

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN MEMNUNİYETİ  
DÜZEYLERİ İLE SOSYAL BECERİ DÜZEYLERİ  
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN KARŞILAŞTIRMALI  
OLARAK İNCELENMESİ  
(ÇANAKKALE İLİ ÖRNEĞİ)**

**Temel KALAFAT  
(Yüksek Lisans Tezi)**

**T. C.**  
**ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**EĞİTİM PROGRAMLARI VE ÖĞRETİMİ**  
**BİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN MEMNUNİYETİ DÜZEYLERİ İLE**  
**SOSYAL BECERİ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN KARŞILAŞTIRMALI**  
**OLARAK İNCELENMESİ**  
**(ÇANAKKALE İLİ ÖRNEĞİ)**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Tez Danışmanı**  
**Prof. Dr. Remzi Y. KINCAL**

**Hazırlayan**  
**Temel KALAFAT**

**Çanakkale-2006**

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

Temel KALAFAT'a ait "Üniversite Öğrencilerinin Beden Memnuniyeti Düzeyleri İle Sosyal Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi (Çanakkale İli Örneği)" isimli çalışma, jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan .....

Prof. Dr. Remzi Y. KINCAL (Danışman)

Üye .....

Doç. Dr. Halil IŞIK

Üye .....

Doç. Dr. Salih UŞUN

Üye .....

Yard. Doç. Dr. Selçuk UYGUN

Üye .....

Yard. Doç Dr. Çavuş ŞAHİN

## ÖZET

Bu araştırma, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesinde lisans düzeyinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin, beden memnuniyeti düzeyleri ve sosyal beceri düzeyleri arasında anlamlı fark olup olmadığını incelemeyi amaçlamaktadır. Üniversite öğrencilerinin, beden memnuniyet düzeyleri ve sosyal beceri düzeyleri arasında anlamlı fark olup olmadığı cinsiyet, sınıf düzeyi ve üniversiteye giriş puan türü değişkenlerine göre incelenmektedir. Bu farklar, öğrencilerin kendi görüşlerine dayanılarak ortaya konulmuştur.

Araştırmada, üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti ve sosyal becerilerinin sınıf düzeyine, cinsiyete ve üniversiteye giriş puan türüne göre bir farklılık gösterip göstermediği, böyle bir farklılık varsa bu farklılığı oluşturan sebeplerin neler olduğu ortaya konulmaya çalışılmıştır. Araştırma, tarama(survey) modeli ile yapılmıştır. Toplam 1054 üniversite öğrencisine Yüksel(2004) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Sosyal Beceri Anketi" ve Gökdoğan(1988) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ve araştırmacı tarafından üniversite öğrencileri için geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan "Beden Bölgelerinden ve Özelliklerinden Memnuniyet Ölçeği" uygulanmıştır. Veriler, frekans, t testi, tek yönlü anova testi ve tukey testleriyle SPSS(Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı) kullanılarak analiz edilmiştir.

Araştırmada, üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti ve sosyal beceri düzeyleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığı, genel beden memnuniyeti puanları ile sosyal becerinin altı alt ölçeği puanları arasındaki farka bakılarak ortaya konulmuştur. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, beden memnuniyetinin genel olarak erkeklerde kızlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Kızların ise genel sosyal beceri düzeyleri erkeklere oranla daha yüksek düzeyde çıkmıştır. Sadece duyuşsal kontrol sosyal beceri alt ölçeğinde yer alan özellikleri bakımından erkekler, kızlara göre daha yüksek puanlar elde etmişlerdir. Araştırma sonuçlarına baktığımızda üniversite öğrencilerinin beden memnuniyet düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasında anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür.

## ABSTRACT

In this research, we aimed to examine that if there is any significant difference among Canakkale Onsekiz March University' students' body image satisfaction and social skills ability. We controlled university students' body satisfaction and social skills ability in frame of gender, grade level and university entry score type. These differences were serviced in respect of students' own expressions.

In this research, body image satisfaction and social skills ability were explained through grade level, gender and university entry score types and if there are significant differences between body image satisfaction and social skills ability. We aimed to explain where these differences occur. This research was done with survey method. 1054 university students were taken as a sample. "Social Skills Inventory" that developed by Riggio(1986) and was adapted into Turkish by Yüksel(2004) was used for defining university' students social skills. In order to define university students' body image satisfaction, we used "Body Parts and It' Features Satisfaction Inventory" that was adapted into Turkish by Gökdoğan(1988). But Gökdoğan adapted this inventory for high school students. Therefore, the researcher has done this inventory' reliability and validity analysis on university students. Results were controlled by frequency analysis, t test, one way anova and tukey tests according to SPSS(Statistical Package For Social Science).

The significant differences between university students' body image satisfaction and social skills ability were controlled for examining differences between general body image scores and six lower social skills scales. In the end of the research, we found that boys' body image satisfaction levels are higher than girls' body image satisfaction levels. Conversely, we found that girls' social skills ability levels are higher than boys' social skills ability levels. Only in affective control lower social skills scale, we found that boys have higher scores than girls. When we have examined general research results, we can say that there is no significant differences between university students body image satisfaction and social skills ability.

## İÇİNDEKİLER

ÖZET	i
ABSTRACT	ii
İÇİNDEKİLER	iii
SEMBOLLER VE KISALTMALAR LİSTESİ	viii
TABLO VE ŞEKİLLER LİSTESİ	ix
ÖNSÖZ	xiii
<b>BÖLÜM I</b>	
<b>GİRİŞ</b>	1
1.1. PROBLEM	1
1.1.1. BEDEN İMAJI KAVRAMI	2
1.1.2. BEDEN İMAJINI AÇIKLAYAN TEORİLER	6
1.1.2.1. SOSYOKÜLTÜREL TEORİ	6
1.1.2.1.1. Vygotsky'ın Bilişsel Gelişim Kuramının Sosyokültürel Yanı	7
1.1.2.1.2 Kadınlarda Sosyokültürel Teori ve Beden İmajı	8
1.1.2.1.3. Erkeklerde Sosyokültürel Teori ve Beden İmajı	10
1.1.2.2. SOSYAL KIYASLAMA TEORİSİ	11
1.1.2.2.1. Sosyal Kıyaslama Teorisi ve Beden İmajı Değerlendirme	12
1.1.2.2.2 Sosyal Kıyaslama Teorisi ve Beden İmajı Yatırımı	12
1.1.2.3. ÜÇLÜ ETKİ TEORİSİ	13
1.1.2.3.1. Beden İmajına Akran Etkisi	13
1.1.2.3.2 Beden İmajına Ailenin Etkisi	14
1.1.2.3.3 Beden İmajına Medya Etkisi	15
1.1.3. SOSYAL BECERİ İLE İLGİLİ KURAMSAL GÖRÜŞ VE YAKLAŞIMLAR	17
1.1.3.1. SOSYAL BECERİNİN TANIMI	17
1.1.3.2. SOSYAL BECERİ MODELLERİ	19

1.1.3.2.1. MOTOR SOSYAL BECERİ MODELİ(ARGYLE 1967)	19
1.1.3.2.2. ÜRETİCİ SOSYAL BECERİ MODELİ	20
1.1.3.2.3. ÜÇ SİSTEM YAKLAŞIMI(McFALL 1982)	22
1.1.3.2.4. KENDİNİ ORTAYA KOYMA YAKLAŞIMI (LEARY 1982)	22
1.1.3.3. SOSYAL BECERİ ÖZELLİKLERİ LİSTESİ(ÇOCUKLAR İÇİN)	23
1.1.3.4. SOSYAL BECERİ ÖZELLİKLERİ(LİSE ÖĞRENCİLERİ VE YETİŞKİNLER İÇİN)	25
1.1.4. SOSYAL BECERİNİN ÖLÇÜLMESİ	28
1.1.5. PROBLEM CÜMLESİ	29
1.1.6. ARAŞTIRMANIN AMACI	30
1.1.7. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ	32
1.1.8. SAYILTILAR	34
1.1.9. SINIRLILIKLAR	34
1.1.10. TANIMLAR	34
1.1.11. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	35
1.1.11.1. BEDEN İMAJIYLA İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR	35
1.1.11.1.1. Yurt İçinde Yapılan Bazı Araştırmalar	35
1.1.11.1.2 Yurt Dışında Yapılan Bazı Araştırmalar	37
1.1.11.1.2.1. Ergenlik Döneminde Beden İmajıyla İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar	37
1.1.11.1.2.2. Yetişkinlik ve Beden İmajıyla İlgili Olarak Yapılan Bazı Araştırmalar	39
1.1.11.1.2.3. Sosyal Kıyaslamalar ve Beden İmajıyla İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar	40
1.1.11.1.2.4. Sosyokültürel Açından Beden İmajıyla İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar	41
1.1.11.1.2.5. Benlik Saygısı ve Beden İmajıyla İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar	42
1.1.11.1.2.6. Depresyon ve Beden İmajıyla İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar	43
1.1.11.1.2.7. Medya Etkisi ve Beden İmajıyla İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar	44
1.1.11.2. SOSYAL BECERİ İLE İLGİLİ YAPILAN	

ARAŞTIRMALAR	45
1.1.11.2.1. Yurt İçinde Yapılan Bazı Araştırmalar	45
1.1.11.2.1.1. İlköğretim Öğrencileri ve Sosyal Beceri İle İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar	45
1.1.11.2.1.2. Ergenlik ve Sosyal Beceri İle İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar	46
1.1.11.2.1.3. Üniversite Öğrencileri ve Sosyal Beceri İle İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar	47
1.1.11.2.2. Yurt Dışında Yapılan Bazı Araştırmalar	48
1.1.11.2.2.1. Üniversite Öğrencileri ve Sosyal Beceri İle İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar	49
1.1.11.2.2.2. Ergenlik ve Sosyal Beceri İle İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar	49
1.1.11.2.2.3. Sosyal Beceri İle İlgili Yapılan Diğer Bazı Araştırmalar	51
<b>BÖLÜM II</b>	53
<b>YÖNTEM</b>	53
2.1. Araştırmanın Modeli	53
2.2. Evren ve Örneklem	53
2.3. Verilerin Toplanması	54
2.3.1. Beden Bölgelerinden ve Özelliklerinden Hoşnut Olma Anketi	56
2.3.2. Sosyal Beceri Envanteri	57
2.4. Verilerin Çözümlemesi ve Yorumlanması	57
<b>BÖLÜM III</b>	58
<b>BULGULAR VE YORUM</b>	58
3.1. Cinsiyete Göre Sosyal Beceri Toplam Puanı ve Altı Alt Ölçek Puanları İle Beden Memnuniyeti Toplam Puanlarına İlişkin Bulgular	59
3.1.1. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Beden Memnuniyeti Toplam Puanlarına İlişkin Bulgular	59
3.1.2. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Sosyal Beceri Düzeyi Toplam Puanlarına İlişkin Bulgular	60
3.1.3. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Duyuşsal Anlatımcılık Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular	61



3.1.4. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Duyuşsal Duyarlılık Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular	63
3.1.5. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Duyuşsal Kontrol Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular	64
3.1.6. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Sosyal Kontrol Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular	65
3.1.7. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Sosyal Anlatımcılık Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular	66
3.1.8. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Sosyal Duyarlılık Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular	67
3.2. Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Beceri Toplam Puanı ve Altı Alt Ölçek Puanları İle Beden Memnuniyeti Toplam Puanlarına İlişkin Bulgular	68
3.2.1. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Beden Memnuniyeti Toplam Puanlarına İlişkin Bulgular	68
3.2.2. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Beceri Toplam Puanlarına İlişkin Bulgular	69
3.2.3. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Anlatımcılık Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular	69
3.2.4. Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Duyarlılık Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular	70
3.2.5. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Kontrol Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular	71
3.2.6. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Duyuşsal Anlatımcılık Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular	72
3.2.7. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Duyuşsal Duyarlılık Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular	72
3.2.8. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Duyuşsal Kontrol Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular	73
3.3. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Beceri Toplam Puanı ve Altı Alt Ölçek Puanları İle Beden Memnuniyeti Toplam Puanına İlişkin F Testi Sonuçları	74
3.3.1. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Anlatımcılık Alt Ölçeğine İlişkin Bulgular	74

3.3.2. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Duyarlılık Alt Ölçeğine İlişkin Bulgular	76
3.3.3. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Kontrol Alt Ölçeğine İlişkin Bulgular	78
3.3.4. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Duyuşsal Anlatımcılık Alt Ölçeğine İlişkin Bulgular	79
3.3.5. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Duyuşsal Duyarlılık Alt Ölçeğine İlişkin Bulgular	80
3.3.6. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Duyuşsal Kontrol Alt Ölçeğine İlişkin Bulgular	81
3.3.7. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Beceri Genel Puan Ortalamalarına İlişkin Bulgular	83
3.3.8. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Beden Memnuniyeti Genel Puan Ortalamalarına İlişkin Bulgular	84
<b>BÖLÜM IV</b>	86
<b>ÖZET-SONUÇ VE ÖNERİLER</b>	86
4.1. ÖZET	86
4.2. SONUÇ	87
4.3. ÖNERİLER	95
4.3.1. Okul Psikolojik Danışmanları İçin Öneriler	96
4.3.2. Program Geliştirme Uzmanları İçin Öneriler	96
4.3.3. Araştırmacılar İçin Öneriler	97
<b>KAYNAKÇA</b>	99
<b>EKLER</b>	120
<b>EK 1.</b> Beden Bölgelerinden ve Özelliklerinden Memnuniyet Ölçeği	
<b>EK 2.</b> Sosyal Beceri Envanteri	

## SEMBOLLER ve KISALTMALAR LİSTESİ

- N** : Eleman Sayısı
- P** : p Değeri
- s** : Standart Sapma
- sd** : Serbestlik Derecesi
- t** : t Değeri
- $\bar{X}$  : Aritmetik Ortalama
- %** : Yüzde
- F** : F Değeri
- ÖY** : Özel Yetenek
- TM** : Türkçe-Matematik
- FB** : Fen Bilimleri
- TS** : Türkçe-Sosyal
- YD** : Yabancı Dil

## TABLÖLAR VE ŞEKİLLER LİSTESİ

<b>Tablo 1.</b> Araştırma Anketlerinin Uygulandığı Fakültelerdeki niversite ğrencilerinin Cinsiyet ve Sınıf Düzeyine Göre Dağılımı	<b>54</b>
<b>Tablo 2.</b> Fakültelerden rneklem Olarak Alınan niversite ğrencilerinin Cinsiyet ve Sınıf Düzeyine Göre Dağılımı	<b>54</b>
<b>Tablo 3.</b> Araştırma Anketlerinin Uygulandığı niversite ğrencilerinin Cinsiyet, Sınıf Düzeyi ve niversiteye Giriş Puan Trine Göre Dağılımı	<b>55</b>
<b>Tablo 4.</b> niversite ğrencilerinin Cinsiyete Göre Beden Memnuniyeti Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	<b>60</b>
<b>Tablo 5.</b> niversite ğrencilerinin Cinsiyete Göre Sosyal Beceri Düzeyi Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	<b>61</b>
<b>Tablo 6.</b> niversite ğrencilerinin Cinsiyete Göre Duyuşsal Anlatımcılık Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	<b>62</b>
<b>Tablo 7.</b> niversite ğrencilerinin Cinsiyete Göre Duyuşsal Duyarlılık Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	<b>63</b>
<b>Tablo 8.</b> niversite ğrencilerinin Cinsiyete Göre Duyuşsal Kontrol Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	<b>64</b>
<b>Tablo 9.</b> niversite ğrencilerinin Cinsiyete Göre Sosyal Kontrol Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	<b>65</b>

<b>Tablo 10.</b> Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Sosyal Anlatımcılık Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	<b>66</b>
<b>Tablo 11.</b> Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Sosyal Duyarlılık Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	<b>67</b>
<b>Tablo 12.</b> Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Genel Beden Memnuniyeti Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	<b>68</b>
<b>Tablo 13.</b> Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Beceri Düzeyleri Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	<b>69</b>
<b>Tablo 14.</b> Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Duyuşsal Anlatımcılık Düzeyleri Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	<b>70</b>
<b>Tablo 15.</b> Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Duyuşsal Duyarlılık Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	<b>70</b>
<b>Tablo 16.</b> Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Duyuşsal Kontrol Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	<b>71</b>
<b>Tablo 17.</b> Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Kontrol Düzeyleri Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	<b>72</b>
<b>Tablo 18.</b> Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Anlatımcılık Düzeyleri Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	<b>73</b>
<b>Tablo 19.</b> Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Duyarlılık Düzeyleri Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	<b>73</b>

<b>Tablo 20.</b> Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Beden Memnuniyeti	
Genel Ortalamalarına Ait ANOVA Sonuçları	75
<b>Tablo 21.</b> Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Beceri Genel	
Ortalamaları Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	76
<b>Tablo 22.</b> Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Duyuşsal Anlatımcılık	
Alt Ölçeğine Ait ANOVA Sonuçları	78
<b>Tablo 23.</b> Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Duyuşsal Duyarlılık	
Alt Ölçeğine Ait Puanlar Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	79
<b>Tablo 24.</b> Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Duyuşsal Kontrol	
Alt Ölçeğine Ait Puanlar Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	81
<b>Tablo 25.</b> Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Kontrol	
Alt Ölçeğine Ait Puanlar Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	82
<b>Tablo 26.</b> Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Anlatımcılık	
Alt Ölçeğine Ait Puanlar Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	83
<b>Tablo 27.</b> Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Duyarlılık	
Alt Ölçeğine Ait Puanlar Arasındaki Farklılığa İlişkin Sonuçlar	84

## ŞEKİLLER LİSTESİ

**Şekil 1:** Ergenin Beden İmajının Oluşumunu Etkileyen Faktörler

3

## ÖNSÖZ

Bu araştırmanın amacı, lisans düzeyinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin, beden memnuniyet düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığını incelemektedir. Özellikle günümüzde, medyanın sürekli güzel bedene vurgu yapması, bireylerin, beden güzelliğini insan için en önemli faktör olarak algılamasına neden olmuştur. Çalışmamızda üniversite öğrencilerinin beden memnuniyetinin ne düzeyde olduğu ve bunun sosyal ilişkilerini nasıl etkilediğini bulmayı amaçladık.

Araştırmanın birinci bölümünde; problem durumu, araştırmanın amacı, araştırmanın önemi, sayıltıları, sınırlılıkları, tanımlar, yurt içinde ve yurt dışında yapılan ilgili araştırmalara yer verilmiştir. İkinci bölümde; Araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, verilerin toplanması, analizi ve yorumlanması hakkında bilgiler sunulmuştur. Üçüncü bölümde; bulgular ve yorumlar yer almış, dördüncü ve son bölümde özet, sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

Bu çalışmamda bana hatalarımı görmemde yardımcı olan ve beni yönlendiren sayın hocam ve tez danışmanın Prof. Dr. Remzi Y. KINCAL'a, tezimin teori kısımlarını oluşturmamda yardım eden sayın hocam Yard. Doç. Dr. Ersin UZMAN'a, çalışmamın istatistiksel analizlerinde bana yardımcı olan sayın hocam Yard. Doç. Dr. Çavuş ŞAHİN'e ve Yard. Doç. Dr. Salih Zeki GENÇ'e, teşekkür ederim.

**Temel KALAFAT**



## BÖLÜM I

### GİRİŞ

#### 1.1. Problem

Üniversite öğrenimi ülkemizde 18–22 yaşlarına denk gelmektedir. Bu yaşlar son ergenlik dediğimiz dönemleri kapsamaktadır. Bu dönemde bireyin üstesinden gelmesi gereken birçok gelişim görevi bulunmaktadır. Bu nedenle, ergenlikle ilgili temel anlayışlardan söz etmek gerekmektedir.

Bu dönem bireylerinin gelişim görevlerinden birisi çocukluktan beri sürekli gelişmekte olan benliğinin daha sağlam hale gelmesini sağlamaktır. Ergen benliği kristalleşirken bir değerlendirilme ve iyileştirilme döneminden de geçmektedir. Bu, ana-baba, öğretmen ve diğer uzmanların, anlamlı ilişkiler yoluyla, ergenlerin sağlıklı ve kendini gerçekleştirmeye yönelik şekillerde büyümesine yardımcı olmada belirgin ve önemli güçler olabilecekleri anlamına gelmektedir. Hepsinden önemlisi, tipik bir ergenin benlik kavramı zayıf, incinebilir bir olgudur. Bu dönemde benliği daha olgun bir tanıma ulaştırmak çok önemli temel bir başarıdır (Adams 1995; 120–122).

Ergenlik döneminde bireye yapılacak psikolojik destek ergenin benlik saygısı kazanmasında olumlu etki yapacaktır. Benlik saygısı kazanmış birey daha mutlu ve ruh sağlığı yerinde olarak toplumda yerini alacaktır. Bireyin bütün yeterli ve güçlü yanlarını gerçeğe uygun bir biçimde algılaması, yeterli ve güçlü yanlarıyla yaşam sorunlarını kendine özgü bir biçimde çözerken yetersiz ve sınırlı yanlarını da kişiliğinin bir parçası sayabilmesi sağlıklı bir tutumdur. Bu, bireyin kendi kendini değerlendirerek kendini değerli, yeterli ve başarılı bulması anlamında kullanılan bir kavram olarak benliğe karşı geliştirilen önemli bir tutumu ifade eden, benlik saygısı kavramıdır (Kılıççı 2000; 31–33).

