli çalışmalar yapılabilir.
2. Sosyal görünüş kaygısı yüksek olan öğrencilerin bu durumu aşağı bir seviyeye indirebilmesi için buldukları üniversitenin ilgili bölümündeki akademisyenlerin periyodik görüşmeleri ile düzenlenebilir.

### **6. 2. 2. İleride Yapılabilecek Çalışmalara Yönelik Öneriler**

1. Araştırmadan elde edilen sonuçların nedenlerinin daha somut bir şekilde anlaşılabilmesi açısından beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağılıklarını ölçebilecek çalışmalar tasarlanabilir.
2. Araştırmada kullanılmış olan ölçekler veya benzeri olan ölçeklerden faydalanılarak farklı demografik özelliklerdeki bireyler üzerinde araştırmalar yapılmasının katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
3. Araştırmada 5 üniversitede öğrenim gören beden eğitimi öğrencileri üzerinde yürütülmesi çalışmanın sınırlılıkları içerisindedir. Bu nedenle farklı üniversitelerde öğrenim gören araştırma grupları üzerinde çalışmaların planlamasında katkı olacağı düşünülmektedir.
4. Kişisel bilgi formuna farklı bağımsız değişkenler eklenebilir.
5. Yurtiçinde yapılan literatür taraması sonucunda beden eğitimi öğretmeni adaylarının sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağılılık düzeylerinin incelendiği benzer çalışmalara rastlanmamıştır. Bu çalışmaya benzer araştırmaların yapılması ile mevcut literatürün daha zenginleşmesi sağlanabilir. Bu da benzer konulara ilgisi olan akademisyenlere bilgi sağlama açısından katkıda bulunacaktır.

## 7. KAYNAKLAR

- Alemdağ, S. (2013). *Öğretmen adaylarında fiziksel aktiviteye katılım, sosyal görünüş kaygısı ve sosyal öz-yeterlik ilişkisinin incelenmesi* (Yayınlanmamış doktora tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Alemdağ, S. ve Öncü, E. (2015). Öğretmen adaylarının fiziksel aktiviteye katılım ve sosyal görünüş kaygılarının incelenmesi. *International Journal of Sport Culture and Science*, 11, 287-300.
- Alemdağ, S., Alemdağ, C. ve Özkara, A. B. (2016). Fitness katılımcılarının sosyal görünüş kaygısı. *Baltic Journal of Sport and Health Sciences*, 3(102), 2-7.
- Altun-Dinç, M. A. (2016). *Lise öğrencilerinin sosyal görünüş kaygıları* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Aracı, H. (2001). *Öğretmen ve öğrenciler için okullarda beden eğitimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Argon, T. (2014). The relationship between social appearance anxiety and motivational sources and problems of education faculty students. *Kamla-Raj Enterprises, Anthropologist*, 18(3), 697-704.
- Arslan, G. (2015). Psikolojik istismar, psikolojik sağlamlık, sosyal bağlılık ve aidiyet duygusu arasındaki ilişki. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 36, 47-58.
- Ateşoğlu, İ. ve Türkkahraman, M. (2009). Çocukların tüketici olarak sosyalleşmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 14(3), 215-228.
- Baltaş, A. (1986). *Stres ve başa çıkma yolları*. İstanbul: Cenker Matbaacılık.
- Baltacı, G. ve Düzgün, İ. (2008). *Adolesan ve egzersiz*. Ankara: Klasmat Matbaacılık.
- Banaibe, E., Mikulincer, M. and Shaver, P.R. (2005). Selfobject needs in Kohut's self psychology; Links with attachment, self-cohesion, affect regulation and adjustment. *Psychoanalytic Psychology, American Psychological Association*, 22(2), 224- 260.
- Başkan, N., Öncü, E., Akbulut, V. ve Kirandi, O. (2018, Mayıs). Rekreeyonel egzersiz katılımcılarında sosyal görünüş kaygısı ve sosyal bağlılık. *Uluslararası Rekreeyon ve Spor Yönetimi Kongresi'nde sunulan bildiri*, Muğla, Türkiye.
- Baumeister, R. F. and Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachment as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin Journal*, 117(3), 497-529.