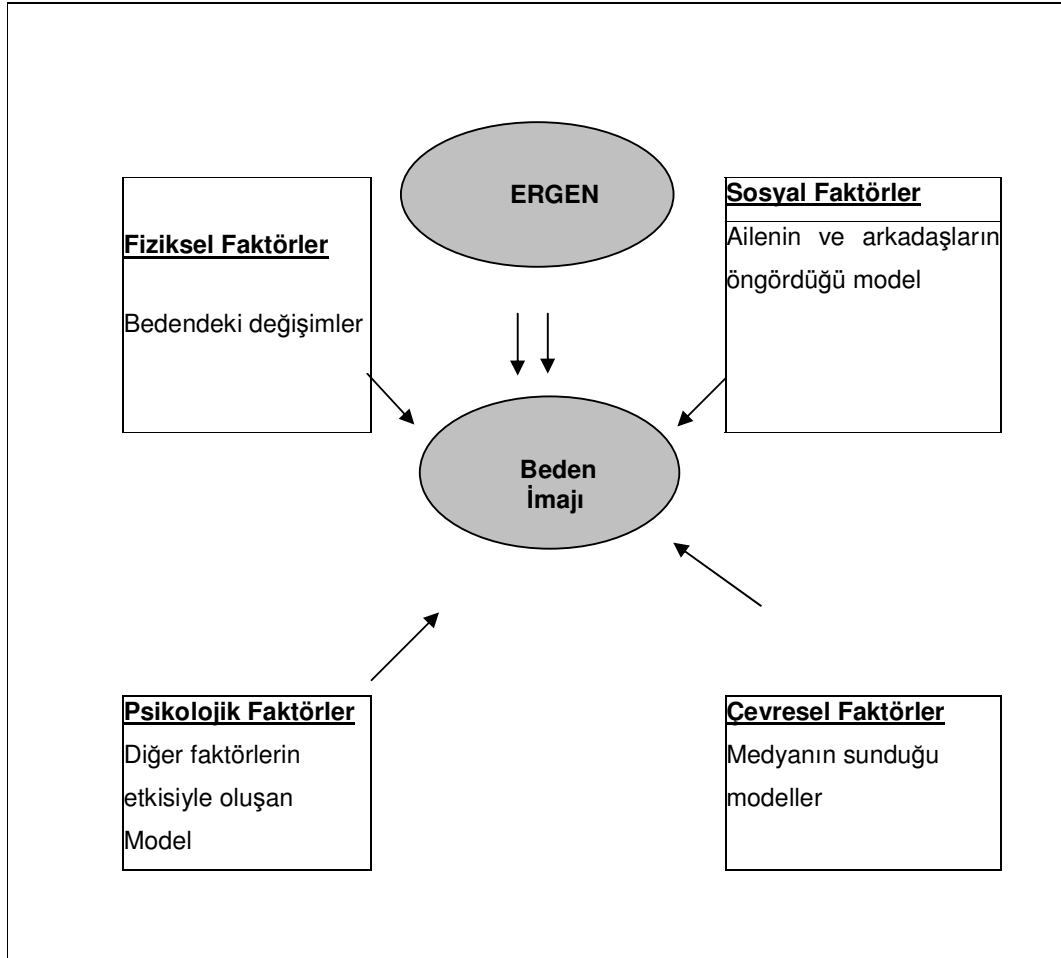
Ergenlikte başarılması gereken diğer bir görev ise, bedeni kabul etmedir. Toplumda pek az insan televizyonda ve dergilerde yer alan reklmlardaki mankenlere benzer; onlar olasılıkla toplumun güzellik ideallerini temsil etmektedirler (Gander ve Gardiner1993; 414–416). Ama önemli olan aynada algıladığımız Őeyin bizdeki beden imgesini ya da bedenimiz hakkındaki duygularımızı, benlik kavramımızı ya da birey olarak kendi hakkımızdaki duygularımızı nasıl etkilediğidir. Araştırmacılar beden imajını iki Şekilde tanımlamışlardır;

Birincisi, beden imajı değerlendirmedir. Bu bireylerin fiziksel görünüşleri hakkındaki inançlarını ve düşüncelerini değerlendirmeyi içermektedir.

İkincisi, beden imajı yatırımıdır. Bu bireylerin görünmek istedikleri Őekle ulaşmak için uğraştıkları, performans gösterdikleri bireysel davranışları açıklamaktadır (Morrison; Kalin; Morrison 2004; 571–592).Araştırmalar ikisi arasında anlamlı ilişkiler bulmuşlardır. Beden imajı ile ilgili olarak yapılan bir araştırmada, erkeklerin benlik algısı, beden imajlarındaki memnuniyetlerinden büyük ölçüde etkilenmektedir (Furnham, Badmin, Sneade 2002; 581–596). Bireyin sağlıklı gelişimi için bu gelişim görevini başarıyla ergenlik döneminde tamamlaması gerekir.

### **1.1.1. BEDEN İMAJI KAVRAMI**

Fizyolojik anlamda ergenlik süreci içerisinde büyüme ve gelişme ile ilgili en yoğun yaşantıların olduğu yaşlar genel olarak 12–16 yaş arasıdır. Fakat bu büyüme ve gelişme kimi zaman ergenliğin son dönemlerine kadar devam edebilmektedir. Bu dönemde ergen, içinde yaşadığı kültürün ideal vücut olarak sunduğu modelin etkisi altında kalarak beden imgesi kazanma sürecini yaşar. Bu anlamda, ideal vücut ölçüleri aile, arkadaş grubu ve toplum tarafından belirlenir. Ayrıca televizyondaki reklâmlarda tavsiye edilen vücut ölçüleri ve tanınmış sanatçıların tipleri de ergenin bu ideal beden imgesini etkileyen faktörler arasında değerlendirilebilir (Koç 2004; 234). Beden imgesi, birbiriyle etkileşen pek çok etkenin sonucudur (Şekil 1).



**Şekil 1.** Ergenin Beden İmajının Oluşumunu Etkileyen Faktörler (Koç 2004; 242)

Beden imgesi, sadece insan ruhu ve egonun formasyonunun oluşumu değildir, aynı zamanda sosyal düşüncenin özellikle de cinsiyet özellikli düşüncenin temel bir parçasıdır. Burada beden imajını ilgilendiren, önemli olan konu, bu sosyal kavrama katkıda bulunan ve düzenleyen, bedenle ilgili fikirlerimizi oluşturan yapıyı anlamaktır (Pechriggl 2005;109–110). Bunların içinde, bir insanın nasıl görüldüğü hakkındaki fantezileri, düşünceleri, en önemlisi de yaşitlarından daha erken ya da geç olgunlaşmış olması gibi etkenler vardır. Bu konu bir ergenin ergenliğin bir başka gelişim görevleriyle karşılaşmasındaki başarısını ya da başarısızlığını etkileyecektir. Bu her iki cinsten yaşitlarıyla yeni ve daha olgun ilişkiler kurma görevidir (Onur 1997; 415). Özellikle kızlar normallik, diğerleriyle ilişkiler ve kadınlardaki sosyal değerleri, nasıl öğreneceklerinin merkezi parçasını bedenleri olarak görmektedirler.

Kızlara göre normal görünmenin hâkim kriterleri, sağlıklı saçlar, doğru elbise ve ayakkabılar ve doğru vücut şeklidir. Onlara göre ayrıca kadınsı görünmek de çok önemlidir. Magazin dergilerindeki modeller kızların doğru ve normal algıladıkları “rol modelleri” dir. Doğru görünüşe sahip olmamak onlara göre sosyal gücü de kaybetmek anlamına gelmektedir (Oliver 1999; 1, Waack 1999; 13).

Beden imajı algısı, bozukluğu ve memnuniyeti geçmiş 20–30 yıl içerisinde büyük bir ilgiye sahne olmuştur. Bu çalışmaların çoğu öğrenciler üzerinde yapılmıştır. Daha sonraki çalışmalar kadınlar üzerinde yoğunlaşmıştır. Son çalışmalar ise çocuklar üzerinde yoğunlaşmaktadır (Furnham ve Badmin ve Sneade 2002; 581). Hangi grup üzerine yoğunlaşırsa yoğunlaşsın zayıf beden imajı ve memnuniyetsizliğinin, çocuklarda ve ergenlerde depresif semptomlarla ilişkili olduğu bulunmuştur (Rinderknecht ve Smith 2002; 316). Beden imajı bizim sosyal ilişkilerimizde başarılı olmamızda önemli bir yere sahiptir, özellikle gelişen teknoloji beden imajını insanlar için ön plana çıkarmaktadır. Beden imajındaki bozukluk ve hasar insanların sosyal ilişkilerden de kaçınmalarına yol açmaktadır. Newell ve Marks (2000; 178) beden imajlarından dolayı psikolojik zorluk yaşayan birçok kişinin, buna benzer olarak sosyal fobi yaşadığını belirtmektedir. Bu durumu bir karşı karşıya gelme ve kaçınma özellikleri ile anlatmaktadır. Karşı karşıya gelme daha uyum sağlayıcıyken, kaçınma ise bireyin ileri derecede yetersizlik ve karmaşıklığa düşmesine sebep olarak görülmektedir. Kaçınma, korku ve olumsuz yaşantılar ile daha da derinleşmekte, kişinin aktif yaşamının sınırlanmasına yol açmakta ve zararsız olan durumlar bile tehdit edici olarak algılanabilmektedir. Newell ve Marks (2000; 178) bu yüzden, kalıplaşmış korku ve kaçınmayı zarar görmüş beden imajının muhtemel tetikleyicisi olarak görmektedir. Bu model, bilişsel-davranışsal yaklaşım içinde bulunan, sosyal kaçınma için mantıklı bir açıklamadır.

Kent (2000)'in modeli de bilişsel-davranışçı yaklaşım üzerine temellenmiştir. Görünüm anksiyetesi; görünüm, algılanan sosyal normlardan değişiklik gösterdiğinde ortaya çıkabilir. Bu anksiyete bireyin “tetikleyici olay” ile karşılaştığında artabilir (bir sosyal olaya davet edildiğinde vücut bozukluğunu

herkesin görmesi gibi). Bu model, çeşitli faktörleri içeren ve bu faktörlerle bağlantılı birçok olayla birlikte, görünüm anksiyetesi üzerindeki sosyal normlar ve onun dinamiklerini açıklamaktadır. Buna rağmen bireyler çok geniş savunma stratejileri izlemektedirler ve “tetikleyici olaylar” bu anksiyeteyi açıklamada temel değildir (Rumsey ve Hercout 2004; 83–97).

Beden imajının niteliği içinde bulunulan kültüre, yaşa ve cinsiyete göre de farklılık göstermektedir. Özellikle kilo fazlalığı kızlarda ve erkeklerde farklı anlamlar ifade etmektedir. Erkekler az kiloya sahip olmayı olumlu görürken kızlar ideal olarak algılamaktadırlar. Hem erkekler hem de kadınlar, ideal beden imajı için oluşan sosyo-kültürel baskıdan kaçınmaya çalışmaktadırlar. Kızlar, kültürel olarak güzel standartları olarak kabul edilen kalıplara erkeklerden daha fazla uymaya çalışmaktadırlar (Furnham ve Badmin ve Sneade 2002; 592).

Zayıflık imajının onay görmediği bölgeler özellikle kırsal alanlardır. Çünkü teknolojik aletlerin kullanımı yaygın değildir ya da çok pahalıdır ya da kullanışlı değildir. Bu şartlar altında, kaslı olmak veya kuvvetli olmak istenilen bir özelliktir. Sharps ve ark. (2001; 519), Taylandlı ve Amerikalı gençleri karşılaştırdıkları araştırmalarında şu bulgulara ulaşmışlardır: Taylandlı kadınların beden imajı tercihi, erkeklerinkinden daha zayıftır. Taylandlı erkekler Amerikalı yaşlılarına göre vücutlarının daha ağır olmasını tercih etmektedirler. Taylandlı kızlar Amerikalı yaşlılarına göre daha zayıf bedene sahip olmayı tercih etmektedirler. Taylandlı erkekler kızların istediğinden daha zayıf bir beden tercih etmektedirler. Bu Tayland’ın geri kalmışlık düzeyiyle açıklanabilir. Tayland hala bir tarım toplumu özelliği taşıdığından fiziksel güç önem kazanmaktadır. Fakat gittikçe artan bir şekilde Batı toplumunun, özellikle Amerikan toplumunun beden imajına etkisi görülmektedir.

Beden imajı, memnuniyetsizliğinin kültüre göre değişmesinde, endüstrileşmeyle beraber kadının rolünün değişmesi, kariyer gelişimi, eş seçimi, eğitim v.b. etkenler sonucunda zayıflık; sosyal ilişkilerde ve iş ilişkilerinde başarı ve yeteneği temsil etmektedir. Kırsal kesimlerde ise beden olarak iri olmak, aile sağlığı

ve verimliliğini ifade etmektedir. Çünkü hala geniş aile yapısı devam etmektedir (Swami ve Tovee 2005; 125). Bireylerin benlikleri de toplum içindeki bu yapılara bağlı olarak özelliklerini kazanmaktadır.

### **1.1.2. BEDEN İMAJINI AÇIKLAYAN TEORİLER**

Daha önce, benlik beden ilişkisinde de belirttiğimiz gibi, bireyin benlik saygısı, kendine bakış açısı birçok faktörden etkilenmektedir. Benliğe etki eden bu faktörlerin çoğunluğu toplumun bireye yönelttiği açık ve kapalı mesajlardan oluşmaktadır. Beden imajını açıklayan modeller, genellikle bu sosyal yapı üzerinde değerlendirmede bulunmuşlardır. Beden imajını açıklayan bu modeller üç başlık altında toplanabilir:

1. Sosyokültürel Teori
2. Sosyal Kıyaslama Teorisi
3. Üçlü Etki Teorisi

#### **1.1.2.1. SOSYOKÜLTÜREL TEORİ**

Vygotsky geliştirdiği teoride, asıl olarak sosyokültürel değerleri dikkate alan bir bilişsel gelişim kuramı ortaya koymaktadır. Fakat Vygotsky'nin sistemleri bireyin bedeniyle ilgili mesajları nasıl içselleştirdiğini açıklayan çok önemli bir teoridir. Vygotsky'ye göre çocuk, başka kişiler ile etkileşimi sırasında, kültürden kaynağını almış bilişsel araçlara, örneğin kelimelere dayanarak taklit ve içselleştirme ile sosyal ve bilişsel gelişimini sağlar. Bu nedenle "yüksek" bilişsel işlevler ilk olarak sosyokültürel düzeyde görülür, ancak ondan sonra bireysel düzeyde oluşur. Başka bir deyişle, Vygotsky, zekânın sosyal çevrede başladığına ve daha sonra kendisini bilişsel yönde geliştirdiğine inanır (Bodrova 2003; 31).

Yani, Vygotsky'nin başlangıç noktası, küçük çocukların belirgin bir biçimde insan işlevlerine dayanak oluşturmaya hizmet eden birçok fizyolojik ve

psikolojik eğilimlerle donanmış bir biçimde doğmalarına karşın, yeteneklerinin büyük ölçüde kültürel pratikler ve çocukların içinde buldukları topluluğun düşünce sistemleri tarafından biçimlendiriliyor olmasıdır (Gillen 2000; 191). Diğer bir deyişle, Vygotsky, Piaget'in ifade ettiği gibi çocuğun kaba bir biçimde kavramsal bir dünya meydana getirmeye çalıştığını kabul etmemektedir. Bu kuram, dilbilimsel ve diğer sembolik sistemleri, bilişsel çerçeveleri ve somut bilgileri de kapsayan birikimli kültür kaynaklarının çocuklara sistematik bir biçimde aktarımını kapsamaktadır. Bu kaynaklar, çocukların dünyayı yorumlamalarına yol göstermekte ve onların karşılaştırdıkları çeşitli fiziksel ve sosyal yapıları sistemleştirmelerine yardımcı olmaktadır (Nicolopoulou 2004; 147).

#### **1.1.2.1.1. Vygotsky'nin Bilişsel Gelişim Kuramının Sosyokültürel Yanı**

Vygotsky'nin kuramının gelişim psikolojisine en önemli katkısı, “öğrenmenin sosyo-kültürel” yanını vurgulamasıdır. Dikkat edilirse, Piaget'in kuramında bilişsel gelişim çevresel değişkenlerden pek etkilenmez, kendiliğinden bir düzen içinde oluşur. Vygotsky'e göre çocuğun bilişsel gelişimi çocuğun içinde yaşadığı sosyal ve kültürel ortamdan etkilenir. En önemlisi akranlar ve yetişkinlerin yaptıkları veya çocuğa öğrettikleri, çocuğun zihin gelişimini etkiler. Çocuk problem çözerken, kendi bilgilerini kullanabileceği gibi, akranlarının veya yetişkinlerin yardımından da yararlanabilir (Arı 2003; 52).

Sosyokültürel teorinin bir bölümü “Sosyokültürel” yapıyla ilgilidir. Bu yapıya göre, bireylerin toplumdan aldıkları mesajların, zihinde nasıl içselleştirildiği bizim için önemli bir konudur. Bu konuda Morrison ve ark. (2004; 135) sosyokültürel teorinin kızların, fiziksel görünümünden memnuniyetsizliğini nasıl açıkladığıyla ilgili bir çalışma yapmıştır. Onlara göre bunun nedenlerini belli başlıklar altında şu şekilde toplanabilir.

- Zayıf beden Batı toplumlarında daha fazla takdir görmektedir.

- Kızlarda bedeni doğal bir yapı olarak görmekten ziyade, cinsel bir nesne olarak, görme eğilimi vardır.
- Zayıflığın çekici olmak gibi birçok ödülü barındırdığına, zayıf olmamanın ise toplumsal desteği kaybetme gibi birçok maliyeti de beraberinde getirdiğine inanırlar.

Daha önce de belirtildiği gibi, Kuzey Amerika'da, ideal beden imajı olarak zayıflık vurgulanmaktadır. Zayıflığın birçok iyi özellikleri beraberinde getirdiğine inanılmaktadır ve bu yüzden zayıflık uğraşılmaya değer bir özellik olarak görülmektedir.

#### 1.1.2.1.2. Kadınlarda Sosyokültürel Teori ve Beden İmajı

**Zayıf Beden İdeali:** Kuzey Amerika' da kızların tanımladıkları ideal beden ölçüleri ile kadınların gerçek beden ölçüleri arasındaki fark giderek artmaktadır. Araştırmacılar 30 yaşındaki kızların giderek ağırlaştığını belirtirken, kadınların medyadaki ideal imajının giderek zayıfladığını belirtmektedir. Araştırmacılar televizyondaki aktörlerin %69,1'inin zayıf olduğunu bulmuşlardır. Bu oran erkeklerde ise %17,5 dolaylarındadır.

**Beden Nesnedir:** Medyadaki kızların fiziksel görünümünün kullanım şekli kızların, beden cinsel bir nesnedir anlayışına sahip olmalarına sebep olmaktadır. Araştırmacılar televizyondaki reklâmların çok azının kız modellerin vücudunun tamamına odaklandığına dikkat çekmektedir. Odaklanma daha çok beden parçalarına olmaktadır. Aynı zamanda televizyondaki kız modellerin çoğunun erkeklere göre daha aktif olmadığı bulunmuştur (Modeller oturuyor ya da yatıyor, hareketsiz bir durumda). Bu da kızların, bu ideal model yapısını hareket etmeden de kazanabiliriz anlayışına sahip olmalarına sebep olmaktadır.

**Zayıf Güzeldir:** Çoğu medya zayıflığın güzel olduğu iddiasını belirtmektedir. Sosyokültürel teori ve beden imajı değerlendirmesi toplumun



medyada yansıtıldığı şekildeki zayıf beden idealinin, kızların beden imajı değerlendirme şekillerini etkilediğini belirtmektedir. Ergen kızların beden memnuniyetsizliğinin, televizyonda izledikleri dizilerin toplam zamanıyla pozitif ilişki içinde oldukları bulunmuştur. Aynı zamanda, moda dergilerinin güzellik ve güzel beden ölçülerinin önemli kaynaklar olduğunu düşünen kız ergenlerin, önemli kaynaklar olmadığını düşünen ergenlere göre, beden memnuniyetsizliğinin daha fazla olduğu bulunmuştur.

**Sosyokültürel Teori ve Beden İmajı İçin Yapılan Yatırımlar:** Yoğun medya baskısı ve beden imajı yatırımları arasında deneysel bir ilişki bulunmuştur. Moda dergilerinin güzellik için önemli kaynaklar olduğunu düşünen kızların, egzersiz yapma, yemek yemeyi kesme gibi kilo yönetimi davranışlarına daha fazla başvurdukları görülmüştür. Aynı zamanda, yüksek derecede ideal beden imajı içeren programları izleyen kızların, anoreksiya nevroza ve bulimiyanın davranışsal karakteristiklerini gösterme ihtimali yüksek bulunmuştur (McCabe ve Ricciardelli 2001; 225–240).

### **1.1.2.1.3. Erkeklerde Sosyokültürel Teori ve Beden İmajı**

Araştırmacılar “Sosyokültürel Teori ve Erkek Beden İmajı” arasındaki ilişkiyi belli başlıklar altında şöyle toplamışlardır:

- Medya yoğun şekilde erkeklerde kaslı beden imajını vurgulamaktadır.
- Bu yoğun vurgu sonucu erkekler, “ beden doğal bir olgudur ” dan beden cinsel bir nesnedir anlayışına sahip olmaktadır.
- Bu idealden uzak olan çok zayıf ya da çok şişman erkekler, negatif beden imajı değerlendirmesine sahip olmaktadır ve/veya beden imajını düzeltmek için birçok yatırımda bulunmaktadır.

**Kaslı Beden İdeali:** Araştırmacılar, araştırmalara katılan erkek ve kız katılımcıların çoğunun, zihninde ideal bir erkek imajı taşıdığını belirtmektedirler. Bu ideali tanımlamaları istendiğinde %74'ü kaslı erkek, %8'i ise zayıf erkek modelini tanımlamışlardır. Aynı zamanda her iki cinsten deneklerin katıldığı bir araştırmada, katılımcılar kaslı erkeklerin, çekici, cinsel olarak aktif, güvenli ve popüler bir imaj oluşturduklarını belirtmişlerdir. Az kasa sahip erkeklerin ise yalnız ve depresif bir imaj oluşturduklarını belirtmişlerdir. Medya kaslı erkeğe yoğunlaşsa bile, toplum daha çok sağlıklı ve düzgün fiziğe odaklanmaktadır.

**Beden Nesnedir:** Görsel ve yazılı medyadaki birçok program, reklam ve yazı, erkeklerin bedeninin cinsel bir nesne olduğuna dair birçok gizli ve açık mesaj içermektedir. Fakat bu gizli ve açık mesajlar kızların bedenleri ile ilgili olarak iletilen mesajlara nispeten daha az yoğunluktadır.

**Kaslı Olmak Güzeldir:** Görsel ve yazılı medya kızlarda olduğu gibi bu özelliğin güzel olduğunu kaslı olmayan erkeklere taşımaktadır. Böylece kas yapısı düşük olan ergenler, görsel ve yazılı medyadaki bu gizli ve açık mesajlar ile kendi bedenlerinin ideal olmadığı duygusuna kapılmaktadırlar.

**Sosyokültürel Teori ve Erkeklerin Beden İmajı Yatırımları:** Yine medyanın verdiği mesajlarla bağlantılı olarak, erkeklerin beden imajı değerlendirmelerinin ve yatırımlarının etkilediği belirtilmektedir.

Sosyokültürel yapı içerisindeki terimlerde, özellikle annelerin çocuklarını kilo vermeye ve kas yapısını arttırmaya teşvik ettikleri görülmüştür. Anneler kızlarına, bedenleriyle ilgili genel dönütler sağlayarak bu mesajları göndermektedirler. Kızlar ve erkekler kilo ve kas yapısını artırma yönündeki bu görüşleri algılama biçimlerinde bir fark göstermemektedirler. Sonuçlar kızların, erkeklere oranla toplumun ideal gördüğü beden imajına ulaşmak için annelerinden daha fazla teşvik aldıklarını ortaya koymaktadır (McCabe ve Ricciardelli 2001; 225–240).

### 1.1.2.2. SOSYAL KIYASLAMA TEORİSİ

Maddox (2005; 1116), Festinger'in Sosyal Kıyaslama Teorisini şöyle tanımlamıştır: Birinin kendini değerlendirmesi nesnel olarak mümkün değilse, bireyin kendini değerlendirmek için kıyaslama ihtiyacı işe koşulur. Festinger'in görüşüne göre bireyler, kıyaslama için kendilerine benzer nitelikte hedefler ararlar. Fakat son dönemde yapılan araştırmalar, kızların kıyaslama için medyadaki güzel beden ideallerini örnek aldıklarını ve bu yüzden aradıkları hedeflerin her gün defalarca karşlarına çıktıklarını göstermektedir. Eğer bir bireyin amacı, kendi görünümünü doğru olarak değerlendirme ise (acılı olsa bile), bazen yanlış kıyaslamalara gitmesi kaçınılmazdır. Festinger'in Sosyal Kıyaslama Teorisi' nin bazı yönelimleri şunlardır;

1. Bireyler, görüşlerini ve yeterliliklerini değerlendirmeye zorlanmaktadır.
2. Objektif, sosyal olmayan kriterlerin yokluğu içinde bireyler, kendilerini değerlendirmeye zorlanmaktadır (Görüşlerini ve yeterliliklerini diğerlerinininkiyle kıyaslamaktadırlar.).
3. Her ne zaman olursa olsun sosyal kıyaslamalar, kendilerine benzer diğerleriyle yapılmaktadır (Suls ve Wheeler 2000; 23–45).

Sosyal Kıyaslama Teorisi, ilk yapısından bu yana birçok değişime uğramıştır. Birincisi, anlaşılmıştır ki içsel olarak kuvvetli kıyaslamalar ortaya çıkabilir. Bu kıyaslama işleminin hareket noktası, bireylerin kendilerine yakın olmayan birisiyle kendisini kıyaslamada bulunmasıdır. İkincisi, sosyal kıyaslamalar fiziksel görünüş ve yeme alışkanlıkları ile ilgili olabilir. Kıyaslama işleminin duygusal sonuçları, kıyaslamanın yönü tarafından etkilenebilir (Yukarı yönlü veya aşağı yönlü olması). Aynı zamanda hedefin karakteristiğinden de etkilenebilir (evrensel veya özel nitelikte). Aşağı yönlü kıyaslamaların (örneğin birinin kendisini başkalarının olumsuz yönleriyle kıyaslaması) öznel iyi olmayı arttırdığına

inanılmaktadır. Yukarı yönlü kıyaslamalar (birinin kendisini karşıdaki kişinin olumlu yönleriyle kıyaslaması) kişinin kendi olumlu görüşünü arttırmasını engellemektedir. Ek olarak evrensel hedefler (yoğun medya gibi kaynaklardan uzak hedefler), özel hedeflerden daha fazla ideal çekicilik standartları içeren daha çok toplumsal baskı özellikleri bulundurmaktadır (aile ve arkadaşlar gibi daha birincil kaynaklar) (Morrison, Kalin ve Morrison 2004; 576).

#### **1.1.2.2.1. Sosyal Kıyaslama Teorisi ve Beden İmajı Değerlendirme**

Araştırmacılar, fiziksel görünümün bölümleri üzerindeki sosyal kıyaslamaların aşağı yönlü olmaktan çok yukarı yönlü olduklarını belirtmişlerdir. Bu tip kıyaslamalar genellikle çekicilikle ilgili kendilik algısında azalmaya neden olmaktadır. Araştırmacılar magazin dergilerindeki modeller ile kendini kıyaslamının düşük çekicilik algısına sebep olduğunu bulmuşlardır (Jones 2004; 827). Aynı zamanda bireyin yaşla birlikte geliştirdiği gelişim, sürekli olarak sosyal kıyaslamalar yoluyla değerlendirilmektedir. Birey bu değerlendirmeler ile benliğinde ve beden imajında bir değerlendirme yapar (Butler 1998; 1054–1073).

#### **1.1.2.2.2 Sosyal Kıyaslama Teorisi ve Beden İmajı Yatırımı**

Sosyal kıyaslama teorisi, kendini başkalarının özellikleriyle kıyaslamının birey üzerindeki etkilerini incelemektedir. Çok az araştırmacı sosyal kıyaslama teorisi ve beden imajı yatırımı arasındaki bağlantıyı incelemişlerdir. Araştırmacılar, kendilerini evrensel beden imajı ölçüleriyle kıyaslayan kızların kilo kaybetmek amacıyla birçok yöntem kullandıklarını belirlemişlerdir. Fakat araştırmalar ise erkeklerin sosyal kıyaslamayı beden imajı değerlendirmelerinde çok fazla kullanmadığını göstermektedir (Morrison, Kalin ve Morrison 2004; 571–592).

### 1.1.2.3. ÜÇLÜ ETKİ TEORİSİ

Beden imajı bozuklukları ve yeme bozukluklarının etiyojisi üzerine olan son teorik yaklaşımlar, çok yönlü modellere odaklanmaya başlamıştır. Thompson ve ark. (Keery ve ark. 2004; 237–251) tarafından ortaya konulan üçlü etki modelinde, beden imajı bozukluklarının ve yeme bozukluklarının üç çekirdek kaynağı incelenmektedir. Bu kaynaklar aile, akranlar ve medyadır. Ek olarak Thompson ve ark. tarafından ortaya konulan bu model, etki ve rahatsızlık arasındaki ilişkiyi ortaya çıkaran en az iki faktörü açıklamaktadır. Bu faktörler, görüntü kıyaslaması ve medya bilgisinin içselleştirilmesidir. Berg ve ark (2002; 1017–1020) yaptığı çalışmada, görüntü kıyaslamasının, beden imajı üzerindeki etkisini ve bunun sonucu olarak sınırlayıcı ve bulimik davranışlar ile aile ve medya arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktadır. Buna ek olarak akranların, bireyin kendi bedenini değerlendirmesinde doğrudan bir etkiye sahip olduğu ortaya konulmuştur. Çalışmada mükemmeliyetçiliğin, beden imajı memnuniyetsizliğiyle ilişkili olduğu ileri sürülmesine rağmen aslında görüntü kıyaslamasıyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Üçlü etki teorisi’ni anlamak için bu parçaların her birinin ayrı ayrı incelenmesinde fayda vardır. Çünkü teorinin içinde bulunan aile, akran ve medya etkisi, ilişki türlerine göre farklılık göstermektedir.

#### 1.1.2.3.1. Beden İmajına Akran Etkisi

Üçlü Etki Modeli’nin birinci çekirdek parçası, beden imajına akran etkisidir. Araştırmalar göstermiştir ki özellikle ergen gençlerde arkadaşlardan alınan mesajlar, beden imajını değerlendirmede çok önemli bir yere sahiptir. Ergenlik döneminde arkadaş çevresinin (klikler ve klanlar) kişilik gelişimi üzerindeki etkileri, diğer bütün çevresel etkilere oranla daha güçlüdür. Ergenlikte kişilik, iki yönlü bir etkileşim içindedir. Bir yandan “içsel hayat” derinleşirken, diğer yandan ise, “başkalarıyla ilişkiler” genişler. Benlik bilinci bu etkileşime bağlı olarak gelişimini sürdürür. Bu açıdan kişilik, psikososyal gelişimin kesin belirtilerini içerir. Yani ergen, bir taraftan başkalarının görüş ve kanaatleri ile aşırı derecede ilgilenirken diğer taraftan da iç dünyasında ortaya çıkan değişimleri takip eder (Koç 2004; 240–

243). Özellikle kız ergenlerin bedenleri ile ilgili düşünceleri arkadaşları ile yaptıkları konuşmalar ve sosyal kıyaslamalar ile yakından ilişkilidir. Yapılan bu konuşmalar sosyal kıyaslamamanın önemli bir bölümünü oluşturmaktadır. Kızlar için sosyal kıyaslamamanın uyumlaştırıcı rolü görünümle ilgili diyaloglar ve beden memnuniyetsizliği ile ilgili ilişkinin bir kanıtıdır. Arkadaşlar tarafından alaya alınma, hem erkekler hem de kızlar için beden memnuniyetsizliğine sebep olan bir etkidir. Bu erkeklerin üzerinde tahmin edilenden de fazla bir etkiye sahiptir. Akranlar tarafından alaya alınma özellikle gelişimin ilk yıllarında önemli bir etkiye sahiptir (Jones 2004; 833–834).

#### **1.1.2.3.2. Beden İmajına Ailenin Etkisi**

Ergenlerin sosyalleşmesinde en büyük etkiyi anne ve babalar yapmaktadır. Erkan (2002; 125–131), yaptığı araştırmada sosyal kaygı düzeyi yüksek öğrencilerin ailelerinde, sosyal kaygı düzeyi düşük öğrencilerin ailelerine göre demokratik tutumların görülme oranının daha az, koruyucu ve otoriter tutumların görülme oranının ise daha fazla olduğunu belirtmiştir. Bu sonuçlar, ana baba tutumlarının ergenlerin sosyalleşme düzeyine etki ettiğini gözler önüne sermiştir. Bunun yanında doğal olarak, geniş aile ve çekirdek ailenin diğer üyeleri de ergenlerin sosyalleşmesine etkide bulunmaktadır. Buna rağmen, anne ve baba çocuklarla geniş ailenin diğer üyelerine göre daha fazla vakit geçirdiğinden dolayı, ergenlerin sosyalleşmesinde daha büyük etkiye sahiptir.

Ailenin çocuk üzerindeki etkisi, ergen olarak nitelendirildiğinden itibaren başlamaz. Tersine araştırmalar, anne babanın çocuk üzerindeki etkisinin, çocukluk ve ergenlik yıllarında sürekli olduğunu göstermektedir. Anne ve babanın, çocuğun üzerinde iyi bir etki yapması için, ergenliğin ne olduğunu ve ne zaman başladığını bilmesi gerekir (Dusek 1987; 146).

Ergenlerin beden imajına medya ve akran etkisi üzerine birçok araştırma yapılmasına rağmen, anne ve babanın, ergenin beden imajına etkisi üzerine literatürde pek fazla araştırmaya rastlanmamaktadır. Yapılan az sayıda araştırma

göstermektedir ki anne ve babanın verdiği mesajlar, ergenin beden imajında önemli bir rol oynamaktadır.

McCabe ve Ricciardelli (2001; 162), yaptıkları çalışmada, sosyokültürel yapı içerisindeki terimlerde, özellikle annelerin çocuklarını kilo vermeye ve kas yapısını arttırmaya teşvik ettikleri görülmüştür. Anneler, kızlara, bedenleriyle ilgili genel dönütler sağlayarak, bu mesajları göndermektedirler. Kızlar ve erkekler kilo verme ve kas yapısını artırma yönündeki bu görüşleri, algılama biçimlerinde bir fark göstermemektedirler. Sonuçlar göstermektedir ki, kızlar erkeklere oranla toplumun ideal gördüğü beden imajına ulaşmak için annelerinden daha fazla teşvik almaktadırlar.

Annelerin tersine, ergen kızlar ve erkekler, babalarının beden imajıyla ilgili farklı mesajlar verdiklerini belirtmişlerdir. Ergenler babalarından, cinsiyetlerine ilişkin mesajlar almamaktadırlar. Sadece, babalarından kilo vermeleri ve kas yapısını geliştirmeleri yönünde mesajlar alan az sayıda ergen bulunmaktadır.

Stanford ve McCabe (2005; 111), yaptıkları çalışmalarında, anneler ve yakın arkadaşlardan alınan, kilo kaybetmeyle ilgili negatif mesajların, kiloyla ilgili düşük memnuniyete sebep olduklarını bulmuştur.

#### **1.1.2.3.3. Beden İmajına Medya Etkisi**

Üçlü Etki Modeli'nin üçüncü ve en önemli ögesi beden imajına medyanın etkisidir. Yapılan araştırmalar göstermiştir ki beden imajına en büyük etkiyi medya yapmaktadır. Beden imajı üzerine en fazla araştırma bu konuda yapılmıştır.

İletişim sosyolojisine göre, kitle iletişim araçlarının belirleyici özelliği teknik araçlar kullanarak, zaman ve uzay içinde büyük sayılarda tekrarlanabilen mesajları, büyük izleyici topluluklarına iletmesidir (Geray 2003; 17; akt. Uğur ve Şimşek 2004; 549). Beden imajıyla ilgili birçok mesaj bu tanımda yer aldığı gibi,

büyük sayıda ekranda tekrarlanan program, reklâm vb. yoluyla seyirciye iletilmektedir.

Uğur ve Şimşek (2004; 549–561), televizyon reklâmlarının toplum içinde oluşan geleneksel seks imajını vurguladığına inanılmaktadır. Bu tip bir vurgulama, kadınların gösterildiği şekilde bir cinsel obje olarak düşünülmesine yol açmaktadır. Televizyon reklâmlarında, kadınların bir seks objesi olarak gösterilmesi, toplumdaki insanların da aynı şekilde düşünmelerine neden olmaktadır. Birçok ürün reklâmında, kadınların nesne olarak, yalnızca cinsel çekiciliği ön planda olan bir obje olarak kullanıldığı iddia edilmektedir. Reklâmlarda, kadınların vücutlarını sergilemeleri erkeklere oranla daha yaygındır. Özellikle, iç giyim, kadın bağı ve çorap reklâmlarında kadınların vücutları daha ön plana çıkmaktadır. Kadınların, giyinirken ya da soyunurken, mayolu ya da yarı çıplak karelerin bulunduğu birçok reklâm mevcuttur. Bu tür reklâmlarda kullanılan kadın vücutları çirkin olmadığı gibi, son derece düzgün ve çekicidir. Reklâmda kadın, bir yandan, bir erkek bakışının nesnesi durumuna düşerken, diğer reklâmlarda yer alan fetiş nesnelere örnek gösterilebilir. Kadın bacakları, dudakları, saçları, reklâmlarda yer alan fetiş nesnelere örnek gösterilebilir. Erkeklerin kitle iletişim araçlarında kullanım şekli ise zamanla daha geniş bir kapsam oluşturmuştur. Örneğin sadece, otomobil, alkol, sigara markaları ve hayat sigortaları reklâmlarında yer alırken daha sonraki yıllarda bu liste uzamaya başlamıştır. Kozmetikten iç giyime, sağlıktan saç bakım ürünlerine kadar erkekler reklâmlarda yer almaya başlamıştır. Reklâmlarda yer alan erkekler de beden olarak çekici bir imaj çizmektedirler. Örneğin; televizyon reklâmlarında “after shave” kullanan erkekler, başarılı ve çevreleri tarafından beğenilen kişilerdir. Fakat kadınların reklâmlarda cinsel obje olarak yaygın şekilde kullanılmasına rağmen aynı yaygınlık erkeklerde görülmemektedir. Erkekler çıplak görüntülenmemekte ya da kadınlarda olduğu gibi belirli yerleri fetiş nesnelere olarak görülmemektedir. Erkek objeler çıplak olarak kadın objelerle beraber gösterilmektedir. Erkekler Türkiye’de televizyon reklâmlarında Türk toplum yapısına uygun rollerde karşımıza çıkmaktadır.



Yapılan alışmalar göstermiştir ki televizyondaki mesajlar özellikle kızlara yöneliktir. Televizyondaki zayıf kız modellerinin kızlar üzerindeki etkisine baktığımız zaman, kızların kendini değerlendirme şartı içinde, bu modelleri gören ve kendisiyle sosyal kıyaslamaya giden kızlarda bedene odaklanmış bir anksiyete yaşandığı gözlenmiştir. Medya etkisi, kızlarda erkeklerden daha fazla grlmektedir. Medya kızlar için sosyal olarak kabul gören farklı formlarda, birçok imaj ortaya koymaktadır. Tersine erkekler için ideal imajlar bu kadar açık verilmemektedir. Erkekler bu tanımlanan ideal imajlara ulaşmak için medyadan yoğun baskı görmemektedirler (McCabe ve Ricciardelli 2001; 155–160; Hargreaves ve Tiggeman 2004; 357–359). Televizyondaki ideal kız imajlarını izleyen kız izleyicilerin, düşük beden memnuniyeti ve yüksek depresyon sergiledikleri grlmüştir (Fallor ve Hausenblas 2005; 69–71). Fakat bu medya imajlarına maruz kalmadan önce bilgilendirilen kızların, medyanın zayıf ideal imajlarına karşı ters tepkiler verdikleri bulunmuştur (Yamamiya, Cash, Susan ve ark. 2005; 78–79).

Ergenlerin büyük çoğunluğu zayıf olma ihtiyacını, kız arkadaşlardan onay görmek ve kendine güven konusunda motive edici olduğu için istediklerini belirtmişlerdir. Bu ergenlerin niçin zayıf olmak istediğini açıklar (Mooney ve ark. 2004; 349–351).

### **1.1.3. SOSYAL BECERİ İLE İLGİLİ KURAMSAL GÖRÜŞ VE YAKLAŞIMLAR**

#### **1.1.3.1. SOSYAL BECERİNİN TANIMI**

Birey için başkalarının olumlu tepkiler vermesine yol açabilecek ve olumsuz tepkileri önleyebilecek becerilere sahip olmak önemlidir. İnsan, başkalarıyla etkileşimi mümkün kılacak, sosyal açıdan kabul edilebilir olan davranışlara sahip olmak ister. Diğerinin duygularını anlayabilme ve bu duyguları yönlendirmek amacıyla harekete geçebilmek, insanlarla ilişki yürütme sanatının özünü oluşturur. Bu beceriler, genel olarak, sosyal beceri olarak adlandırılmaktadır. Ancak sosyal

becerileri oluşturan bileşenlerin neler olduğu konusunda ortak bir anlayış yoktur.

Bunlar başkalarıyla ilişkide etkili olabilmeyi sağlayan sosyal yeteneklerdir; buradaki eksiklikler sosyal dünyada yetersizliğe veya kişiler arası ilişkilerde tekrar tekrar felakete yol açar. Hatta tam da bu becerilerin eksikliği, en parlak zekâlı kişilerin ilişkilerini berbat ederek, ukala, itici ya da duyarsız olarak algılanmalarıyla sonuçlanır. Bu sosyal yetenekler kişinin bir ilişkiyi şekillendirmesine, başkalarını harekete geçirip teşvik etmesine, yakın ilişkileri sürdürebilmesine, insanları ikna edip etkilemesine ve rahatlamasına olanak tanır (Goleman 2005; 144–148).