- Beck, A. T. (1991). Cognitive therapy: A 30- year retrospective. *American Psychologist*, 46(4), 368-375.
- Beck, A. T. and Emery, G. (2006). *Anksiyete bozuklukları ve fobiler bilişsel bir bakış açısı*. (V. Öztürk, Çev.). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Bilgin, N. (1996). *İnsan ilişkileri ve kimlik*. İstanbul: Sistem Yayınları.
- Birkök, M. C. (1994). *Bilgi sosyolojisi ışığında kimlik sorunu* (Yayınlanmamış doktora tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bowlby, J. (2010). *Separation: Anxiety and anger: Attachment and loss*. 2. Basic Books. London: Vintage Digital.
- Buck, M. M., Jable. T. and Floyd, P. A. (2003). *Introduction to physical education and sport: Foundations and trends (1st ed.)*. Boston: Cengage Learning.
- Butcher, A. C. and Wuest D. A. (1999). *Foundations of physical education and sport*. (13th ed.). Boston, London: WCB/McGraw-Hill College Publishing.
- Büyüköztürk, Ş. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (12. baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Capon, A. G. and Blakely, E. J. (2008). Checklist for healthy and sustainable communities. *Journal of Green Building*, 3, 41-45.
- Claes, L., Hart, T. A., Smits, D., Van Den Eynde, F., Mueller, A. and Mitchell, J. E. (2012). Validation of the social appearance anxiety scale in female eating disorder patients. *European Eating Disorders Review*, 20(5), 406-409.
- Cüceloğlu, D. (2012). *İnsan ve davranışı psikolojinin temel kavramları* (25. baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çağlar, M., Dinçyürek, S. ve Arsan, N. (2012). Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygılarının analizi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 43, 106-116.
- Çakmak, E. (2018). *Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım düzeyleri ile sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkinin farklı değişkenler açısından değerlendirilmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çelik, E. Turan, M. E. ve Arıcı, N. (2014). Sosyal görünüş kaygısının ergenlerin meta-bilişsel farkındalıklarındaki rolü. *Uluslararası Öğrenme, Öğretme, Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 138-147.
- Çepikkurt, F. ve Coşkun, F. (2010). Üniversiteli dansçıların sosyal fizik kaygı ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri. *Pamukkale Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 17-24.
- Çınar, H. ve Keskin, N. (2015). Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısının Öğrenim yer tercihlerine etkisi. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 14, 457-464.

- Dakanalis, A., Carra, G., Calogero, R., Zanetti, M. A., Volpato, C., Riva, G., Cileciri, M. and Cipresso, P. (2015). The social appearance anxiety scale in Italian adolescent populations: construct validation and group discrimination in community and clinical eating disorders samples. *Child Psychiatry and Human Development Academic Journal*, 47(1), 113-150.
- Dalaman, O. (2010). *İlköğretim birinci kademedeki beden eğitimi dersi öğretim programı kazanımlarının gerçekleştirilme durumuna ilişkin öğretmen görüşleri* (Yayınlanmamış doktora tezi). Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Demirhan, G. ve Açıkada, C. (1997). Türkiye ve Avrupa ülkelerinde beden eğitimi öğretmeni yetiştiren bazı yükseköğretim kurumlarının öğrenci öğretim elemanı ve dersler boyutuyla karşılaştırılması. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 8(2), 4-25.
- Dilbaz, N. (1997). Sosyal fobi. *Psikiyatri Dünyası*, 1, 18-24.
- Doğan, T. (2009). *Bilişsel ve kendini değerlendirme süreçlerinin sosyal anksiyete açısından incelenmesi* (Yayınlanmamış doktora tezi). Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Doğan, T. (2010). Sosyal görünüş kaygısı ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39, 151-159.
- Doğan, U. ve Çolak, T. S. (2016). Self-concealment, Social Network Sites Usage, Social Appearance Anxiety, Loneliness of High School Students: A Model Testing. *Journal of Education and Training Studies*, 4(6), 176-178.
- Doğru, B. (2018). *Ergenlerde sosyal görünüş kaygısının benlik saygısı ve otomatik düşünceler üzerine etkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Duru, E. (2007). Sosyal bağlılık ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması. *Eğitim Araştırmaları*, 26, 85-98.
- Duru, E. (2008a). Uyum zorluklarını yordamada yalnızlık, sosyal destek ve sosyal bağlılık arasındaki ilişkilerin analizi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi (KUYEB)*, 3, 833-856.
- Duru, E. (2008b). Yalnızlığı yordamada sosyal destek ve sosyal bağlılığın rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(61), 15-24.
- Duru, E. (2008c). Üniversiteye uyum sürecinde yalnızlığı yordamada sosyal destek ve sosyal bağlılığın doğrudan ve dolaylı rolleri. *Türk PDR (Psikolojik Danışma ve Rehberlik) Dergisi*, 29, 13-22.
- Ekşi, A. (1999). *Ben hasta değilim, çocuk sağlığı ve hastalıklarının psiko-sosyal yönü*. (1. baskı), İstanbul: Nobel Tıp Kitabevi.