Sosyal becerilerin anlamı üzerinde yıllardan beri çok şeyler söylenmiş ve sosyal becerilerin çeşitli tanımlamaları yapılmıştır. Bu tanımların çoğunda şu öğelerin ortak olduğu belirtilmektedir;

1. Başkalarının olumlu tepkiler vermesine yol açacak ve olumsuz tepkileri engelleyecek, başkalarıyla etkileşimi mümkün kılacak, sosyal olarak kabul edilebilir olan öğrenilmiş davranışlar olarak sosyal beceriler,
2. Çevrede etki bırakan, hedefe yönelik davranışlar olarak sosyal beceriler,
3. Duruma özgü ve sosyal içeriğe göre değişen sosyal beceriler,
4. Hem belirli gözlenebilir davranışlar, hem de gözlenemeyen bilişsel ve duyuşsal öğeler içeren davranışlar olarak sosyal beceriler (Cartledge ve Milburn 1983, Akt. Yüksel 2004; 4)

Sosyal becerilerin anlamı üzerinde daha önce yapılan genellemeleri geçerli sayarak şöyle bir tanım yapılabilir; sosyal beceriler, kişilerarası ilişkilerde sosyal bilgiyi alma, çözümlenme ve uygun tepkilerde bulunma, hedefe yönelik ve sosyal bağlama göre değişen; hem gözlenebilen hem de gözlenemeyen bilişsel ve duyuşsal öğeleri içeren ve öğrenilebilir davranışlardır (Yüksel 2004; 5).

Gelişim dönemi özelliklerine göre birey, özellikle okul öncesi ve ilköğretim birinci kademedeki başkalarının keşfi ile birlikte onlarla geçinme ve iyi ilişkiler kurma amacıyla sosyal becerilere ihtiyaç duymaktadır. Toplumsal düzen, insanların sosyal becerileri sayesinde sağlanabileceğinden, bu becerilere sahip birey sayısının fazla olmasının önemi daha iyi anlaşılmaktadır. Toplumsal düzen bir yana, birey olarak insanın ruh sağlığı onun diğer bireylerle sağlıklı ilişkiler kurmasına bağlı olduğundan sosyal beceriler bireyin ruh sağlığı için büyük önem taşımaktadır (Genç 2005; 42).

Sosyal becerilerin gelişmesi birçok faktöre bağlıdır. Özellikle bireylerin çocukluk ve ergenlik döneminde yaşadığı olaylar bu becerilerin gelişmesinde büyük öneme sahiptir.

### **1.1.3.2. SOSYAL BECERİ MODELLERİ**

Sosyal beceriler anlamında sosyal becerinin ne olduğu, nelerden (hangi ve nasıl davranışlardan oluştuğu veya becerilerden) oluştuğu, özelliklerinin ve şartlarının neler olduğu konusunda bir uzlaşma sağlanabilmiş değildir. Fakat açıklanan bu modeller, konuyla ilgili belli kuramsal tanımlamaları yapmaktadırlar.

#### **1.1.3.2.1. MOTOR SOSYAL BECERİ MODELİ (ARGYLE 1967)**

Argyle, sosyal becerinin bir motor beceri modeli olduğunu öne sürmektedir:

Aralarında benzerlikler olmasına rağmen, Argyle sosyal becerilerin bir takım farklı özelliklere sahip olduğunu belirtmiştir. Bu özellikler;

1. Diğerleriyle ilişki kurma ihtiyacı.
2. Her ikisinin de rahat olabilecekleri, düz bir etkileşim örüntüsü olmalıdır. Çeşitli amaçlar için çeşitli ilişki dereceleri gerekebilir.
3. Karşıdaki kişiyi güdüleme ihtiyacı. Karşıdakinin ilişkiyi sürdürmesi için güdülenmesi gerekir.

4. Başkalarının endişe ve savunuculuğunu azaltma ihtiyacı.

5. Sosyal davrananların (uygulayıcı) danışanda oluşturdukları izlenime ilgileri.

Diğer motor becerilerde bu özellik ve ihtiyaçlar genellikle bulunmaz.

Argyle'nin bu analizi oldukça yararlı olmakla birlikte, kendisi bu analizi özellikle sosyal uygulayıcı (social performer) olarak nitelediği sosyal mesleklerde çalışan kişiler üzerinde durmaktadır. Sosyal beceri gerektiren belli başlı meslekler olarak toplumsal tarama görüşmesi, değerlendirme görüşmesi, satış, hatiplik, çalışma gruplarının denetlenmesi, personel görüşmesi, öğretim, psikoterapi, danışma ve çocuk bakımını ele almaktadır. Bir başka ifade ile yukarıda belirlenen özellikler de daha çok bu mesleklerde çalışan kişiler için düşünülmüştür (Bacanlı 2005; 28–45).

#### **1.1.3.2.2. ÜRETİCİ SOSYAL BECERİ MODELİ (TROWER, 1982)**

Trower (1982, akt. Bacanlı 2005; 31–36), sosyal becerinin üretici (generative) bir modelini öne sürerken, modelini Harre ve Secord'un insan davranışı modeline ve Mischel'in sosyal öğrenme modeline dayandırmaktadır.

Bunlardan Harre ve Secord'un modelinde “insan davranışlarındaki” düzenlilik iki insan anlayışına dayanmaktadır: a. Güçlerin itme ve çekmelerine cevap veren bir nesne olarak insan, b. Kendi davranışını yönlendiren bir “ajan” olarak davranan insan/kişi. Bu anlayışlar, insan davranışına amaç ve hedefleri getirir.

İkinci olarak Trower, Harre ve Secord'dan sonra Mischel'in sosyal öğrenme modelini ele almaktadır. Mischel, özellik kuramlarını eleştirdikten sonra, davranışla ilgili kişi değişkenlerini ararken kişinin genelde hangi özelliklere sahip olduğundan ziyade belli durumlarda kişinin yapılandırdıklarının daha önemli olduğunu iddia etmiştir.

Bu iki modeli gözden geçiren Trower, sentez niteliğinde bir üretici sosyal

beceri kavramını ortaya atmaktadır. Bu kavramın temelinde dört önemli değişken vardır:

- a. (iç ve dış olayları) gözleme yeteneği
- b. (gözlenen) performans yeteneği,
- c. Hedefler ve standartlar,
- d. Bilişsel temsiller ve mantıksal fonksiyonlar,

Trower, modelinin, sosyal becerinin bilişsel bir özellik olduğunu ve kendini ayarlamının sosyal beceri olduğunu belirtmektedir. Hatta kendini doğrulayan kehanetler ve davranışsal doğrulamalar da kolayca modelde yerlerini bulabilirler. Tabii ki, modelde diğer bilişsel sosyal beceri anlayışları gibi Ellis'e ve yanlış inançlara da yer vardır.

Son olarak Trower üç öneride bulunmaktadır;

1. Modele dayalı ölçme çalışmalarının yapılması,
2. Sosyal beceri eğitiminin sosyal becerinin öğelerinden ziyade, sosyal beceri performansı üretme sürecine ağırlık vermesi,
3. Geçersiz çıkarımlar ve olumsuz değerlendirmeleri de içerecek eğitim programlarının geliştirilmesi (akılcı-duygusal terapi ve bilişsel terapilerin bu noktadaki yararı açıktır).

Trower'in modelinin diğer sosyal beceri anlayışlarından farkı daha geniş bir teorik platformda bulunmasıdır. Diğer modeller insan anlayışları üzerinde onun kadar teorik arka plan sağlamamaktadır.

### **1.1.3.2.3. ÜÇ SİSTEM YAKLAŞIMI (MCFALL 1982)**

McFall geliştirilen sosyal beceri modellerinin iki grupta toplanabileceğini belirtmekte ve bunları özellik modelleri (sosyal beceriyi bir özellik olarak gören modeller) ve moleküler modeller (tekil sosyal davranışlar üzerinde duran modeller) olarak adlandırmaktadır.

McFall'ın geliştirdiği modelde sosyal beceri “kişinin belli sosyal görevleri yeterli bir şekilde yerine getirebilmesini sağlayan özel yetenekler” olarak tanımlanmıştır. Bu tanımda “yeterli bir şekilde” ifadesi sosyal yeterliliği vurgulamaktadır; yani standartlar ve genellenebilirlik (örn. gelecek davranışın yordanabilmesi) önemli görülmektedir.

McFall, tanımın ardından beceri analizine üç sistem yaklaşımını getirmektedir. İki sosyal beceri yaklaşımını genelde ölçme açısından eleştiren McFall, kendi yaklaşımını da daha çok “ölçülebilirlik” ve “analiz” ölçütlerine dayandırmaktadır, yani analizde kullanışlı ve ölçülebilir bir yaklaşım geliştirmektedir. Modele adını veren üç sistem fizyolojik, bilişsel ve açık motor davranış sistemleridir ve performans bu üç sistem açısından incelenmektedir.

Fizyolojik beceriler algısal süreçleri ve otonom düzenleme ve kontrolleri içerir. Bu açıdan becerikli kişiler fizyolojik etkinliklerini düzenleyebilen bireyler demektir ve bu yetenek kişilerin ilişkilerinde önemli roller oynayarak başkalarının onlar hakkında izlenim ve yargılarını etkileyebilir. Bilişsel beceriler bilgi işleme açısından kavramsallaştırılmıştır ve gelen uyarıcı bilgilerinin davranışsal programlara dönüştürülmesini ifade eder. Motor beceriler ise sözel ve sözel olmayan davranışlarla ilgilidir ve eksikliklerinde önemleri daha iyi ortaya çıkar (Bacanlı 2005; 28–43).

### **1.1.3.2.4. KENDİNİ ORTAYA KOYMA YAKLAŞIMI (LEARY 1982)**

Sosyal anksiyete için geliştirilmiş olmasına rağmen, sosyal beceriler için de kullanılan ve kullanışlı olan bir diğer model, Leary ve arkadaşlarının modelidir.

Schlenker ve Leary sosyal anksiyeteyi “gerçek veya hayali sosyal ortamlarda kişilerarası değerlendirilmenin öngörülmesi veya var olmasından doğan anksiyete” olarak tanımlamışlardır. Bu tanım analiz edilirse, sosyal anksiyetenin öznel bir yaşantı olduğu (“anksiyete”); sosyal ortamın gerçek veya hayali olabileceği; değerlendirmenin gerçekten bulunabileceği veya bireyin değerlendirilebileceğini düşünebileceği anlaşılmaktadır.

Bu yaklaşımın temelinde Goffman’ın bireylerin sosyal etkileşimlerde karşıdaki kişilerde belli izlenimler oluşturmaya çalıştıkları ve bu nedenle karşıdaki kişilerin onları değerlendirmeleriyle ilgilendikleri düşüncesine dayanmaktadır.

Kendini ortaya koyma ile ilgili yeterlik beklentileri, eğilimsel (genel kendine yeterlik, benlik saygısı) ve durumsal (yeni karşılaşmalar, durumdaki belirsizlikler, yabancılar) faktörlerden etkilenir. Kendini sunma ile ilgili sonuç beklentileri de çok çekici veya çok eleştirici kişilerin bulunmasından etkilenir ve sosyal açıdan endişeli olma eğimindeki kişilerde düşüktür.

Özet olarak, Leary bir yandan kapsamlı bir sosyal anksiyete kuramı geliştirmiş, bunu yaparken izlenim oluşturmaya güdülenme ve izlenim oluşturmaktan endişelenme ayrımı getirmiş, bir yandan da Atherton ile birlikte yeterlik beklentisi ile sonuç beklentisini birbirinden ayırmıştır (Bacanlı 2005; 28–43).

### **1.1.3.3. SOSYAL BECERİ ÖZELLİKLERİ**

Bacanlı (2005; 72) yetişkinler ve çocuklar için sosyal beceri listesi oluşturmuştur. Çocuk;

1. Başkalarına olumlu bir şekilde yaklaşır.
2. Arzu ve isteklerini açıkça ifade eder, davranışları ve durumu için mantıklı açıklamalar getirebilir.
3. Haklarını ve ihtiyaçlarını uygun şekilde ortaya koyar.

4. Kabadayılardan çabukça “korkmaz.”
5. Engellenme ve öfkesini etkili bir şekilde, başkalarına veya etraftaki eşyalara zarar vermeden ortaya koyar.
6. Oyun ve çalışmalarda süre giden gruplara katılır.
7. Konuyla ilgili süre giden tartışmalara girer, süre giden etkinliklere uygun katılımlarda bulunur.
8. (Konuşma, oyun vb.) Sırasını oldukça kolay bir şekilde alır ve kullanır.
9. Başkalarına ilgi gösterir; başkalarıyla uygun bilgi alışverişinde bulunur ve gerektiğinde bilgi ister.
10. Başkalarıyla uygun bir şekilde uzlaşır ve arayı bulur.
11. Kendisine yakışmayan davranışlar göstererek dikkat çekmez.
12. Kendisine benzemeyen akran ve yetişkinleri kabul eder ve birlikte olmaktan haz duyar.
13. Oyun ve işte süre giden gruplara katılım sağlar.,başka çocuklarla gülümseyerek, başını sallayarak, vb. sözsüz etkileşimde bulunur.



### **1.1.3.4. LİSE ÖĞRENCİLERİ VE YETİŞKİNLER İÇİN SOSYAL BECERİ LİSTESİ**

#### **Grup 1: Başlangıç Sosyal Beceriler**

1. Dinleme
2. Bir konuşmayı başlatma
3. Konuşma
4. Soru sorma
5. Teşekkür etme
6. Kendini tanıtmaya
7. Başkalarını tanıtmaya
8. Övme

#### **Grup 2: İleri Sosyal Beceriler**

1. Yardım isteme
2. Katılma
3. Açıklama yapma
4. Açıklamaları izleme
5. Özür dileme
6. Başkalarını ikna etme

**Grup 3: Duygularla Baş Etme Becerileri**

1. Kendi duygularını tanıma
2. Duygularını ifade etme
3. Başkalarının duygularını anlama
4. Birilerinin öfkesiyle baş etme
5. Yakınlık ifade etme
6. Korkuyla başa çıkma
7. Kendini ödüllendirme

**Grup 4: Saldırganlığa Alternatifler**

1. İzin isteme
2. Bir şeyleri paylaşma
3. Başkalarına yardım etme
4. Görüşme (Uzlaşma)
5. Kendini denetleme
6. Haklarını savunma
7. Sataşmaya karşılık verme
8. Başkalarını rahatsız etmekten kaçınma

9. Kavgadan uzak durma

#### **Grup 5: Stresle Başa Çıkma Becerileri:**

1. Şikâyet etme
2. Şikâyete cevap verme
3. Oyun sonrası centilmenlik
4. Sıkılganlıkla başa çıkma
5. Terk edilmekle başa çıkma
6. Bir arkadaşı savunma
7. Propagandaya karşılık verme
8. Başarısızlığa karşılık verme
9. Karmaşık mesajlarla başa çıkma
10. Mazeretle başa çıkma
11. Zor bir konuşmaya hazırlanma
12. Grup baskıyla başa çıkma

#### **Grup 6: Planlama Becerileri**

1. Bir şey yapmaya karar verme
2. Soruna yol açan şeye karar verme

3. Hedef belirleme
4. Yeteneklerinize karar verme
5. Bilgi toplama
6. Sorunları önem açısından düzenleme
7. Bir karara varma
8. Bir iş üzerinde yoğunlaşma

Görüldüğü gibi yaşamı kolaylaştırmaya yönelik pek çok beceri sıralanabilmektedir. Bu becerilere sahip olmak kişisel problemler olarak adlandırılan, sağlıkla ilgili, kız-erkek ilişkileri, aşk ve evlenme ile ilgili, aile ve aile içi ilişkilerle ilgili, kendine güven, korku ve kaygı gibi iç yaşamla ilgili, değer yargıları ile ilgili problemler gibi pek çok problemlerle başa çıkmada da yardımcı olacaktır.

#### **1.1.4. SOSYAL BECERİNİN ÖLÇÜLMESİ**

Sosyal becerinin veya becerilerin ölçülmesi için çeşitli teknikler ve ölçekler kullanılmaktadır. Kullanılan teknikler kabaca 4 gruba ayrılabilir:

1. **Davranışsal Görüşme:** Bireysel görüşme ve bu yolla kişinin geçmişi hakkında bilgi edinilmesini ifade eden bu yöntem için klinik yöntem ve vaka incelemesi terimleri de kullanılmaktadır. Bu yöntem daha çok sosyal fobi için uygundur.
2. **Bireyin Kendisini Rapor Etmesine Dayalı Ölçümleri:** Kişinin kendini rapor ettiği yöntemlerdir. Sosyal beceri, sosyal anksiyete, sosyal etkileşim veya iletişim becerileri, rasyonel düşünceler, vb. için geliştirilen çeşitli ölçekler bu gruba girer. Yaygın olarak kullanılan tekniktir, çünkü hem uygulaması, hem cevaplandırılması,

hem de değerlendirilmesi kolaydır. Ayrıca, testlerin genel avantajlarının da eklenmesi gerekir.

3. **Davranışsal Gözlem:** Bu yöntem uzman, öğretmen, ana baba gibi değerlendirilecek olan kişiyi çeşitli ortam ve durumlarda gözleyebilen kişilerin kişi hakkındaki rapor ve yargılarını ifade eder. İkinci grupta kişi kendini rapor ederken, bu grupta kişiyi başkaları rapor eder. Genellikle yapılandırılmış rol testleri bu grupta yer alır; kişi yapılandırılmış durumlara sokulur ve davranışları uzmanlarca gözlenir. Genellikle sosyal anksiyete ve sosyal fobi için uygun görünmektedir.
4. **Diğer teknikler:** Bu grup, gruplandırılmayan tekniklerdir. İlk akla gelen teknik sosyometridir. Kişilerin sosyal çevrelerindeki yere bakılarak o kişinin sosyal becerisi hakkında bir yargıya varmak mümkündür. Ayrıca, bu amaçla “Rochester Etkileşim Kaydı” da kullanılabilir. Kişinin belli bir süre boyunca tutacağı etkileşim kayıtları, yine o kişinin sosyal ilişkileri ve dolayısıyla sosyal becerisi hakkında kaynak teşkil eder (Bacanlı 2005; 57).

### 1.1.5. Problem Cümlesi

Bireylerin sağlıklı olarak topluma uyumu için bazı yeterlilikleri kazanması gerekmektedir. Bu yeterlilikler sosyal beceri olarak adlandırılmaktadır. Bu özelliklerin kazanıldığı dönemler bireyin hızlı bir gelişim gösterdiği ergenlik dönemidir. Fakat bazen birey bazı nedenlerden ötürü bu yeterlilikleri kazanamamaktadır. Bu nedenlerden en önemlisi, kendi bedenini kabul etmeyle ilgili gelişim görevini sağlıklı olarak tamamlayamamış olmasıdır. Bunun sonucu olarak kendi bedenine olan olumsuz bakış açısı, sosyal anksiyeteye ve sosyal kaçınmaya neden olmaktadır. Araştırmada üniversite öğrencilerinin bu gelişim görevini ne derece tamamladıklarının belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla, üniversitede farklı bölümlerde okuyan öğrencilerin beden imajından memnun olma düzeyi ile sosyal

beceri düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı, çalışmanın problemini oluşturmaktadır.

### **1.1.6. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı, üniversitede öğrenim gören bireylerin beden imajından memnun olma düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişki bazı değişkenlere göre incelenmiştir.

Bu temel amaca ulaşmak için aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile sosyal beceri düzeyleri arasında, cinsiyete göre anlamlı bir fark var mıdır?
  - a. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile duyuşsal anlatımcılık özellikleri arasında cinsiyete göre anlamlı bir fark var mıdır?
  - b. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile duyuşsal duyarlılık özellikleri arasında cinsiyete göre anlamlı bir fark var mıdır?
  - c. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile duyuşsal kontrol özellikleri arasında cinsiyete göre anlamlı bir fark var mıdır?
  - d. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile sosyal anlatımcılık özellikleri arasında cinsiyete göre anlamlı bir fark var mıdır?
  - e. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile sosyal duyarlılık özellikleri arasında cinsiyete göre anlamlı bir fark var mıdır?

f. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile sosyal kontrol özellikleri arasında cinsiyete göre anlamlı bir fark var mıdır?

2. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile sosyal beceri düzeyleri arasında, okudukları sınıf düzeylerine göre anlamlı bir fark var mıdır?

a. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile duyuşsal anlatımcılık özellikleri arasında okudukları sınıf düzeylerine göre anlamlı bir fark var mıdır?

b. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile duyuşsal duyarlılık özellikleri arasında okudukları sınıf düzeylerine göre anlamlı bir fark var mıdır?

c. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile duyuşsal kontrol özellikleri arasında okudukları sınıf düzeylerine göre anlamlı bir fark var mıdır?

d. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile sosyal anlatımcılık özellikleri arasında okudukları sınıf düzeylerine göre anlamlı bir fark var mıdır?

e. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile sosyal duyarlılık özellikleri arasında okudukları sınıf düzeylerine göre anlamlı bir fark var mıdır?

f. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile sosyal kontrol özellikleri arasında okudukları sınıf düzeylerine göre anlamlı bir fark var mıdır?

3. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile

sosyal beceri düzeyleri arasında, okudukları bölüme giriş puan türüne göre anlamlı bir fark var mıdır?

- a. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile duyuşsal anlatımcılık özellikleri arasında okudukları bölüme giriş puan türüne göre anlamlı bir fark var mıdır?
- b. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile duyuşsal duyarlılık özellikleri arasında okudukları bölüme giriş puan türüne göre anlamlı bir fark var mıdır?
- c. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile duyuşsal kontrol özellikleri arasında okudukları bölüme giriş puan türüne göre anlamlı bir fark var mıdır?
- d. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile sosyal anlatımcılık özellikleri arasında okudukları bölüme giriş puan türüne göre anlamlı bir fark var mıdır?
- e. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile sosyal duyarlılık özellikleri arasında okudukları bölüme giriş puan türüne göre anlamlı bir fark var mıdır?
- f. Üniversite öğrencilerinin beden imajından hoşnut olma düzeyi ile sosyal kontrol özellikleri arasında okudukları bölüme giriş puan türüne göre anlamlı bir fark var mıdır?

### **1.1.7. Araştırmanın Önemi**

Ergenlik çağında oldukça hızlı olan bedensel gelişme, bazı bireysel farklılıklar gösterir ve aynı yaştaki gençlerin fiziksel görünüşlerinde bireyden bireye büyük farklılıklara neden olabilir. Bu dönemde gençlerin dış görünüşleri, benlik algılarını büyük ölçüde etkiler. Bu konu birçok araştırmacının dikkatini çekmiş ve



araştırma konusu olmuştur. Bu konuda yapılan araştırmalardan elde edilen genel bulgular, “ beden imgesi”nin yani bireyin kendi bedenini algılama biçiminin, geç ya da erken olgunlaşmaya bağlı olarak, kızları ve erkekleri farklı biçimlerde etkilediğini göstermektedir. Beden imajı özellikle çevreden gelen mesajlardan büyük ölçüde etkilenmektedir. Bu da bireyin benlik saygısını olumlu ya da olumsuz şekilde etkilemektedir. Benlik saygısı zedelenen birey toplumsal ilişkilere girmekten kaçınmaktadır. Bu da çağımızın sosyalleşmeyen, sosyal ortamlarda gerginlik yaşayan bireyini ortaya çıkarmaktadır. Araştırmanın amacı, bireylerin beden imajı memnuniyet düzeyleri ile bunun yansımalarından sosyal beceriler arasındaki ilişkiyi bulmaktır. O zaman konuyla ilgili soru şu şekilde sorulabilir; Beden imajı sosyal becerileri ne düzeyde etkilemektedir?

Yapılan araştırmalar beden imajı memnuniyetsizliğini etkileyen faktörleri ve ergen bireyler üzerindeki etkilerini akademik başarı, benlik saygısı ve akran ilişkileri açısından incelemiştir. Araştırmaların yapıldığı yıllardan bu yana eğitim anlayışında ve okul yapısında birçok değişiklikler olmuştur. Özellikle rehberlik anlayışının oturtulmaya çalışılması ve her okula yerleştirilmesi hedeflenmiştir. Bu yüzden çalışmada özellikle ortaöğretimi bitirip üniversitede öğrenim gören gençlerin kendi bedenlerine bakış açısını Çanakkale ili Onsekiz Mart Üniversitesi öğrencileri üzerinde araştırılması planlanmıştır. Çünkü üniversite yılları bireylerin son ergenlik yıllarını yaşadığı dönemlerdir. Üniversite öğrencileri arasındaki farklılık üniversitede geçirilen yılların beden memnuniyeti ve sosyal beceri düzeylerini etkileyip etkilemediğini incelemek amacıyla birinci ve dördüncü sınıflar arasında kontrol edilmiştir.

Bu çalışmayla günümüzde öğrencilerin sosyalleşmesine engel olan durumların ortaya konulmasına ve bu yönde psikolojik danışma ve rehberlik programlarının geliştirilmesine yardımcı olunabileceği düşünülmüştür.

### 1.1.8. Sayıtlar

Bu araştırmanın dayandığı sayıtlar şunlardır:

- (1) Anketlere verilen cevaplar, öğrencilerin kendi değerlendirmelerini ve varolan durumlarını yansıtmaktadır.
- (2) Öğrencilerin görüşlerini saptamaya yönelik olarak geliştirilen anketlerin geçerliliğine ilişkin uzman kanısı, geçerli ve güvenilirdir.

### 1.1.9. Sınırlılıklar

- (1) Bu araştırmanın kapsamı Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesinde dört yıllık lisans eğitimi alan 1. ve 4. sınıf öğrencilerinin görüşleriyle sınırlıdır.
- (2) Bu araştırmada, problemin ortaya konulmasında literatür taraması, ilgililerin görüşlerinin toplanmasında kullanılan anket ile sınırlıdır.

### 1.1.10. Tanımlar

**Beden İmajı:** Bireyin bedenleriyle ilgili olarak düşündükleri, hissettikleri ve davrandıkları yapıları inceleyen çok yönlü bir kavramdır (Muth ve Cash 1997, akt. Morrison ve ark 2004; 571).

**Sosyal Beceri:** Kişiler arası ilişkilerde, kişinin kendisi dahil insanların duygu, düşünce ve davranışlarını anlama ve bu anlayışa uygun davranma yeteneğidir (Marlowe, 1986; akt. Yüksel 2004; 3).

**Duyuşsal Anlatımcılık:** Bireylerin sözel olmayan iletişim becerilerine özellikle duyuşsal mesajları gönderme becerilerine duyuşsal anlatımcılık adı verilir (Yüksel 2004; 9).

**Duyuşsal Duyarlılık:** Bireyin başkalarından gelen sözel olmayan mesajları alma ve çözümleme becerilerini ifade etmektedir (Yüksel 2004; 10).

**Duyuşsal Kontrol:** Bireyin, belli başlı duyguları yetenekli bir şekilde birleştirmeye ve bu duyguları bir maske altında gizleme becerilerini kapsar (Yüksel 2004; 10).

**Sosyal Anlatıcılık:** Bireyin, sosyal iletişim kurma ve iletişime katılma becerilerini ifade etmektedir (Yüksel 2004; 11).

**Sosyal Duyarlık:** Bireylerin, başkalarının sözel mesajlarını çözümleme becerilerini ve bunun yanı sıra bireylerin uygun sosyal davranışlarını yönlendiren normları anlamak ve bireysel duyarlılığı değerlendirmeyi içermektedir (Yüksel 2004; 11).

**Sosyal Kontrol:** Bireyin, sosyal rol oynama ve bireyin sosyal olarak kendini ortaya koyma becerilerini ifade etmektedir (Yüksel 2004; 12).

### **1.1.11. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR**

#### **1.1.11.1. BEDEN İMAJIYLA İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR**

##### **1.1.11.1.1 Yurt İçinde Yapılan Bazı Araştırmalar**

Türkiye’de literatür tarandığında beden imajı kavramına ilişkin fazla araştırma yapılmadığı görülmektedir. Beden imajına ilişkin ilk araştırma Gökdoğan (1988) tarafından yapılmıştır. “Ortaöğretime Devam Eden Ergenlerde Beden İmajından Hoşnut Olma Düzeyi” isimli araştırmasında Gökdoğan, orta 1. ve lise 1. sınıfa devam eden ergenlerde beden imajından hoşnut olma düzeyini ve bu düzeyin cinsiyet, yaş, cinsel olgunlaşma zamanı, bedensel etkinlikte bulunma, kitle iletişim araçlarında bedene ilişkin açıklamaları izleme sıklığı, ana babanın öğrenim düzeyi değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemeyi ve örneklem grubundaki kızların ve erkeklerin cinsel olgunluğa giriş yaşlarını saptamayı amaçlamaktadır. Çalışma Ankara ili Çankaya Lisesinde orta 1. ve lise 1. sınıf

öğrencilerine uygulanmıştır. Bu araştırma sonuçlarına göre, erkeklerin kızlara göre bedenlerinden daha fazla hoşnut oldukları gözlenmiştir. Farklı yaş grubundaki deneklerin beden imajından hoşnut olma düzeyinin farklı olmadığı saptanmıştır. Cinsel olgunluğa erken erişen erkeklerin, zamanında ve geç erişen erkeklere göre, geç erişen kızların da, erken ve zamanında erişenlere göre bedenlerinden daha fazla doyumlu oldukları bulunmuştur. Aynı zamanda ergenlerin kitle iletişim araçlarında bedene ilişkin açıklamaları izleme sıklığının, beden imajından sağlanan doyum düzeyinde farklılık oluşturmadığı anlaşılmıştır. Ergenlerin ana babalarının öğrenim düzeyine göre, beden imajından sağlanan doyum düzeyinde farklılık olmadığı görülmüştür.

Beden imajıyla ilgili olarak yapılan diğer bir çalışma da Tarhan (1995) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada “Lise Öğrencilerinin Beden İmajlarından Hoşnut Olma Düzeylerinin Özsayıları ve Akademik Başarıları Üzerindeki Etkisi” incelenmiştir. Araştırmada cinsiyet, yaş, ders dışı faaliyetler, ailenin aylık geliri ve ana babanın öğrenim düzeyi değişkenlerine göre lise öğrencilerinin beden imajlarından hoşnut olma düzeylerinin özsayıları ve akademik başarıları üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırmada beden imajı bağımsız değişken, özsayı ve akademik başarı bağımlı değişken olarak ele alınmıştır. Bu çalışmanın bulgularına göre, beden imajı yüksek ve düşük olan öğrenciler cinsiyetlerine, yaşlarına ve ana babalarının öğrenim durumuna göre karşılaştırıldıklarında bu değişkenlere göre beden imajının özsayı üzerindeki etkisi anlamlı bulunmamıştır. Beden imajı yüksek ve düşük olan öğrenciler, ders dışı faaliyetlere katılma durumlarına ve ailelerinin aylık gelirlerine göre karşılaştırıldıklarında bu değişkenlere göre beden imajının özsayı üzerindeki etkisi anlamlı bulunmuştur. Beden imajı yüksek ve düşük olan öğrenciler, cinsiyetlerine, yaşlarına, ders dışı faaliyetlere katılma durumlarına, ailelerinin aylık gelirlerine ve ana babalarının öğrenim durumlarına göre karşılaştırıldıklarında bu değişkenlere göre beden imajının akademik başarı üzerindeki etkisi anlamlı bulunmuştur.

Ülkemizde yapılan diğer bir çalışma da Çok (1990) tarafından yapılmıştır. Araştırmanın konusu “Türk Ergenlerde Beden İmajı Memnuniyeti” dir. Çalışma

Türk Ergenlerde Beden İmajı Memnuniyet seviyesini ölçmek ve bu memnuniyeti etkileyen faktörleri, yaş, cinsiyet, ekonomik durum, erken cinsel olgunlaşma, fiziksel aktivitelere katılım ve yoğun olarak medyadaki, beden görünümü ve gelişimiyle ilgili bilgilere maruz kalma sıklığı açısından incelemiştir. Sonuçlar, erkeklerin kızlara göre bedenlerinden daha memnun olduklarını ortaya koymaktadır. Diğer ülkelere benzer olarak, Türk ergenlerdeki sonuçlarda toplum vurgusunun kız çekiciliği üzerinde olduğuna işaret etmektedir. Fakat yaş grupları arasında önemli bir fark bulunmamıştır. Yaş sadece, özel beden parçaları için geçerli bir faktör olarak ortaya çıkmaktadır. Cinsel olgunlaşma, gruplar içerisinde ayırıcı bir faktör olarak görülmüştür. Erken olgunlaşan erkekler ve geç olgunlaşan kızlar, yüksek derecede beden imajı memnuniyetine sahiptir. Bu memnuniyette kaslı olmanın, erken olgunlaşan çocukların bir karakteristiği olarak ve zayıf olmanın da geç olgunlaşan kızların bir özelliği olarak toplumda vurgulanmasının etkisi vardır. Aynı zamanda fiziksel aktiviteye katılan ergenlerin katılmayanlara göre bedenlerinden daha memnun oldukları görülmüştür. Fiziksel aktivitenin, beden imajı memnuniyeti düzeyini arttırdığı gibi bedene olan ilgiyi de arttırdığı bulunmuştur. Sosyoekonomik statünün beden imajında bir etkisi bulunmadığı ortaya konulmuştur. Aynı zamanda, beden gelişim ve görünümü ile ilgili medyadan alınan mesajlarında beden memnuniyetini etkilediği bulunmuştur.

#### **1.1.11.1.2. Yurt Dışında Beden İmajıyla İlgili Olarak Yapılan Bazı Araştırmalar**

Konuyla ilgili olarak, yurtdışında Türkiye’de yapılanlara oranla daha fazla çalışmanın yapıldığı dikkat çekmektedir. Bu çalışmalardan bazıları aşağıda verilmiştir.

##### **1.1.11.1.2.1 Ergenlik Döneminde Beden İmajıyla İlgili Olarak Yapılan Bazı Araştırmalar**

Staut ve Fra (2004), “ Ergen Erkeklerde Beden İmajı Rahatsızlığı: Okul Danışmanları İçin Stratejiler” çalışmasında, akran baskısının ergen erkeklerde daha farklı şekillerde ortaya çıktığını belirtmektedir. Çoğu erkek, toplum içindeki idealize

edilen beden imajına ulaşmaya çalışmaktadır. Bu süreç çok zorlu olduğu için bu zaman içerisinde birey psikolojik problemler yaşamaktadır. Bu ideal beden imajına sahip olmayan erkek ergenler akranlarından sessiz bir baskı hissetmektedirler. Genelde zayıf bir kız ifadesi kullanırken nazik, çıtkırıldım gibi ifadeler kullanırız. Zayıf bir erkeği ifade ederken ise, çelimsiz, baston vb. gibi ifadeler kullanırız. Bu toplumun, dili kullanarak kişi üzerinde oluşturduğu baskıyı göstermektedir.

McCabe ve Ricciardelli (2004), “Ergen Kızlar ve Erkeklerde Büyük Beden Değişimi Davranışları ve Ergenlik Zamanı İle İlgili Uzun Zamanlı Bir Çalışma” isimli çalışmasında ergenlerde beden imajı ve beden imajı değiştirme davranışları ile ilgili olarak önemli sonuçlara ulaşmışlardır. Ergenlerin ideal olarak gördükleri beden imajları aynı cinsiyetten ve karşı cinsten akranlar tarafından pekiştirilmektedir. Erken olgunlaşan çocuklar diğer akranlarına daha çekici, kendine güvenli ve daha popüler görünmektedirler. Aynı zamanda pozitif beden imajına sahip ve geç olgunlaşan çocuklara göre, sportif faaliyetlerde başarılı olmaya daha eğilimli görünmektedirler. Tersine erken olgunlaşan kızlar, akranları tarafından daha az popüler görünmektedirler ve daha fazla negatif beden imajı taşımaktadırlar ve geç olgunlaşan kızlardan daha depresif olmaktadır.

Janssen ve ark. (2005) “34 Ülkede Okul Çağındaki Çocuklarda Obezite ve Aşırı Kilolu Olmanın Yaygınlığının Karşılaştırılması ve Bunların Fiziksel Aktivite ve Diyet Kalıplarıyla İlişkisi” isimli çalışmasında son 20 yılda ergenlerdeki fiziksel aktivite kalıplarının, televizyon izleme zamanı ve ev bilgisayarlarına ulaşma imkânının artması sonucu değişmiş olduğunu belirtmektedir. Okullarda fiziksel aktivite fırsatlarının azalmış olduğu belirtilmiştir. Televizyon karşısında kalori alımı, yiyecek reklâmlarının etkisi ve enerji harcayamama aşırı kilo alımı ve obeziteyi arttırıcı önemli faktörler olarak ortaya konulmuştur.

Storvoll, Strandbu ve Wichstrom’ un (2005) yaptığı “1992’ den 2002’ ye Kadar Norveçli Ergenlerin Beden İmajındaki Değişimlerin Karşılaştırılması” çalışmasında Norveçli ergenlerin beden imajında 10 yıl içinde meydana gelen değişimleri incelemeyi amaçlamışlardır. Sonuçlar 10 yılsonunda, bedenlerinin ağır

olduğunu düşünenlerin, zayıf beden imajına sahip olduklarını ortaya koymuştur. Sonuçlar 10 yıl içinde beden imajından memnuniyetsizliğin arttığını ortaya koymuştur. Beden imajındaki bu memnuniyetsizlik, hem ergenlerin kendi aralarındaki mesajlardan hem de medyadaki imajlardan kaynaklanmaktadır. Fiziksel görünüşe artan odaklanma aynı zamanda, bireyin kendi bedenini değerlendirmesine katkıda bulunur ve bireyin bedeninden memnun olmasıyla ilgili kararını etkiler. Sonuçlar 2002’de ergenlerin beden imajına fazla odaklandığını göstermektedir ve beden ideallerinin günlük hayatta vurgulanan ideallerle aynı olduğu ortaya koymaktadır.

Smolak (2004), “Ergenlerde ve Çocuklarda Beden İmajı: Buradan Nereye Ulaşabiliriz?” isimli çalışmasında, ergenlerde ve çocuklarda beden imajını ölçümünü yapmak, bilgisel verilerini elde etmek, gelişimsel eğilimlerini belirlemek ve cinsiyetin anlamını ortaya koymaya çalışmıştır. Sonuçlar, zayıf olmakla fazla ilgilenen kızların, yeme bozukluğu ve obezite riski altında olma ihtimalini ortaya koymaktadır. Aynı zamanda bu kızlar depresyon riski altındadırlar. Kaslı olmakla ilgilenen erkekler ise, kimyasal madde kullanım riski taşımaktadırlar. Aynı zamanda zayıf beden imajını oluşturan etkenlerde ortaya konulmuştur. Medya, akranlar, anne baba etkide bulunan faktörlerdir. Şişmanlık karşıtı görüşler, aynı zamanda okul öncesi yıllarda çok önemlidirler.

#### **1.1.11.1.2.2. Yetişkinlik ve Beden Memnuniyeti İle İlgili Olarak Yapılan Bazı Araştırmalar**

Diğer bir çalışma Tiggeman (2004), tarafından “Yetişkin Yaşamı Boyunca Beden İmajı: Sabitlik ve Değişim” adı altında yapılmıştır. Bu çalışmanın amacı yetişkin yaşamı boyunca, beden imajında meydana gelen değişim ve sabitlikleri ortaya koymaktadır. Sonuçlar, beden memnuniyetsizliğinin, özellikle kızların yaşam boyunca sıkıntıları olduğunu göstermektedir. Genç erkekler, genç kızlara göre, daha iyi bir beden imajına sahip olarak bulunmuşlardır. Tersine yaşlı erkekler ise yaşlarıyla birlikte beden memnuniyetsizliği ortaya koymaktadırlar. Yaşla birlikte, beden görünüşünün önemi kızlarda azalmaktadır. Fiziksel görünüş uzun bir süre

yaşamlarının merkezi parçası olmamaktadır. Bu kızların yaşla birlikte gelen kendilerini kabule eşlik etmektedir.

### **1.1.11.1.2.3. Sosyal Kıyaslamalar ve Beden İmajıyla İlgili Olarak Yapılan Bazı Araştırmalar**

Halliwell ve Dittmar (2005), “ Medyadaki İdealize Edilmiş Bayan Bedeni İle İlgili Sosyal Kıyaslamalar İçindeki Uyarıların, Kendini Değerlendirme ve Kendini Geliştirmedeki Rolü” isimli çalışmasında medyadaki idealize edilmiş imajlarla kendini kıyaslamamanın kızlar üzerindeki etkisi açık bir şekilde ortaya konulmuştur. Kendini değerlendirme şartı içinde, bu modelleri gören ve kendisiyle sosyal kıyaslamaya giden kızlarda bedene odaklanmış bir anksiyete yaşandığı görülmektedir. Bunun kadının beden imajında negatif bir etkiye sahip olduğu gözlenmiştir. Kendilerini geliştirmeye odaklanmış kişilerin beden imajının bazı yönleriyle ilgili sosyal kıyaslamaların negatif etkilerinden çok fazla etkilenmediği görülmektedir. Sosyal kıyaslama modelleri izleyen ve izlemeyen tüm kızlarda, bedene odaklanan anksiyete görülmektedir. Bir zayıf modele karşı birinin kendini değerlendirmesi bedene odaklanmış anksiyetenin artmasında çok az da olsa bir etki yapabilir. Bunun sonucu olarak bireyler, kendi bedenlerini, ideal bedene ulaştırmak için birçok beden imajı yatırımında bulunmaktadır. İlaçlar, diyetler, sportif faaliyetler vb. beden imajı yatırımına örnektir.