- Erdoğan, İ. (2018). *Üniversite öğrencilerinde sosyal görünüş kaygısı ve yeme tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ergün, M. ve Ersoy, Ö. (2014). Hollanda, Romanya ve Türkiye'deki sınıf öğretmeni yetiştirme sistemlerinin karşılaştırılması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 22(2), 673-700.
- Ergür, E. (1996). *Üniversite öğrencilerinde beden-benlik algısı ve ruh sağlığı arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Erikson, E. H. (1977). *Childhood and society*. London: Paladin Grafton Books.
- Erkan, Z. (2002). Sosyal kaygı düzeyi yüksek ve düşük ergenlerin ana baba tutumlarına ilişkin nitel bir çalışma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10(10), 120-133.
- Erman, M. S. (2017). *Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin benlik saygı ve sosyal görünüş kaygı düzeylerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Düzce Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Düzce.
- Eroğlu, S. Y. ve Acet, M. (2017). İşitme engelli öğrencilerin spor yapma değişkenine göre sosyal görünüş kaygısı ile yaşam kalitesi düzeylerinin incelenmesi. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 9(2), 65-70.
- Garipova, C. (2007). *Gençlerin tüketici olarak sosyalleşmesi ve Tataristan'da bir araştırma* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.
- Geist, R. A. (2008). Connectedness, permeable, boundaries, and the development of the self. *International Journal of Psychoanalytic Self Psychology*, 3(2), 129-152.
- Güleç, C. ve Köroğlu, E. (1997). *Psikiyatri temel kitabı*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Gültekin, B. K. ve Dereboy, İ. F. (2011). Üniversite öğrencilerinde sosyal fobinin yaygınlığı ve sosyal fobinin yaşam kalitesi, akademik başarı ve kimlik oluşumu üzerine etkileri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(3), 150-158.
- Gümüş, M. (2002). *Profesyonel futbol takımlarında puan sıralamasına göre durumluk kaygı düzeylerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Grogan, S. (1999). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children* (1st ed.). New York: Routledge.
- Hall, C. S. , Lindzey, G. and Campbell, J. B. (1998). *Theories of personality* (4th ed.). New York: John Wiley and Sons.
- Hart, E. A., Leary, M. R. and Rejeski, W. J. (1989). The measurement of social physique anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 94-104.