Yine Jones (2001) yaptığı “Sosyal Kıyaslama ve Beden İmajı: Ergen Kızlar ve Erkekler Arasında Akranlar ve Modeller İle Kendini Kıyaslama” isimli çalışmasında, sosyal kıyaslama içindeki cinsiyet benzerlikleri ve farklılıkları ile bunların beden imajıyla ilişkisini incelemeyi amaçlamıştır. Ergen kızlar ve erkekler sosyal kıyaslamada kullanılan birçok çekicilik özelliklerini kullanırlar. Bunun sonucu olarak çalışmada, akran grubunun sosyal kıyaslamada birçok özelliği kullandığı görülmüştür. Özellikle ağırlık, boy, kişilik, popülerlik bunların en önemlileridir. Bu çalışmada medyadaki popüler görünüm kültürünün, okulda aynı cinsiyetten olan kişilerde de benzer özellikler gösterdiği bulunmuştur. Kendileriyle ilgili yargıda bulunmada elde ettikleri bilgilerde fiziksel çekicilik, beden tutumlarıyla çoğunlukla



ilişkilidir. Modellerle ve arkadaşlarla kendini kıyaslama aynı zamanda, beden memnuniyetsizliği bazı işaretler taşır. Aslında, akran hedeflerle kıyaslama, sosyal kıyaslama ve negatif beden imajı arasındaki ilişkiyi azaltmaz. Kendilerini arkadaşları veya modellerle kıyasladığını ifade eden öğrencilerin beden memnuniyetsizliğine sahip oldukları görülmektedir. Aynı zamanda belli tutumlarda sosyal kıyaslama, beden memnuniyetsizliğiyle güçlü bir ilişkiye sahiptir. Kızlarda ve erkeklerde kilo kıyaslamaları, beden memnuniyetsizliğinde önemli bir rol oynamaktadır. Arkadaşlarla ve modellerle kendini kıyaslama, negatif beden memnuniyetinde kızlarda daha önemli bir değişkendir. Bu kızların günlük hayatta okuduklarından veya medyadan daha fazla etkilendiklerini göstermektedir.

#### **1.1.11.1.2.4. Sosyokültürel Açıdan Beden İmajıyla İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar**

Mellor, McCabe ve Ricciardelli ve ark. (2004) yaptıkları “Yerli Avustralyalı Ergenlerde Beden Memnuniyetsizliği ve Beden İmajının Önemi” adlı çalışma, kırsal kesimdeki yerlilerin diğer ergenlere göre beden memnuniyetsizliği düzeyini ve beden imajının önemini ölçmeyi amaçlamaktadır. Çalışma sonuçlarına göre, yerli gençlerde, medya, akranlar ve anne baba gibi beden imajını etkileyen faktörler o kadar önemli yer tutmamaktadır. Fakat kırsal kesimden ve şehir bölgelerinden alınan erkek örneklemin hepsi, kas oranını yükseltmek istemektedir. Bu, kültürel grup içinde yaygın olan bir davranıştır. Aynı zamanda kırsal kesimdeki gençlerin kilo almaya daha olumlu baktıklarını göstermektedir. Sonuç itibariyle yerli olmayanların beden imajına bakışı farklıdır. Yerli gençlerin ideal kilo oranlarından haberdar olmadıkları gözlenmektedir.

Demarest ve Ellen (2000)’in “ Beden İmajı: Cinsiyet, Etnik ve Yaş Farkları” isimli çalışmasında kızların kendilerini toplum tarafından idealize edilen figürlere göre daha ağır buldukları gözlenmiştir. Aynı zamanda erkeklerin daha zayıf kızları tercih ettiğini düşünmektedirler. Afrika kökenli kızlar ise bedenlerinden beyaz kızlara göre daha memnundurlar ve erkeklerin istekleriyle ilgili daha mantıklı

görüşlere sahiptirler. Bu da Afrika kökenli Amerikalıların kültüründe kilolu olmanın daha hoş görülmesinden kaynaklanmaktadır.

Li, Hu, Ma ve ark. (2005) “ Çinli Çocuklar ve Ergenler Arasında Beden İmajı Algısı” isimli çalışmasında, 3–15 yaş arası 9100 Çinli çocuk ve ergen arasında beden memnuniyetsizliği tanımı ve beden imajı saygısını keşfetmek için ideal beden imajı ve kendilik algısını ölçen bir anket uygulamışlardır. Sonuçlar beş yaşın altındaki Çinli çocukları beden imajıyla ilgili ruhsal temsillerinin tam olarak oluşmadığını göstermektedir. Çocukların görünüşsel imaj algıları beş yaşından sonra başlamaktadır. Çinli çocukların şişmanlığa karşı çok fazla sosyo-kültürel baskıya maruz kalmadıkları görülmüştür. Çin’de bazı kırsal kültürlerde şişmanlık sağlığın ve varlığın sembolü olarak görülmektedir. Çinli kızlar ve erkekler, beden ölçülerinde, vücut şişmanlığının orta orandaki ölçülerini seçmişlerdir. 14–15 yaşındaki Çinli çocuklar, önemli derecede zayıf beden oranları seçmişlerdir. Fakat seçilen bu beden oranları hala beden şişmanlığının orta düzeyidir. Erkekler tarafından seçilen çekici kız beden ideali, kızların seçtiklerine göre daha kilolu ideallerdir. Bu kızların zayıflaması yönünde erkeklerden çok fazla baskı görmediklerini ortaya koymaktadır. Obez olan ve 11 yaşın üstünde olan çocukların bedenlerinden memnun olmama ihtimali fazladır. Ağırlığı fazla olan kızlarda ise bu memnuniyetsizlik 9 yaşında başlamaktadır. Bu bulgu Çinli erkeklerin obez veya kilolu olmayı daha fazla kabullendikleri ya da daha tolerans kazandıklarını göstermektedir. Bunun diğer bir sebebi de kültürel farklılık olabilir. Çinli çocuklar gelişmiş ülkelerdeki yaşlılarıyla aynı ölçüde memnuniyetsizlik göstermemektedir.

#### **1.1.11.1.2.5. Benlik Saygısı ve Beden İmajıyla İlgili Olarak Yapılan Bazı Araştırmalar**

Konstanski ve Gullone (1998) “Ergenlerde Beden İmajı Memnuniyetsizliği: Benlik Saygısı, Anksiyete ve Depresyonun Beden Yapısına Göre Değerlendirilmesi” isimli çalışmasında erkeklerin daha yüksek beden algısı ve daha düşük depresyon ile anksiyete sergilediklerini ortaya koymuşlardır. Depresyon yüksekliği daha çok

kızlarda anlamlı bulunmuştur. Zayıf kişilerin kendilerini daha iyi tanımladıkları ve kendi bedenlerinin daha çok farkında oldukları görülmüştür.

Yine Tiggeman (2005)' in yaptığı “Beden Memnuniyetsizliği ve Ergen Benlik Saygısı” isimli çalışma, ergen kızlarda beden memnuniyetsizliği ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi kontrol etmeyi amaçlamaktadır. Sonuçlar göstermiştir ki, kendini ağır ve aşırı kilolu olarak algılayan kişilerin iki yıllık bir gözleme süresi içinde benlik saygılarında bir düşüş yaşadığı bulunmuştur. 14 yaşta bu ilişki bulunmamasına rağmen 16 yaşındaki kızlarda bu ilişki bulunmuştur. Bu iki yıllık süre zarfında kızlar toplumdan negatif dönütler almışlardır. Aşırı kilolu kızlar, bilimsel çalışmalarda, spor yeteneğinde, kişiliklerinde iyi olsalar bile, benlik saygısının potansiyel kaynakları olarak bunlar yeterli olmamaktadır. Ne yazık ki, bu tip stratejiler, toplumun zayıflık ve görünüm üzerindeki bu güçlü duyguları telafi edememektedir.

#### **1.1.11.1.2.6. Depresyon ve Beden İmajıyla İlgili Olarak Yapılan Bazı Araştırmalar**

Yine Marcotte ve ark. (2002), “Ergenlik Sırasındaki Depresif Semptomlarda Cinsiyet Farkı; Cinsiyet Tipi Karakteristiğinin Rolü, Benlik Saygısı, Beden İmajı, Stresli Yaşam Olayları ve Ergenlik Statüsü” isimli çalışmasında, olumsuz beden imajını içine alan birçok faktörü ve depresif semptomlar arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışma sonucunda olumsuz beden imajının ergenlerde depresif semptomlara yol açtığı tespit edilmiştir.

Grant, Lyons, Landis ve ark. (1999) “Afrika Kökenli Amerikalılar Arasında Cinsiyet, Beden İmajı ve Depresif Semptoms” isimli çalışmasında da ergenlerdeki depresyonun yüksek derecede zayıf beden imajıyla ilişkili olduğunu bulmuştur.

### 1.1.11.1.2.7. Medya Etkisi ve Beden İmajıyla İlgili Olarak Yapılan Araştırmalar

Yine McCabe ve Ricciardelli (2001), “Beden İmajı Üzerinde Aile, Akran ve Medya Etkisi ve Ergen Kızlarda ve Erkeklerde Beden Oranı Artışı ve Azalışı” isimli yaptığı araştırmada akran baskısı üzerinde durmuştur. Çalışmasında, kızlar ve erkeklerin her ikisinin de, kızlar erkeklerden daha fazla olmak üzere, kilo kaybetme ve kas yapısını artırma yönünde büyük bir baskı hissettiklerini ortaya koymuştur. İlginç olan nokta, kızlara ve erkeklere kilo verme ve kas yapma yönünde yapılan dönütlerde bir farklılık yoktur. Kız akranlar, sosyal ölçülere yaklaşma açısından arkadaşlarına baskı yaparken, aynı baskıyı erkeklerde kas oranını artırma yönünde arkadaşlarından gördükleri bulunmuştur.

Schooler, Ward, Merriwethe ve ark. (2004) “Bu Kız Kim?: Beyaz ve Siyah Genç Kadınların Beden İmajında Televizyonun Rolü” ile ilgili olarak yaptıkları çalışmalarında, Afrika kökenli kadınların beden imajının, siyahlara yönelik programlardan etkilendiğini ve beyaz kadınların beden imajının orta düzeyde medya kullanımına bağlı olduğunu bulmuşlardır. Bu sonuçlar göstermektedir ki, siyah kadınlar televizyonda izledikleri beyaz imajlarla kendilerini kıyaslamamaktadırlar, daha çok kendilerini siyahlarla kıyaslamaktadırlar. Siyahlara ait programlarda beden tiplerinin daha geniş olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar bize, televizyonun olumsuz etkisinin daha çok beyaz kadınlar üzerine odaklandığını, siyah kadınların medyadan bu oranda etkilenmediğini göstermektedir.

Hampl, Wharton, Taylor ve ark. (2003) “Ergenlerin Beden Ağırlığı, Cinsiyet Görünümü ve Yiyecek-İçecek Tüketimine Prime-Time Televizyon Etkisi” üzerinde yaptıkları çalışmada şu sonuçlara ulaşmışlardır. Televizyon karakterlerinin cinsel çekiciliği ergen davranışları için motive edici, güçlü bir etkendir. Uluslararası obezite yaygınlığına rağmen, şişman kişiler, medyada şapşal, sosyal ve cinsel olarak çekici olmayan, dürüst olmayan ve disiplinsiz olarak gösterilmektedir. Erkek ve kız televizyon aktörlerinden kilolu veya obez olanlar çok az derecede televizyonda romantik ilişkilere girmektedirler. Bunun yanında obez veya kilolu aktristler,

televizyon programlarında yaralayıcı şakalara ve önemli derecede sert davranışlara maruz kalmaktadırlar. Araştırma, ergenlerde yoğun derecede beden ağırlığı değiştirme ihtiyacını ortaya koymuştur.

### **1.1.11.2. SOSYAL BECERİ İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR**

#### **1.1.11.2.1.Yurt İçinde Yapılan Bazı Araştırmalar**

Yurt içinde, sosyal beceri ile ilgili birçok araştırma vardır. Bunlardan bazıları aşağıda verilmiştir.

##### **1.1.11.2.1.1. İlköğretim Öğrencileri ve Sosyal Beceri İle İlgili Olarak Yapılan Bazı Araştırmalar**

Kara (2000) yılında yaptığı, “ Özel İlköğretim Okulları Müdürlerinin Sosyal Beceri Yeterlik Düzeyleri” isimli çalışmasında, özel ilköğretim okulları müdürlerinin orta düzeyde sosyal beceriye sahip olduklarını bulmuştur. Okul müdürlerinin, duyuşsal ve sosyal duyarlılıkla ilgili becerilerinin de orta düzeyde olduğu bulunmuştur.

Uzbaş (2003) de yaptığı “ İlköğretim 4. ve 5. Sınıflarda Okuyan Öğrencilerinin Sosyal Becerileri ve Okul Uyumu İle Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ” isimli çalışmasında öğrencilerin sosyal beceri ve okul uyumları ile depresyon düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemektedir. Araştırma sonuçları, öğrencilerin sosyal beceri düzeylerinin, sosyo-ekonomik düzey ve kardeş sıralamasına göre anlamlı bir farklılık gösterdiğini belirtmektedir. Öğrencilerin gerek sosyal beceri ve okul uyumları, gerekse depresyon düzeyleri ile akademik başarıları arasında anlamlı ilişkiler olduğu araştırma bulgularıyla ortaya konmuştur.

Odacı ve ark. (2003) yaptıkları “Sosyal Beceri Eğitiminin İlköğretim Öğrencilerinin Denetim Odağı Üzerine Etkisi” çalışmasında, sosyal beceri eğitimi programına katılan öğrencilerin içten denetimlilik düzeylerinin, bu programa

katılmayan öğrencilerin içten denetimlilik düzeylerine göre daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Bu sonuç, sosyal beceri eğitiminin, ilköğretim öğrencilerinin denetim odakları üzerine olumlu etkisi olduğunu göstermiştir.

#### **1.1.11.2.1.2. Ergenlik ve Sosyal Beceri İle İlgili Olarak Yapılan Bazı Araştırmalar**

Şahin (1999) da yaptığı “Yurt Dışı Yaşantısı Geçiren ve Geçirmeyen Anadolu Lisesi Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeyleri” isimli çalışmasında yurt dışı yaşantı tecrübesinin öğrencilerin sosyal beceri düzeyine etkisini incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre, yurt dışı yaşantısı geçiren öğrencilerin sosyal beceri düzeylerinin bu yaşantıyı geçirmeyenlere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yurt dışı yaşantısı geçiren öğrencilerin sosyal beceri düzeylerinin sosyal becerinin alt alanlarından duyuşsal anlatımcılık, sosyal duyarlılık, sosyal kontrol düzeyleri bakımından yurt dışı yaşantısı geçirmeyenlere oranla daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Buna rağmen, yurt dışı yaşantısı geçiren ve geçirmeyen öğrencilerin duyuşsal duyarlılık, duyuşsal kontrol ve sosyal anlatımcılık bakımından ise sosyal beceri düzeyleri arasında önemli bir fark bulunmamıştır.

Kara (2003) yılında “Öğretmen ve Öğrencilerin Sosyal Beceri Algılarına Etki Eden Faktörler” isimli çalışmasında, bireylerin sosyal beceri algılarına etki eden faktörlerden en önemlisinin aile daha sonra da öğretmen olduğunu belirtmişlerdir. Diğer faktörlerin ise, arkadaşlar, televizyon, kitaplar, okul alanı, bireysel ve toplu etkinlikler, sosyal bilgiler dersi, fen bilgisi ve Türkçe dersi olduğu saptanmıştır.

Arın (1999) da “ Sosyal Beceri Envanteri'nin Ergenler İçin Geçerlilik ve Güvenirliği” isimli çalışmasında, Yüksel (1997) tarafından Türkçe'ye uyarlanan “Sosyal Beceri Envanteri”nin ergenler için geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını yapmıştır. Çalışma sonunda ölçeğin ergenlere yönelik olarak (8. ve 9. sınıf düzeyinde) sosyal beceri düzeyini ölçmede kullanılacak geçerli ve güvenilir bir envanter olmadığını göstermiştir. Bu çalışmadan elde edilen bulgular, sosyal beceri düzeyini ölçmede kullanılacak araçlara duyulan ihtiyacı vurgulamaktadır.

### **1.1.11.2.1.3. Üniversite Öğrencileri ve Sosyal Beceri Üzerinde Yapılan Bazı Araştırmalar**

Hamarta (2000) üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ve sosyal becerileri arasındaki ilişkiyi incelediği “ Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık ve Sosyal Beceri Düzeylerinin Özlük Nitelikleri Açısından İncelenmesi ” isimli çalışmasında anlamlı sonuçlara ulaşmıştır. Araştırma bulguları erkek öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin kız öğrencilere göre daha yüksek olduğunu göstermiştir. Aynı zamanda öğrencilerin okudukları bölümün, sosyal beceri düzeyinde etkili olduğu, fakat öğrencilerin yalnızlık düzeylerini etkilemediği bulunmuştur. Ayrıca öğrencilerin barınma ihtiyaçlarını giderdikleri yer ile sosyal beceri düzeyleri üzerinde önemli derecede farklılaşma olduğu saptanmıştır. Araştırma bulguları ise sosyal beceri ile yalnızlık düzeyi arasında ters yönlü bir ilişki olduğunu göstermiştir.

Deniz (2002) yılında “Üniversite Öğrencilerinin Karar Verme Stratejileri ve Sosyal Beceri Düzeylerinin TA-Baskın Ben Durumları ve Bazı Özlük Niteliklerine Göre Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi” isimli çalışmasında öğrencilerin, sosyal beceri düzeyleri ve karar verme stratejileri üzerinde etkili olan bazı değişkenleri incelemiştir. Araştırma bulgularına göre, üniversite öğrencilerinin sosyal beceri duyuşsal anlatımcılık, duyuşsal duyarlılık, duyuşsal kontrol, sosyal anlatımcılık, sosyal duyarlılık ve sosyal kontrol alt ölçek puanlarının baskın ben durumlarına göre farklılaştığını göstermektedir. Araştırma sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeyleri genel ortalamalarının ve alt ölçeklerinin genel ortalamalarının, sınıf düzeyi, cinsiyet ve üniversiteye giriş puan türüne göre anlamlı şekilde değiştiği görülmektedir.

Yine Altunbaş (2002) yaptığı “Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Destek Düzeylerinin Bazı Kişisel Özellikleri ve Sosyal Beceri Düzeyleri İle İlişkisi” isimli çalışmasında, üniversite öğrencilerinin sosyal etkinliklere katılma durumu ve sosyal beceri düzeylerine göre sosyal destek algı düzeylerinde farklılaşma olup olmadığını araştırmıştır. Araştırma sonuçları incelendiğinde, kız öğrencilerin aileden ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek düzeyleri, erkek öğrencilere göre anlamlı

derecede yüksek görünmektedir. Diğer bir bulguda ise yurtda kalan öğrencilerin hem sadece arkadaştan algılanan sosyal destek, hem de aileden ve arkadaşlardan algılanan toplam sosyal destek düzeyleri diğer ikamet durumunda olan öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Araştırma sonucunda, yüksek sosyal beceriye sahip olan öğrenciler düşük ve orta düzey sosyal beceriye sahip olan öğrencilere göre daha fazla aileden ve arkadaşlarından sosyal destek algılamışlardır.

Çakıl (1998) yılında yaptığı “Grupla Sosyal Beceri Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri Üzerindeki Etkisi” isimli çalışmasında, grupla sosyal beceri eğitiminin üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri üzerindeki kısa ve uzun süreli etkilerini incelemiştir. Yapılan çalışma sonucunda, grupla sosyal beceri eğitiminin bitiminde ve üç aylık izleme dönemi sonunda, deney grubundaki öğrencilerin yalnızlıklarında kontrol grubundaki öğrencilere kıyasla anlamlı düzeyde bir azalma görülmüştür.

Yüksel (1997) “Sosyal Beceri Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeyine Etkisi” isimli doktora çalışmasında, sosyal beceri eğitiminin üniversite öğrencileri üzerindeki etki düzeyini incelemiştir. Elde edilen bulgular, genel olarak sosyal beceri eğitiminin, öğrencilerin sosyal beceri düzeyini olumlu yönde etkilediği şeklindedir. Benzer şekilde, sosyal beceri eğitiminin, sosyal becerinin bir alt boyutu olarak, duyuşsal duyarlılık düzeyi üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Ancak sosyal beceri eğitimi, sosyal becerinin diğer alt boyutu olan; duyuşsal anlatımcılık, duyuşsal kontrol, sosyal anlatımcılık, sosyal duyarlılık ve sosyal kontrol düzeyleri üzerinde etkili olmadığı görülmüştür. Bu sonuç, kısmen eğitim süresinin kısa ve alıştırmaların yetersiz olması ile açıklanmıştır.

#### **1.1.11.2.2. Yurt Dışında Yapılan Bazı Araştırmalar**

Sosyal beceri ile ilgili olarak gerek eğitimde kullanımı gerekse bireysel gelişimle ilgili yurt dışında birçok araştırma yapılmıştır.



#### **1.1.11.2.2.1. Üniversite Öğrencileri İle İlgili Olarak Yapılan Bazı Sosyal Beceri Araştırmaları**

Ditommaso ve ark. (2003) yılında yaptıkları “Genç Yetişkinlerde Bağlanma Stilleri, Sosyal Beceriler ve Yalnızlık” isimli çalışmalarında 183 üniversite öğrencisinin bağlanma stilleri, sosyal becerileri ve yalnızlık düzeylerini incelemiştir. Bu konuyla ilgili olarak ölçülmek istenen her niteliği ölçmeye uygun ölçme araçları öğrencilere doldurtulmuştur. Çalışmada, güvenli olarak bağlanma ile sosyal beceriler arasında yakın bir ilişki bulunmuştur. Bu bireylerin daha rahat şekilde duygularını, inançlarını ve tutumlarını açıklayabildikleri saptanmıştır. Araştırma sonuçları birine güvenli bağlanma oluşturan bireyin, sosyal olarak da becerili olduğunu göstermektedir. Aynı zamanda sosyal olarak becerikli bireylerin yalnızlık algılarının daha düşük olduğunu belirttikleri görülmüştür. Sonuç olarak sosyal becerilerin, sosyal yalnızlık, korkulu bağlanma ve güvenli bağlanma üzerinde olumlu etkiye sahip olduğu bulunmuştur.