- Hart, T. A., Flora, D. B., Palyo, S. A., Fresco, D. M., Holle, C. and Heimberg, R. C. (2008). Development and examination of the social appearance anxiety scale. *Assessment Academic Journal*, 15(1), 48-59.
- Hutcherson, C. A., Seppala, E. M. and Gross, J. J. (2008). Loving-kindness meditation increases social connectednes. *Emotion Journal*, 8(5), 720-724.
- Jankauskiene, R. and Mienziene, B. (2011). The relationship between body image and exercise adherence in fitness centre exercising sample. *Zurnalas Ugdymas Kuno Kultura Sportas*, 1(80), 36-41.
- Kalemoğlu Varol, Y., Erbaş, M. K. ve Ünlü, H. (2014). Ergenlerin sosyal görünüş kaygıları ile beden eğitimi dersine yönelik tutumları arasındaki ilişki. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(1), 121-130.
- Kang, J. Y. M., Johnson, K. K. P. and Kim, J. (2013). Clothing functions and use of clothing to alter mood. *International Journal of Fashion Design, Technology and Education*, 6(1), 43-52.
- Kapıkıran, Ş. ve Acun-Kapıkıran, N. (2008). *Sosyal bağlılığın psikolojik iyi olmayı oluşturan değişkenler bakımından yordanması*. Sempozyum: XVIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı'nda sunulan bildiri. Pegem.net. [https://www.pegem.net/Akademi/kongrebildiri\\_detay.aspx?id=105486](https://www.pegem.net/Akademi/kongrebildiri_detay.aspx?id=105486) adresinden 20 Nisan 2019 tarihinde edinilmiştir.
- Kılıç, M. (2015). *Üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygıları ile benlik saygıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Ko, N. (2010). *The role of body shame, social appearance anxiety and body checking behavior on body dissatisfaction and disordered eating behaviors: A Cross-Cultural Study in Germany and Korea* (Unpublished doctoral dissertation). Albert-Ludwigs-Universität Freiburg, Germany.
- Kohut, H. (1977). *The restoration of the self*. New York: International University Press.
- Koskina, A., Eynde, F. V. Den, Meisel, S., Campbell, I. C. and Schmidt, U. (2013). Social appearance anxiety and bulimia nervosa. *US National Library of Medicine National Institutes of Health*, 16(2), 142-145.
- Köknel, Ö. (2000). *Kaygıdan mutluluğa kişilik*. İstanbul: Altın Kitaplar.
- Köroğlu, E. (1996). *Mental bozuklukların tanıs ve sayımsal el kitabı* (4. baskı). Ankara: Hekimler Birliği.
- Köroğlu, E. (2012). *Düşünsel duygulanımcı davranış terapisi*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Köroğlu, E. (2015). *Kaygılarımız korkularımız nelerdir? Nasıl baş edilir?* Ankara: Hekimler Yayın Birliği (HYB) Yayıncılık.

- Kurtyılmaz, Y. (2011). *Üniversite öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık ile benlik saygısı, sosyal bağlılık ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiler* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Leary, M. R. and Kowalski, R. M. (1995). *Emotions and social behaviour social anxiety*. New York: Guilford Press.
- Lee, R. M., Draper, M. and Lee, S. (2001). Social connectedness, dysfunctional interpersonal behaviors and psychological distress; testing a mediator model. *Journal of Counseling Psychology*, 48(3), 310-318.
- Lee, R. M., Keough, K. A. and Sexton, J. D. (2002). Social connectedness, social appraisal and perceived stress in college women and men. *Journal of Counseling and Development*, 80(3), 355-361.
- Lee, R. M. and Robbins, S. B. (1995). Measuring belongingness: The social connectedness and the social assurance scales. *Journal of Counseling Psychology*, 42(2), 232-241.
- Lee, R. M. and Robbins, S. B. (1998). The relationship between social connectedness and anxiety, self- esteem and social identity. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 338-345.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human school students. *Psychological Review- Apa Publishing Academical Journal*, 50(4), 370-396.
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper and Row, Publishers, Inc.
- McCoy, J. A. (1998). *The influence of social connectedness on anxiety and self esteem under conditions of stress* (Unpublished doctoral dissertation). Virginia Commonwealth University, USA.
- Milli Eğitim Bakanlığı [MEB]. (2010). *Öğretmen yeterlikleri*. Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınevi.
- Milli Eğitim Bakanlığı [MEB]. (2018). *Ortaöğretim beden eğitimi ve spor dersi öğretim programı*. Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınevi.
- Meral, B. S. (2018). *Üniversite öğrencilerinde sosyal görünüş kaygısı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Meşe, G. (1991). *Çeşitli sosyo-kültürel gruplarda kültürel veya sosyal kimlik olgusunun incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Moore, T. L. (2006). *Social connectedness and social support of doctoral students in counselor education* (Unpublished doctoral dissertation). Idaho State University, USA.



- Mülayim, A. (2014). *Beden eğitimi dersinin öğrencilerin sosyal gelişim düzeylerine etkilerinin araştırılması (Ankara Örneği)* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Nachmias, C. F. and Nachmias, D. (1996). *Research methods in the social science* (5th ed.). New York: St. Martin's Press.
- Öner, N. (1990). *Sınav kaygısı envanteri el kitabı*. İstanbul: Yükseköğretimde Rehberliği Tanıtma ve Rehber Yetiştirme Vakfı Yayını.
- Öner, N. ve LeCompte, A. (1983). *Durumluk kaygı envanteri el kitabı*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Öner, N. ve Lecompte, A. (1985). *Süreksiz durumluk-sürekli kaygı envanteri el kitabı*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Öz, F. (2004). *Sağlık alanında temel kavramlar*, Ankara: Nadir Kitabevi.
- Özcan, H., Subaşı, B., Budak, B., Çelik, M., Gürel, Ş. C. ve Yıldız, M. (2013). Ergenlik ve genç yetişkinlik dönemindeki kadınlarda benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı, depresyon ve anksiyete ilişkisi. *Journal of Mood Disorders*, 3(3), 107-113.
- Özteke Kozan, H. İ. ve Hamarta, E. (2017). Beliren yetişkinlikte beden imgesi: Bağlanma ve sosyal görünüş kaygısının rolü. *Türk Psikoloji Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(48), 63-81.
- Pehlivan, Z., Ada, E. N. ve Öztaş, G. (2017). Ev kadınlarının sosyal görünüş kaygıları ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları. *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe Journal of Sport Sciences*, 28(1), 11-23.
- Sandıkçı, M. ve Öncü, E. (2013). Beden eğitimi ile diğer alanlardaki öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine ilişkin yeterlik algıları ve tutumlarının belirlenmesi ve karşılaştırılması. *Pamukkale Journal of Sports Sciences*, 4(1), 135-151.
- Sarıçam, H. ve Halmatov, M. (2012). Okul öncesi eğitime devam eden ve etmeyen 6 yaş çocukların ahlaki ve sosyal kural algılamalarının karşılaştırılması. *Akademik Bakış Dergisi*, 33,1-14.
- Satıcı, S. A. (2016). *Üniversite öğrencilerinin affetme, intikam, sosyal bağlılık ve öznel iyi oluşları: Farklı yapısal modellerin denenmesi üzerine bir araştırma* (Yayınlanmamış doktora tezi). Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Savaşır, I. (1995). Obsesif kompulsif bozukluk: Bilişsel davranışçı yaklaşım. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34), 14-19.
- Savcı, M. (2017). *Ergenlerin sosyal zeka, sosyal kaygı, akran ilişkileri, internet bağımlılığı ve sosyal bağlılık düzeyleri arasındaki ilişkiler* (Yayınlanmamış doktora tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