Ergenlerde sosyal beceri, anksiyete ve depresyon arasındaki ilişkinin incelendiği “Ergenlerde Depresyon, Anksiyete ve Sosyal Beceriler Arasındaki İlişki” isimli çalışmada 97 ortaöğretim öğrencisine ölçülmek istenilen niteliklerle ilgili olarak ölçme araçları uygulanmıştır. Araştırma sonucunda depresyon ve anksiyete belirtilerinin, ortaöğretim öğrencilerinin sosyal becerileriyle yakından ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu sosyal beceri sorunlarının çözümü ile ilgili olarak, öfke yönetimi, davranış belirleme ve zaman yönetimi eğitimi verilebileceği çalışmada belirtilmiştir (Tyron ve ark. 2001; 5–7).

#### **1.1.11.2.2.2. Ergenlik ve Sosyal Beceri İle İlgili Olarak Yapılan Bazı Araştırmalar**

Depresyon ve sosyal beceri arasındaki ilişkiyi incelendiği çalışmasında Reed (1994), sosyal öğrenme eğitiminin, erkekler için istenen amaçları gerçekleştirebildiği fakat kızlar için bu çalışmanın aynı ölçüde başarılı olmadığını bulmuştur. Bunun sebebinin ise kızların ve erkeklerin ergenlik dönemindeki sosyal

ilişkilerindeki farklılaşmadan kaynaklanmış olabileceği açıklanmıştır. Bu dönemde erkek davranışlarının değişimi, sosyal yargı, kişilerarası beceriler ve kendilik değerleri kavramları içinde, akademik başarı ve sosyal statünün gelişmesine öncülük eder. Erkek davranışlarındaki bu değişimin çoğunluğu akran ve yetişkinlerin her ikisinden alınan geribildirimlerle şekillenmektedir. Bu yüzden erkekler sosyal statülerini kişisel ilişkilerini kullanarak geliştirmişlerdir. Bunun tersine kızlar, daha az yapılandırılmış ve daha tutarsız bir durum gösterdiğini belirtmektedir. Onların, ergenlik sırasındaki en büyük amaçları kişiler arası ilişkileri geliştirmek ve cinsel kimlikleri ve fiziksel görünümüleriyle barışık olmaktır. Sosyal program uygulanan kızların bu olgunlaşma sırasında elbiseleri ile ilgili, kendine çeki düzen vermekle ilgili ve fiziksel durumuyla ilgili problemler yaşadıkları görülmüştür. Aynı zamanda kızlar istenilen amaca ulaşmak için alay edebilmekte ve çıkma davranışlarını, iletişim memnuniyetsizliğinin bir yolu olarak veya arzulanan amaçları elde etmek için kullanmaktadırlar. Reed, bu yüzden verilecek eğitimin kadın ve erkeklerin davranış kalıplarına uygun olarak farklı içeriğe sahip olması gerektiğini belirtmiştir.

Kolb ve Maxwell (2003), “Yüksek Derecede Yetersizlik Gösteren Ergenler İçin Önemli Sosyal Beceriler: Ailelerin Bakış Açısı” isimli çalışmalarında yüksek düzeyde sosyal yetersizlikler gösteren ergenlerin sosyal davranışlarını geliştirebilmek için gerekli olan için kritik sosyal beceriler hakkında ailelerin görüşlerini incelemiştir. Aileler bu çalışmada duygusal zekânın ve karakterin önemli bir rol oynadığını belirtmektedir. Aileler akademik performansın önemine katılmalarına rağmen, çocuklarının iki genel alanda becerilerini geliştirmelerini istemişlerdir;

1. İçsel zekâ becerileri ile iletişim, dinleme, yorumlama ve anlayışlılığı kapsayan kişiler arası becerilerde başarılı olmaları,
2. Karakter, empati ve azim/motivasyon yapılarını içeren ahlak gelişimini kazanmalarınıdır.

Bu çalışma, eğitimin odağının sürekli değiştiğini göstermektedir. Öğretmen, öğrenci ve aileler akademik başarıya odaklanırken, toplum buna ek olarak

kendilerine ait yerel bölge test sonuçlarına da güvenmekte olduğunu belirtmiştir. Aynı zamanda karakter eğitimi programlarının ve duygusal zekânın üzerindeki yeni araştırmalar, öğrencilerin çalışma yaşamındaki sosyal becerilerini ve sosyal başarılarını arttırmada, sosyal beceri eğitiminin önemini açıklamaktadırlar.

### **1.1.11.2.2.3. Sosyal Beceri İle İlgili Olarak Yapılan Diğer Bazı Araştırmalar**

Kimmel (2002), “Bilişsel Olarak Yetenekli 4. ve 5. Sınıf Çocuklarda Sosyal Becerileri Geliştirme” isimli doktora çalışmasında bilişsel olarak yetenekli fakat sosyal açıdan yetersizlikleri olan 4. ve 5. sınıf öğrencileri üzerinde bir sosyal beceri programı çalışması yapmıştır. Bu programın amacı, deneyimlerden ve fırsatlardan yararlanamayan ve yalnızlık çeken, izole edilmişlik duygusu yaşayan bireylerin çalışma sonunda bazı sosyal becerileri kazanmasını sağlamaktır. Program öncesinde katılımcılara, program, ders planı, çocukların, sorumluluk, empati, kendini kontrol, açıklama, problemleri dışsallaştırma, arkadaşlara ulaşabilme ve kışkırtıcı duyguları kontrol etme ile ilgili olan öğretim stratejilerini tanımlamıştır. Bu özellikler, programdan sonra tekrar kontrol edilmiştir. Program sonrası beklenen bütün hedefler sağlanmıştır. Proje sonucunda öğrenciler, kendi davranışlarının sorumluluğunu kabul etmiş, kendi duygularını yeniden yapılandırmış, olumsuz yanlarını kabul etmiş, diğer insanların hissettiklerini anlamış ve kavga etmeden diğer insanlarla tartışmayı öğrenmiştir. Empati beklenen bütün alanlarda ilerleme sağlamıştır. Bu çalışma bize sosyal becerilerin öğretilbileceğini göstermiştir.

Yapılan diğer bir çalışmada, Grisset ve Norvell (1992) bulimiya hastalığına sahip kızların sosyal ağlarını ve kişilerarası ilişkilerini incelemeyi amaçlamıştır. “Bulimik Kızlarda Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Beceriler ve İlişki Kalitesi” adıyla 21 kontrol grubu ve 21 deney grubu kız üzerinde yapılan çalışma sonucunda, bu hastalığa sahip kızların çevreleriyle olan olumsuz ilişkilerinin hastalığın oluşmasında ve sürmesinde önemli bir etkiye sahip olduğu görülmektedir. Sosyal destek, ilişki kalitesi, sosyal beceriler ve bunların psikopatolojisini inceleyen ölçekleri dolduran bu kızlar, ailelerinden ve arkadaşlarından daha az sosyal destek

aldıklarını, daha az sosyal yeterlilik gösterdikleri ve zorluklarla baş etme güçlerinin daha az olduğunu belirtmişlerdir.

Kathleen ve ark. (2004) yılında yaptığı “ Öğrenci Davranışının Öğretmen Beklentileri: İlkokul Sınıflarında Başarı İçin Sosyal Beceri Gerekliliği” isimli çalışmasında, öğretmenlerin çalıştıkları alan, sınıf düzeyi ile birlikte demografik yapılarına bağlı olarak, öğrencilerden bekledikleri davranışları tanımlamışlardır. Çalışma sonucunda öğretmenlerin sosyal becerileri sınıf başarısı için temel olarak gördükleri ortaya koyulmuştur. İlkokul ve ilkokul ikinci kademe öğretmenleri, işbirliği ve kendini kontrol ile ilgili becerileri sınıf başarısı için temel olarak almaktadırlar. Hakkını arama davranışı, temel olarak bu dönemde daha önemsiz bulunmuştur. Genel ve özel eğitim öğretmenleri hakkını savunma ve kontrol becerilerinde de benzer sonuçlar ifade etmişlerdir. Fakat genel eğitim öğretmenleri başarı için işbirlikçi çalışmayı, özel eğitim öğretmenlerine göre daha önemli görmektedirler.

Yapılan araştırmalar sosyal becerinin, bireylerin gelişiminin her döneminde önemli bir yere sahip olduğunu göstermektedir. Sosyal becerinin bireyin yetiştiği kültürel çevre, aile, arkadaşlar, fiziksel yetersizlikler, yaşadığı yurt dışı deneyimleri vb. gibi birçok faktöre bağlı olduğu ortaya konulmuştur. Fakat bireyin sosyal beceri gelişimini etkileyen en önemli faktörün diğer bireylerden alınan mesajlar olduğu görülmektedir. Bu mesajlar gerek medya tarafından ve gerekse bireyin yakınları tarafından bireye iletilmektedir. Son dönemlerde özellikle medya tarafından iletilen mesajlar daha çok güzellik olgusuyla ilgilidir. Zamanla birey bu mesajları içselleştirmekte ve kendiyle ilgili değerlendirmelere gitmektedir. Bireyin yaptığı bu değerlendirmeler ergenlik döneminde bireyin benliğinde daha fazla yıkıcı bir etki yapabilmektedir. Kendini beğenme ve beğenmeme duygusu da bireyin sosyal ortamlardaki başarısını etkilemektedir. Bu etki kızlarda ve erkeklerde farklı sonuçlara yol açmaktadır. Araştırmalar göstermiştir ki erkekler kızlara göre bedenlerinden daha memnundurlar ve beden memnuniyeti toplumsal, kültürel ve psikolojik birçok yapıdan etkilenmektedir.

## BÖLÜM II

### YÖNTEM

#### 2.1. Araştırmanın Modeli

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesinde okuyan öğrencilerin beden imajı ve sosyal uyum becerilerinin incelendiği bu araştırma, alan araştırması olup tarama (survey) modeline göre yapılmıştır. Bu yöntemle betimleme araştırmaları da denebilir. Bu modelde, mevcut olayların daha önceki olay ve koşullarla ilişkilerini de dikkate alarak, durumlar arasındaki etkileşimin açıklanması hedef alınır. Bu yöntemle dayanan araştırmalarda, “Durum nedir? Neredeyiz? Ne yapmak istiyoruz? Nereye, hangi yöne gitmeliyiz? Oraya nasıl gideriz?” gibi sorulara, mevcut zaman kesiti içinde olduğu düşünülen verilere dayanılarak cevap bulmak istenir (Kaptan 1998, 59).

#### 2.2. Evren ve Örneklem

Çalışma evrenini Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesindeki lisans düzeyinde okuyan 1. ve 4. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesinden Eğitim Fakültesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Biga İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Mühendislik Fakültesi, Ziraat Fakültesi, Su Ürünleri Fakültesi, Güzel Sanatlar Fakültesinden, tesadüfi örneklem yoluyla seçilen bölümlerden 1054 1.ve 4. sınıf üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Seçilen örneklem grubunun fakülteye, cinsiyete, üniversiteye giriş puan türüne ve sınıf düzeyine göre dağılım tabloları aşağıda verilmiştir:

**Tablo 1. Araştırma Anketlerinin Uygulandığı Fakültelerdeki Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet ve Sınıf Düzeyine Göre Dağılımı**

Fakülte	Cinsiyet		Sınıf	
	Kız	Erkek	1.	4.
<b>Eğitim Fakültesi</b>	2755	<b>1523</b>	734	<b>933</b>
<b>Fen-Edebiyat Fak.</b>	1646	<b>1357</b>	711	<b>732</b>
<b>Mühendislik Fak.</b>	184	<b>370</b>	154	<b>134</b>
<b>Ziraat Fak.</b>	221	<b>425</b>	134	<b>134</b>
<b>Su Ürünleri Fak.</b>	76	<b>210</b>	103	<b>104</b>
<b>Güzel Sanatlar Fak.</b>	167	<b>97</b>	66	<b>66</b>
<b>İktisadi İdari Bil. Fak</b>	1128	<b>1033</b>	618	<b>664</b>
Toplam	6081	<b>5015</b>	<b>2520</b>	2767
<b>Genel Toplam</b>	11192		<b>5287</b>	

**Tablo 2. Fakültelerden Örneklem Olarak Alınan Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet ve Sınıf Düzeyine Göre Dağılımı**

Fakülte	Cinsiyet		Sınıf	
	Kız	Erkek	1.	4.
<b>Eğitim Fakültesi</b>	307	<b>239</b>	237	<b>194</b>
<b>Fen-Edebiyat Fak.</b>	123	<b>102</b>	137	<b>128</b>
<b>Mühendislik Fak.</b>	19	<b>24</b>	64	<b>10</b>
<b>Ziraat Fak.</b>	45	<b>28</b>	63	<b>14</b>
<b>Su Ürünleri Fak.</b>	19	<b>33</b>	32	<b>20</b>
<b>Güzel Sanatlar Fak.</b>	12	<b>7</b>	21	<b>12</b>
<b>İktisadi İdari Bil. Fak</b>	46	<b>50</b>	104	<b>18</b>
Toplam	571	<b>483</b>	<b>658</b>	396
<b>Genel Toplam</b>	1054		1054	

**Tablo 3. Araştırma Anketlerinin Uygulandığı Fakültelerdeki Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet, Sınıf Düzeyi ve Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Dağılımı**

Puan Türü	Cinsiyet		Sınıf Düzeyi	
	Kız	Erkek	1.	4.
<b>Türkçe-Matematik</b>	138	56	100	<b>94</b>
<b>Türkçe-Sosyal</b>	134	134	200	<b>96</b>
<b>Fen Bilimleri</b>	249	249	287	<b>123</b>
<b>Özel Yetenek</b>	44	23	25	<b>42</b>
<b>Yabancı Dil</b>	66	21	46	<b>41</b>
<b>Toplam</b>	571	483	658	<b>396</b>
Genel Toplam	1054		1054	

### 2.3. Verilerin Toplanması

Yapılan bu çalışmada Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerin sahip oldukları beden imajı memnuniyet düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere anket uygulaması yapılmıştır. Öncelikle beden imajı, sosyal beceri eğitimi konularıyla ilgili yerli ve yabancı, akademik ve popüler, kuramsal ve araştırmaya dayalı yayınlar üzerinde geniş bir literatür taraması yapılmıştır ve konu ile ilgili araştırmalarda kullanılan veri toplama araçları incelenmiştir. Bu incelemeler sonucunda öğrencilere, “Beden Bölgeleri ve Özelliklerinden Hoşnut Olma Anketi (Gökdoğan 1988)”nin uygulanmasına karar verilmiştir. Fakat anket ortaöğretim öğrencilerine uyarlandığı için, üniversite öğrencilerine uygulanıp uygulanamayacağını belirlemek amacıyla geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması olumlu sonuçlar verdikten sonra anket öğrencilere uygulanmıştır. Sosyal Beceri düzeylerinin ölçülmesinde ise “Sosyal Beceri Envanteri (Yüksel 2004)” kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan anket sonuçları istatistiksel veriler ışığında analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen veriler bilgisayar ortamında değerlendirilmiş, istatistikî çözümlene için SPSS programından yararlanılmıştır.

### 2.3.1. Beden Bölgelerinden ve Özelliklerinden Hoşnut Olma Anketi

Bu anket, Berscheid, Walster ve Bohrnstedt'in beden imajı doyumunun ölçülmesinde kullandıkları "Beden İmajı Anketi" temel olarak Gökdoğan (1988) tarafından kültürel özellikler dikkate alınarak Türkçe'ye uyarlanmıştır. Fakat anket, ortaöğretime uyarlandığı için, üniversite öğrencilerine uygulanmadan önce, üniversite öğrencilerine uygunluğunun test edilmesi gerekmiştir. Bu amaçla, ilk önce ölçek, bir dil uzmanının kontrolünden geçirilmiştir. Ölçeğimizin kapsam geçerliliği ise üniversitelerde görev yapan alan uzmanlarına başvurularak kontrol edilmiştir. Alan uzmanlarının görüşleri doğrultusunda, öğretmen adaylarının beden memnuniyetini ölçmek için, veri toplama aracımızın güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Bu amaçla;

**Test-Tekrar Test Çalışması:** Random yoluyla seçilen 60 üniversite 2. ve 3. sınıf öğrencisi üzerinde 2 aylık bir süre aralığıyla, test-tekrar test yöntemi ile güvenilirlik çalışması yapılmıştır. İlk ve ikinci uygulamaya ait anket formları karşılaştırılarak, maddelerin tümüne verilen toplam puanların korelasyonu "Pearson Çarpım Momentler Korelasyon Katsayısı" ile hesaplanmış ve iki uygulama arasındaki korelasyonun  $r = 0,70$  olduğu ( $p < .001$ ) yani anketin iki uygulama arasında yüksek bir korelasyon gösterdiğini ortaya koymuştur. Böylece aracın güvenilir olduğuna karar verilmiştir. Ankette kızlar için 26 madde, erkekler için 27 madde bulunmaktadır. Ankette likert tipi sorular "hiç memnun değilim", "pek memnun değilim", "kararsızım", "oldukça memnunum", "son derece memnunum" şeklinde 5'li derecelendirme şeklinde yapılmıştır. Gökdoğan'ın anketin uyarlama çalışmasındaki formata uygun olarak, kızlar, erkeklerin cevapladığı "yüzdeki kıl miktarı" ile ilgili soruyu cevaplamamışlardır.

Yukarıda belirtilen çalışmalar tamamlandıktan sonra, anket uygulanmıştır. Daha sonra bu anketler arasından rastgele seçilen 100 öğrencinin anket formu üzerinde madde analizi çalışması yapılmıştır.



**Madde Analizi Çalışması:** Beden imajından hoşnut olma anketinin ne derece iyi işlediğini, diğer bir ifadeyle anketin amaca ne derece hizmet ettiğini anlamak amacıyla madde analizi çalışması yapılmıştır. Bu amaçla uygulamaya alınan toplam 1054 denek arasından 100 deneğe ait anket formu üzerinde çalışılmıştır.

Madde puanları ile test puanları (anketin tümünden alınan puanlar) arasındaki korelasyon katsayıları, istatistiksel olarak, en az  $\alpha=.01$  düzeyinde anlamlı olmayan ve testin tümünden en yüksek ve en düşük puanları alan denekleri en az  $\alpha=.01$  düzeyinde ayırt etmeyen maddelerin anketten çıkarılması kararlaştırılmıştır. Yapılan madde toplam puanları analizi sonucu, bütün maddelerin  $\alpha=.01$  düzeyinde anlamlı olduğu görülmüştür.

Yapılan Cronbach Alfa değerlerinin ölçülmesi sonucunda anketin Cronbach Alfa değerinin 0,91 olduğu görülmüştür ve böylece anketin güvenilir olduğu sonucuna varılmıştır.

### **2.3.2 Sosyal Beceri Envanteri**

Sosyal Beceri Envanteri 1986 yılında Riggio tarafından geliştirilmiş ve 1989 yılında yeniden gözden geçirilerek bugünkü şeklini almış bir ölçme aracıdır. Bu envanter Yüksel (1998) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Envanterin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması üniversite öğrencileri üzerinde Yüksel (1998) tarafından yapılmıştır. Envanter 90 maddeden ve altı alt ölçekten oluşmaktadır. Sosyal anlatımcılık, sosyal kontrol, sosyal duyarlılık, duyuşsal anlatımcılık, duyuşsal kontrol, duyuşsal duyarlılık alt ölçekleri bulunmaktadır. 5’li derecelendirme ile “hiç benim gibi değil”, “biraz benim gibi”, “benim gibi”, “oldukça benim gibi”, “tamamen benim gibi” şeklinde sıralanmıştır.

## **2.4. Verilerin Çözümü ve Yorumlanması**

Araştırmada kullanılan anket sonuçları istatistiksel veriler ışığında analize tabi tutulmuştur. Araştırma sonucunda elde edilen veriler bilgisayar ortamında

değerlendirilmiş, istatistikî çözümlene için SPSS programından yararlanılmıştır. Elde edilen sonuçlar ayrıntılı olarak verilmiştir. Sonuçları değerlendirmede, cinsiyet ve sınıf düzeyine göre farklılığı analiz etmede t testi, puan türleri arasındaki anlamlılığı test etmede tek yönlü varyans analizi (ANOVA-F testi) ve anlamlılığın hangi puan türleri arasında olduğunu anlamak amacıyla Tukey testi kullanılmıştır.

## BÖLÜM III

### BULGULAR VE YORUM

Araştırmanın bu bölümünde, üniversite öğrencilerinin genel sosyal beceri düzeyleri ile genel sosyal beceri düzeylerini oluşturan altı alt ölçekten alınan puanlar ve genel beden memnuniyeti düzeylerini belirlemeye yönelik olarak yapılan çalışmalardan elde edilen bulgulara ve bu bulgulara neden olan sonuçlar hakkında literatürdeki çalışmalara ve araştırmacının yorumlarına yer verilmiştir.