- Seki, T. ve Dilmaç, B. (2015). Ergenlerin sahip oldukları değerler ile öznel iyi oluş ve sosyal görünüş kaygı düzeyleri arasındaki yordayıcı ilişkiler; bir model önerisi. *Eğitim ve Bilim*, 40(179), 57-67.
- Senger, K. (2017). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin sosyal görünüş kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Turan- Sam Uluslararası Bilimsel Hakemli Dergisi*, 9(36), 751-756.
- Şenol, S. (2006). *Korkular: Gelişimsel anlamı ve tedavisi*. İstanbul: Morpha.
- Tamer, K. ve Pulur, A. (2001). *Beden eğitimi ve sporda öğretim yöntemleri*, Ankara: Ada Matbaacılık.
- Tanrıverdi, H. (2012). Spor ahlakı ve şiddet. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 5(8), 1071-1093.
- Tekeli, Ş. (2017). *Beden eğitimi ve spor öğretmeni adayları ile diğer öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı ve akademik öz-yeterlik düzeylerinin karşılaştırılması* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Turel, T., Jameson, M., Gitimu, P., Rowlands, Z., Mincher, J. and Pohle-Krauza, R. (2018). Disordered eating: Influence of body image, sociocultural attitudes, appearance anxiety and depression a focus on college males and a gender comparison. *Cogent Psychology, Health Psychology*, 5(1), 1-22.
- Türkçapar, H. (1999). Sosyal fobinin psikolojik kuramı. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 2(4), 247-253.
- Türkçapar, H. (2004). Anksiyete bozukluğu ve depresyonun tanınış ilişkileri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 4, 12-16.
- Ulusal Mesleki Bilgi Sistemi [UMBS]. (2014). Beden eğitimi öğretmeni. <http://mbs.meb.gov.tr/> 28.04.2019 adresinden erişilmiştir.
- Ülkü, H. (2017). *Gençlerde sosyal görünüş kaygısı ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkinin toplumsal cinsiyet bağlamında incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ümmet, D. (2007). *Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygının cinsiyet rolleri ve aile ortamı bağlamında incelenmesi* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Vatansever, S. (2017). *Lisanslı spor yapan ve yapmayan ergenlerin mental iyi oluş, benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı ve algılanan sosyal destek açısından karşılaştırılması* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Vural, M., Keskin, N. and Çoruh, Y. (2017). Research of social appearance anxiety and self-efficacy of the students entered university by special talent exam. *International Journal of Environmental and Science Education*, 12(9), 2063-2071.

- Ward, S. (1974). Consumer socialization. *Journal Of Consumer Research*, 1(2), 1-14.
- Yaman, Ç., Teşneli, Ö., Koşu, S., Yalvarıcı, N., Tel, M. ve Gelen, N. (2008). Elit seviyedeki değişik spor branşlarının fiziksel benlik algısı üzerine etkisi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5(2), 1-17.
- Yavuzer, H. (2003). *Okul çağı çocuğu*, İstanbul: Remzi kitabevi.
- Yıldırım, S. (2015). *Üniversite öğrencilerinin akademik başarı, akademik erteleme, kopya çekme ve devamsızlık durumlarının yordayıcısı olarak sosyal bağlılık* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Yousefi, B. Hassani, Z. and Shokri, O. (2009). Reliability and factor validity of the 7-item social physique anxiety scale among university students in Iran. *World Journal of Sport Sciences*, 2(3), 201-204.
- Yüceant, M. (2013). *Beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygı düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Aksaray Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aksaray.



## **8. EKLER**



Ek 'in devamı



ORDU  
ÜNİVERSİTESİ

Ordu Üniversitesi - Ordu Üniversitesi  
Üniversiteye Genel Sekreterlik  
26.12.2016 16:35  
Sayı: 81515450-044  
0000012606  
0000012606

T.C.  
ORDU ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Genel Sekreterlik

Sayı : 81515450-044  
Konu : Bilimsel Çalışma İzni (Neslihan BAŞKAN  
SAKA)

TRABZON ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE  
Genel Sekreterlik  
Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı

İlgi : 11.12.2018 tarihli ve 242 sayılı yazınız.

Üniversiteniz Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı yüksek lisans programı öğrencisi Neslihan BAŞKAN SAKA'nın "Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Sosyal Görünüş Kaygısı ve Sosyal Bağlılık Düzeylerinin İncelenmesi" başlıklı tezi ile ilgili Üniversitemiz Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda çalışma yapması uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

e-İmza ile  
Prof. Dr. Tevfik NOYAN  
Rektör ü.  
Rektör Yardımcısı

Tarih:	16.1.19
Sayı:	183
Ek:	—

Cumhuriyet Yerleşkesi 52200/ORDU  
Telefon: 04522264000 Fax: 04522265242  
E-Posta: yal.cakapaz@odu.edu.tr

Bilgi için: Hediye YALÇINKAYA  
Üniversite İdari İşler  
Elektronik AŞ www.odu.edu.tr

Esasların elektronik imzalı suretine ilgilere belge adı altında 98271968-8545-4300-8990-50c08721155 kodu ile erişebilirsiniz. Bu belge 2070 sayılı elektronik imza kanunu güvence altına alan elektronik imza ile imzalanmıştır.

Ek 1'in devamı

T.C. GÜMÜŞHANE  
ÜNİVERSİTESİ  
Rektörlüğü



GÜMÜŞHANE  
UNIVERSITY  
Rector's Office

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Müdürlüğü

Sayı : 64116739-730.08.03-E.7579  
Konu : Anket Çalışması

24/12/2018

### DAĞITIM YERLERİNE

**İlgi** : Trabzon Üniversitesi Rektörlüğü 11/12/2018 tarihli ve 57970082.244 sayılı yazısı.

İlgi sayılı yazıya istinaden, Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Anabilim Dalı yüksek lisans programı öğrencisi Nestilhan BAŞKAN SAKA'na Doc.Dr. Erman ÖNCÜ danışmanlığında hazırlanmakta olduğu "Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Sosyal Görünüş Kaygısı ve Sosyal Bağlılık Düzeylerinin İncelenmesi" adlı tez çalışmasını Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Müdürlüğünde yapmasını uygundur.

Gereğini arz ederim.

  
Prof. Dr. İbrahim ZEYBEK  
Rektör

#### Dağıtım:

Gereği:  
TRABZON ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
GENEL SEKRETERLİK  
Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı

Bilgi:  
Gümüşhane Üniversitesi Genel Sekreterlik

Tarih:	16.1.19	Ek:	—
Sayı:	181		

Adres: Beğlercağı Mahallesi 51100 Gümüşhane  
Telefon: 0 446 739 10 02 Faks: 0 446 733 10 00  
Elektronik Adı: <http://www.gumushane.edu.tr>

2019 sayılı Elektronik İmza Kanunu'na uygun olarak Güvenli Elektronik İmza ile oluşturulmuştur.  
Yerak teyitli <https://ybsys.tr.gov.tr/bimv/uzak-imza> adresinde de SUTB LONC-811/D kodu ile yapılabilir.

## Ek 2. Kişisel Bilgi Formu

Değerli Katılımcılar;

Bu anket, sosyal bağlılık düzeyinizi ve sosyal görünüş kaygınızı belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Anket sonuçları, sadece bu amaç için kullanılacak ve kişisel amaçlar için anket sonuçlarından fayda sağlanmayacaktır. Bu nedenle isminizi yazmanıza gerek yoktur. İstenilen bilgileri içtenlikle cevaplamanız, araştırmanın sağlıklı sonuç vermesi açısından son derece önemlidir.

Yardım ve katkılarınız için teşekkür ederim.

**Neslihan BAŞKAN SAKA**  
Trabzon Üniversitesi  
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü  
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı  
Yüksek Lisans Programı Öğrencisi

1. Cinsiyetiniz:  Kadın  Erkek

2. Doğum yeriniz:  İl  İlçe  Köy  Kasaba

3. Sınıfınız:  1.  2.  3.  4.

4. Akademik başarı durumunuzu nasıl değerlendiriyorsunuz?

Düşük  Orta  Yüksek

5. Babanızın eğitim düzeyi:  İlkokul  Ortaokul  Lise  Üniversite

6. Annenizin eğitim düzeyi:  İlkokul  Ortaokul  Lise  Üniversite

7. Ailenizin gelir durumunu nasıl değerlendiriyorsunuz?

Düşük  Orta  Yüksek



### Ek 3. Sosyal Bağlılık Ölçeği

SBÖ		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Çok Fazla Katılmıyorum	Çok Az Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Kendimi çevremden kopuk hissediyorum.	1	2	3	4	5	6
2	Tanıdık insanlarla birlikteyken bile, kendimi onlara ait hissetmiyorum.	1	2	3	4	5	6
3	Kendimi insanlara çok uzak hissediyorum.	1	2	3	4	5	6
4	Arkadaşlarımla birliktelik duygusuna sahip değilim.	1	2	3	4	5	6
5	Kendimi herhangi biriyle ilişkili hissetmiyorum.	1	2	3	4	5	6
6	Toplumla bütün bağlarımı kaybetmiş duygusuna kapılıyorum.	1	2	3	4	5	6
7	Arkadaşlarımla kendi arasında bile, kardeşlik/dostluk duygusu yoktur.	1	2	3	4	5	6
8	Kendimi herhangi bir kişi ya da grubun parçası olarak hissetmiyorum.	1	2	3	4	5	6

#### Ek 4. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği

	<b>SGKÖ</b>					
	Aşağıdaki ifadelerin size ne kadar uygun olup olmadığını, ifadenin yanındaki kutucukları işaretleyerek belirtiniz. <u>Lütfen her ifadeyi bir kez işaretleyiniz ve cevaplanmamış hiçbir ifade bırakmayınız.</u>	Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Tamamen Uygun
1	Dış görünüşümle ilgili kendimi rahat hissedirim.	1	2	3	4	5
2	Fotoğrafım çekilirken kendimi gergin hissedirim.	1	2	3	4	5
3	İnsanlar doğrudan bana baktıklarında gerilirim.	1	2	3	4	5
4	İnsanların görünüşümden dolayı benden hoşlanmayacakları konusunda endişelenirim.	1	2	3	4	5
5	Yanlarında olmadığım zamanlarda insanların, görünüşümle ilgili kusurlarımı konuşacaklarından endişelenirim.	1	2	3	4	5
6	Görünüştümden dolayı insanların benimle beraber vakit geçirmek istemeyeceklerinden endişelenirim.	1	2	3	4	5
7	İnsanların beni çekici bulmamalarından korkarım.	1	2	3	4	5
8	Görünüştüğümün yaşamımı zorlaştıracığından endişe duyarım.	1	2	3	4	5
9	Karşıma çıkan fırsatları görünüşümden dolayı kaybetmekten kaygılanırım.	1	2	3	4	5
10	İnsanlarla konuşurken görünüşümden dolayı gerginlik yaşarım.	1	2	3	4	5
11	Diğer insanlar görünüşümle ilgili bir şey söylediklerinde kaygılanırım.	1	2	3	4	5
12	Dış görünüşümle ilgili başkalarının beklentilerini karşılayamamaktan endişeleniyorum.	1	2	3	4	5
13	İnsanların görünüşümü olumsuz olarak değerlendirecekleri konusunda endişelenirim.	1	2	3	4	5
14	Diğer insanların görünüşümdeki bir kusurun farkına vardıklarını düşündüğümde kendimi rahatsız hissedirim.	1	2	3	4	5
15	Sevdiğim kişinin görünüşümden dolayı beni terk edeceğinden endişe duyuyorum.	1	2	3	4	5
16	İnsanların görünüşüğümün iyi olmadığını düşünmelerinden endişeleniyorum.	1	2	3	4	5

## 9. ÖZ GEÇMİŞ VE İLETİŞİM BİLGİLERİ

Araştırmacı 1987 yılında Trabzon'da doğup ilk, orta ve lise öğrenimini Trabzon'da tamamlarken eğitim hayatı boyunca okul ve kulüplerin yüzme, hentbol, tenis takımlarında yer aldı. 2011 yılında Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Spor Yöneticiliği bölümünü kazandı ve 2015 yılında mezun oldu. Aynı yıl Karadeniz Teknik Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi'nde beden eğitimi ve spor öğretmenliği pedagojik formasyon eğitimini tamamladı. 2015 yılında Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı'nda yüksek lisans öğrenimi görmeye başladı. Bu dönemler içerisinde pek çok spor organizasyonunda görev aldı. Araştırmacı şuanda Anadolu Üniversitesi İşletme Bölümü 4. sınıf öğrenimi görmektedir. Tenis, pilates, fitness, yoga antrenörlüğüne sahip olan araştırmacı antrenörlük mesleğinin yanı sıra muhasebe ve turizm gibi farklı sektörlerde de çalışmış olup bu alanlarda bilgi birikimine sahiptir. Araştırmacı evli olup iyi derecede İngilizce bilmektedir.

### İLETİŞİM BİLGİLERİ

**Adres** : Neslihan BAŞKAN SAKA, Soğuksu Mah. Şehit Polis Soner Yıldırım Sok. Ak City 2, Ortahisar, Trabzon

**E-Posta** : neslihanbaskan61@gmail.com

**Telefon** : 0 530 903 46 61