#### **3.1. Cinsiyete Göre Sosyal Beceri Toplam Puanı ve Altı Alt Ölçek Puanları İle Beden Memnuniyeti Toplam Puanlarına İlişkin Bulgular**

Araştırmamızın bu bölümünde, üniversite öğrencilerinin genel sosyal beceri düzeyleri ile sosyal beceri düzeyini belirleyici altı alt ölçekten alınan puanlar ve üniversite öğrencilerinin genel beden memnuniyeti düzeylerinin cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablolar halinde sunulmuştur.

##### **3.1.1. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Beden Memnuniyeti Toplam Puanlarına İlişkin Bulgular**

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin genel beden memnuniyeti düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablolastırılmıştır.

**Tablo 4. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Beden Memnuniyeti Puanları Arasındaki Farklık**

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SK	sd	t	p
Erkek	482	4.11	.54	1051	8.089	<b>.000*</b>
Kız	<b>571</b>	<b>3.84</b>	<b>.49</b>			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Bireylerin beden memnuniyetine yönelik tutumları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [ $t_{(1051)}=8.08$ ,  $p < .05$ ]. Erkek üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti ( $\bar{X}=4.11$ ), kız üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}=3.84$ ) beden memnuniyetine göre daha olumludur. Bu bulgulara göre farklılığın erkeklerin lehine olduğu söylenebilir. Yani erkek üniversite öğrencileri kız üniversite öğrencilerine göre bedenlerinden daha memnundurlar. Tiggeman (2004; 38), tarafından yapılan bir çalışma bu bulgumuzu desteklemektedir. Bu çalışma beden memnuniyetsizliğiyle ilgili olarak, özellikle kızların yaşam boyunca sıkıntıları olduğunu göstermektedir. Genç erkekler, genç kızlara göre, daha iyi bir beden imajına sahip olarak bulunmuşlardır.

Araştırma bulgularını destekleyen diğer bir çalışmada ülkemizde Çok (1990; 412) tarafından yapılmıştır. Sonuçlar, erkeklerin kızlara göre bedenlerinden daha memnun olduklarını ortaya koymaktadır. Diğer çalışmalarda da görüldüğü gibi, sonuçlar erkek üniversite öğrencilerinin kız üniversite öğrencilerine göre bedenlerinden daha memnun olduğuna ilişkin bulgularla tutarlılık göstermektedir.

### **3.1.2. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Sosyal Beceri Düzeyi Toplam Puanlarına İlişkin Bulgular**

Burada, üniversite öğrencilerinin genel sosyal beceri düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablolandırılmıştır.

**Tablo 5. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Sosyal Beceri Düzeyi Puanları Arasındaki Farklılık**

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SK	sd	t	p
Erkek	572	2.82	.70	1052	5.01	<b>.000*</b>
Kız	<b>482</b>	<b>3.01</b>	<b>.53</b>			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Araştırma sonuçları bireylerin sosyal beceri düzeylerine yönelik tutumları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiğini ortaya koymaktadır [ $t_{(1052)}=5.01$ ,  $p<.05$ ]. Erkek üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeyleri ( $\bar{X}=2.82$ ), kız üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}=3.01$ ) sosyal beceri düzeylerine göre düşüktür. Bu bulgulara göre farklılığın kızların lehine olduğu söylenebilir. Buna göre, kızlar sosyal beceri yönünden erkeklerden daha başarılı bulunmuşlardır. Çalışmamızın bulguları Deniz ve ark (2005; 28–32)’nin bulgularıyla da tutarlılık göstermektedir. Deniz ve ark tarafından yapılan bir araştırmada da, kızların toplam sosyal beceri puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonuca rağmen sadece erkeklerin duygusal kontrol bölümleri kızlara göre daha yüksek çıkmıştır. Duygusal kontrol alt ölçeğinin analizinde bu sonuca ilişkin açıklamalar yapılmıştır.

### **3.1.3. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Duyuşsal Anlatımcılık Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular**

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden “Duyuşsal Anlatımcılık” düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablolştırılmıştır.

**Tablo 6. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Duyuşsal Anlatımcılık Puanları Arasındaki Farklılık**

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SK	sd	t	p
Erkek	446	3.06	.48	986	5.56	<b>.000*</b>
Kız	<b>542</b>	<b>3.25</b>	<b>.55</b>			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Bireylerin duyuşsal anlatımcılık beceri düzeylerine yönelik tutumları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [ $t_{(986)}=5.56$ ,  $p < .05$ ]. Erkek üniversite öğrencilerinin duyuşsal anlatımcılık düzeyleri ( $\bar{X}=3.06$ ), kız üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}=3.25$ ) duyuşsal anlatımcılık düzeylerine göre daha olumsuzdur. Bu bulgulara göre farklılığın kızların lehine olduğu söylenebilir. Bu alt ölçekte belirtilen becerileri yüksek olan bireyler diğer insanları daha rahat etkileyebilirler, canlı ve neşelidirler. Ayrıca bu ölçüğe ait puanları yüksek olan bireyler, puanları düşük olanlara göre daha cana yakın, atılgan, kendine güvenen, enerjik ve yaşam dolu bireyler olarak tanımlanmaktadır (Yüksel 2004; 9). Sosyal becerinin, bireylerin sözel olmayan iletişim becerilerini, özellikle duyuşsal mesajları gönderme yeteneğini ölçen bu alt ölçüğüne ilişkin bulgular Troisi ve Moles (1999; 245–249) tarafından yapılan araştırma ile tutarlı sonuçlar göstermektedir. Troisi ve Moles, bir kişinin yüzüne bakmak, anlık bir bakışta bulunmak, kişinin davranışlarına dikkat etmek ve alaka göstermek, kişinin yüzündeki davranışı okuma ve konuşma başlatma ile ilişkili olan duyuşsal mesajları okuma ile ilgili çalışmasında, kızların erkeklere oranla üç davranışsal kategoride daha yüksek puanlar aldıklarını bulmuştur. Kızlar, açıklama yapma, gruba dahil olma, uyma gibi davranışlarda yüksek puanlar almışlardır. Ayrıca yaptıkları çalışmada depresif kızların erkeklere göre daha fazla sosyal ilişkiye girebildiklerini belirlemişlerdir. Bizim araştırma bulgularımızın sonuçlarına göre üniversite öğrencisi kızlar duyuşsal mesajlar göndermede ve sosyal ilişkileri başlatmada daha cesur olarak bulunmuşlardır.

### 3.1.4. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Duyuşsal Duyarlılık Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden “Duyuşsal Duyarlılık” düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiştir ve sonuçlar tablo halinde sunulmuştur.

**Tablo 7. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Duyuşsal Duyarlılık Puanları Arasındaki Farklılık**

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SK	sd	t	p
Erkek	409	3.24	.51	925	4.28	<b>.000*</b>
Kız	<b>518</b>	<b>3.39</b>	<b>.52</b>			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Bireylerin duyuşsal duyarlılık beceri düzeylerine yönelik tutumları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [ $t_{(925)}=4.28$ ,  $p < .05$ ]. Erkek üniversite öğrencilerinin duyuşsal duyarlılık düzeyleri ( $\bar{X}=3.24$ ), kız üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}=3.39$ ) duyuşsal duyarlılık düzeylerine göre daha olumsuzdur. Bu bulgulara göre farklılığın kızların lehine olduğu söylenebilir. Bu alt ölçek, başkalarını sözel olmayan mesajlarını alma ve çözümleme becerilerini ölçmektedir. Duyuşsal yönden duyarlı bireyler, başkalarının sözel olmayan mesajlarını doğru, tam ve hızlı olarak çözümlerler. Bu alt ölçekten yüksek puan alan bireyler, başkalarının duyuşsal durumlarını empatik olarak ifade edebilirler (Yüksel 2004; 10). Araştırma bulgularına göre, üniversite öğrencisi kızlar duyuşsal duyarlılık özellikleri bakımından daha yüksek beceri göstermektedirler. Araştırma bulguları diğer araştırma bulguları ile de tutarlılık göstermektedir. Biele ve Grabowska (2006; 4) dinamik ve statik yüz ifadelerini anlamada cinsiyet farklılığının etkisini araştırdığı çalışmasında, erkeklerin kızgınlık ifade eden dinamik bir duygu şeklini mutluluk ifade eden statik bir duygu ifadesine göre daha belirgin olarak anladıklarını bulmuşlardır. Kızların ise mutluluk ve kızgınlık belirtisi olan iki ifadede duygusal yoğunluk bulduklarını belirtmişlerdir. Araştırmanın bulgularına göre cinsiyet,

duyguları okumada önemli bir farklılık göstermektedir ve kızlar karşıdaki bireyin duygularını daha rahat okumaktadırlar.

### 3.1.5. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Duyuşsal Kontrol Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden “Duyuşsal Kontrol” düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablolaştırılarak sunulmuştur.

**Tablo 8. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Duyuşsal Kontrol Puanları Arasındaki Farklılık**

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SK	sd	t	p
Erkek	429	2.98	.55	969	6.10	<b>.000*</b>
Kız	<b>542</b>	<b>2.73</b>	<b>.71</b>			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Bireylerin duyuşsal kontrol beceri düzeylerine yönelik tutumları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir[t<sub>(969)</sub>=6.10, p<.05]. Erkek üniversite öğrencilerinin duyuşsal kontrol düzeyleri ( $\bar{X}$ =2.98), kız üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}$ =2.73) duyuşsal kontrol düzeylerine göre daha olumludur. Bu bulgulara göre farklılığın erkeklerin lehine olduğu söylenebilir. Bu alt ölçek, bireylerin duyuşsal ve sözel olmayan tepkilerini düzenleme ve kontrol becerilerini ölçmektedir. Duyuşsal kontrol, belli başlı duyguları yetenekli bir biçimde birleştirme ve bu duyguları bir maske altında gizleme becerilerini kapsar. Duyuşsal kontrol puanları yüksek bireyler iyi birer duygusal aktörlerdir, duruma göre hissedebilir ve duygusal zıtlama durumunda maske takabilirler (Yüksel 2004; 10). Sosyal beceri alt ölçekleri içinde yalnızca duyuşsal kontrol puanları, erkeklerde kızlara göre daha yüksek çıkmıştır. Çalışma bulguları, Deniz ve ark. (2005; 28–32) çalışma bulgularıyla tutarlılık göstermektedir. Onların çalışmalarında, kızların toplam sosyal beceri düzeyleri erkeklere göre yüksek çıkmasına rağmen, duyuşsal kontrol bölümü puanları



erkeklerde daha yüksek çıkmıştır. Bu sonuçlara göre erkekler, duygularını daha iyi maskeleyebilmekte ve duruma göre davranabilmektedirler. Bu sonuçlarda, kültürün etkisinin olabileceği araştırmacılar tarafından ileri sürülmüştür. Çünkü kültürümüzde erkeklerin duygularını açıkça ortaya koyması hoş karşılanmazken kızların duygularını açık olarak ortaya koymaları normal bir durum olarak görünmektedir.

### 3.1.6. Üniversite Öğrencilerinin, Cinsiyete Göre Sosyal Kontrol Alt Ölçeği Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Bulgular

Bu kapsamda, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden “Sosyal Kontrol” düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablo halinde verilmiştir.

**Tablo 9. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Sosyal Kontrol Puanları Arasındaki Farklılık**

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SK	sd	t	p
Erkek	448	3.47	.65	981	2.1	<b>.035*</b>
Kız	<b>535</b>	<b>3.56</b>	<b>.66</b>			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Bireylerin sosyal kontrol beceri düzeylerine yönelik tutumları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [ $t_{(981)}=2.1$ ,  $p < .05$ ]. Erkek üniversite öğrencilerinin sosyal kontrol düzeyleri ( $\bar{X}=3.47$ ), kız üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}=3.56$ ) sosyal kontrol düzeylerine göre daha olumsuzdur. Bu bulgulara göre farklılığın kızların lehine olduğu söylenebilir. Bu alt ölçekten yüksek puan alanlar, herhangi bir durumda ortama uygun hareket eden, kendinden emin ve sosyal durumlara kolayca ayak uydurabilen bireylerdir (Yüksel 2004;12). Sosyal kontrol becerisi yüksek olan bireyler, sempatik, duygusal olarak durağan, atılgan, samimi ve rahat bireylerdir. Bizim çalışmamızın sonuçlarına göre kız üniversite öğrencileri, bu ölçekle ilişkili olan cana yakınlık, tutarlılık, girişkenlik, özgürlük, gruba bağlılık ve rahat karakter özellikleri yönünden erkek üniversite öğrencilerine göre kendilerini

daha başarılı görmektedirler. Çalışmamızın bulguları Avşar (2004; 125)'in bulguları tarafından da desteklenmektedir. Avşar, beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının sosyal beceri düzeylerini ölçtüğü çalışmasında, kız beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının sosyal kontrol düzeylerinin, erkek beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının sosyal kontrol düzeylerine göre daha yüksek olduğunu bulmuştur.

### 3.1.7. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Sosyal Anlatıcılık Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular

Bu alt başlık çerçevesinde, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden “Sosyal Anlatıcılık” düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablo halinde sunulmuştur.

**Tablo 10. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Sosyal Anlatıcılık Puanları Arasındaki Farklılık**

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SK	sd	t	p
Erkek	421	3.10	.63	955	1.4	<b>.151</b>
Kız	<b>536</b>	<b>3.16</b>	<b>.68</b>			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Bireylerin sosyal anlatıcılık beceri düzeylerine yönelik tutumları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir[t<sub>(955)</sub>=1.4, p< .05]. Erkek üniversite öğrencilerinin sosyal anlatıcılık düzeyleri ( $\bar{X}$  =3.10), kız üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}$  =3.16) sosyal anlatıcılık düzeylerinden anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Bu alt ölçek bireylerin, sözel konuşmadaki beceri ve başkalarıyla sosyal yakınlaşmaya girme becerilerini ölçmektedir. Bu sonuçlar diğer araştırma bulgularıyla desteklenmektedir. Deniz ve ark (2005; 38–42)'nin yaptığı, üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile bağlanma stillerini incelediği çalışmalarında, kızların sosyal anlatıcılık düzeylerinin, erkeklerin sosyal anlatıcılık düzeylerinden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bulgularımıza göre kız üniversite

öğrencileri, erkek üniversite öğrencilerine göre bu alt ölçeğe ait olan, cana yakınlık, sosyal ya da herhangi bir konuda sohbeti başlatma ve yönlendirme becerisine daha fazla sahip olarak görülmektedirler. Fakat cinsiyetler arasındaki bu fark, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık oluşturacak düzeyde değildir.

### 3.1.8. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Sosyal Duyarlılık Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular

Bu alt başlığın amacı, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden “Sosyal Duyarlılık” düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablo halinde sunulmuştur.

**Tablo 11. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Sosyal Duyarlılık Puanları Arasındaki Farklılık**

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SK	sd	t	p
Erkek	423	3.13	.57	950	4.04	<b>.000*</b>
Kız	<b>529</b>	<b>3.28</b>	<b>.61</b>			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Bireylerin sosyal duyarlılık beceri düzeylerine yönelik tutumları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [ $t_{(950)}=4.04$ ,  $p<.05$ ]. Erkek üniversite öğrencilerinin sosyal duyarlılık düzeyleri ( $\bar{X}=3.13$ ), kız üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}=3.28$ ) sosyal duyarlılık düzeylerine göre daha olumsuzdur. Bu bulgulara göre farklılığın kızların lehine olduğu söylenebilir. Bu alt ölçek bireylerin, başkalarının sözel mesajlarını çözümüleme becerisini ölçmektedir. Bunun yanı sıra bu beceri bireylerin uygun sosyal davranışlarını yönlendiren normları anlamayı ve bireysel duyarlılığı değerlendirmeyi amaçlamaktadır (Yüksel 2004; 11). Yine Deniz ve ark. (2005) yaptığı çalışmalarında elde ettikleri bulgular araştırma bulgularımızı desteklemektedir. Bu araştırmacıların araştırma sonuçlarına göre de kız üniversite

öğrencilerinin sosyal duyarlılık düzeyleri, erkek öğrencilerin sosyal duyarlılık düzeylerinden daha yüksek bulunmuştur.

### 3.2. Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Beceri Toplam Puanı ve Altı Alt Ölçek Puanları İle Beden Memnuniyeti Toplam Puanlarına İlişkin Bulgular

Araştırmamızın bu bölümünde, üniversite öğrencilerinin genel sosyal beceri düzeyleri ile sosyal beceri düzeyini belirleyici altı alt ölçekten alınan puanlar ve üniversite öğrencilerinin genel beden memnuniyeti düzeylerinin, sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablo halinde sunulmuştur.

#### 3.2.1. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Beden Memnuniyeti Toplam Puanlarına İlişkin Bulgular

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin genel beden memnuniyeti düzeylerinin sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiştir ve sonuçlar tablo halinde sunulmuştur.

**Tablo 12. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Beden Memnuniyeti Puanları Arasındaki Farklılık**

Sınıf Düzeyi	N	$\bar{X}$	SK	sd	t	p
Birinci Sınıf	657	3.94	.55	1051	1.82	<b>.068</b>
Dördüncü Sınıf	<b>396</b>	<b>4.00</b>	<b>.50</b>			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Bireylerin beden memnuniyetine yönelik tutumları sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [ $t_{(1051)}=1.82$ ,  $p < .05$ ]. Birinci sınıf üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti ( $\bar{X}=3.94$ ), dördüncü sınıf üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}=4.00$ ) beden memnuniyetine göre daha olumsuzdur. Fakat bu fark istatistiksel olarak anlamlılık gösterecek düzeyde değildir. Bu bulgulara göre beden memnuniyeti sınıf düzeyine göre anlamlı bir fark göstermemektedir.

### 3.2.2. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Beceri Toplam Puanlarına İlişkin Bulgular

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablo halinde sunulmuştur.

**Tablo 13. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Beceri Düzeyleri Puanları Arasındaki Farklılık**

Sınıf Düzeyi	N	$\bar{X}$	SK	sd	t	p
Birinci Sınıf	658	2.90	.61	1051	1.39	<b>.163</b>
Dördüncü Sınıf	<b>396</b>	<b>2.96</b>	<b>.62</b>			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Bireylerin sosyal beceri puanları sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [ $t_{(1051)}=1.39$ ,  $p < .05$ ]. Birinci sınıf üniversite öğrencilerinin sosyal beceri puanları ( $\bar{X}=2.90$ ), dördüncü sınıf üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}=2.96$ ) sosyal beceri puanlarına göre daha olumsuzdur. Fakat bu fark istatistiksel olarak anlamlılık gösterecek düzeyde değildir. Bu bulgulara göre sosyal beceri sınıf düzeyine göre anlamlı bir fark göstermemektedir. Araştırma bulgularımız Hamarta (2000; 52)'nin bulgularıyla da tutarlılık göstermektedir. Hamarta, sınıf değişkeninin üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeyleri üzerinde etkisinin olmadığını belirtmiştir.

### 3.2.3. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Duyuşsal Anlatımcılık Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden olan “Duyuşsal Anlatımcılık” düzeylerinin sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablo halinde sunulmuştur.

**Tablo 14. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Duyuşsal Anlatımcılık Düzeyleri Puanları Arasındaki Farklılık**

Sınıf Düzeyi	N	$\bar{X}$	SK	sd	t	p
Birinci Sınıf	613	3.14	.50	986	1.70	<b>.088</b>
Dördüncü Sınıf	<b>375</b>	<b>3.20</b>	<b>.56</b>			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Bireylerin duyuşsal anlatımcılık özellikleri sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir[t<sub>(986)</sub>=1.70, p< .05]. Birinci sınıf üniversite öğrencilerinin duyuşsal anlatımcılık özellikleri ( $\bar{X}$  =3.14), dördüncü sınıf üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}$  =3.20) duyuşsal anlatımcılık özelliklerine göre daha olumsuzdur. Fakat bu fark istatistiksel olarak anlamlılık gösterecek düzeyde değildir. Bu bulgulara göre duyuşsal anlatımcılık özellikleri sınıf düzeyine göre anlamlı bir fark göstermemektedir.

### 3.2.4. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Duyuşsal Duyarlılık Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden olan “Duyuşsal Duyarlılık” düzeylerinin sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablo halinde verilmiştir.

**Tablo 15. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Duyuşsal Duyarlılık Puanları Arasındaki Farklılık**

Sınıf Düzeyi	N	$\bar{X}$	SK	sd	t	p
Birinci Sınıf	576	3.30	.52	925	1.28	<b>.199</b>
Dördüncü Sınıf	<b>351</b>	<b>3.35</b>	<b>.51</b>			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Bireylerin duyuşsal duyarlılık özellikleri sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir[t<sub>(925)</sub>=1.28, p< .05]. Birinci sınıf üniversite öğrencilerinin

duyuşsal duyarlılık özellikleri ( $\bar{X}=3.30$ ), dördüncü sınıf üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}=3.35$ ) duyuşsal duyarlılık özelliklerine göre daha olumsuzdur. Fakat bu fark istatistiksel olarak anlamlılık gösterecek düzeyde değildir. Bu bulgulara göre duyuşsal duyarlılık özellikleri sınıf düzeyine göre anlamlı bir fark göstermemektedir.

### 3.2.5. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Duyuşsal Kontrol Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden olan “Duyuşsal Kontrol” düzeylerinin sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablo halinde verilmiştir.

**Tablo 16. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Duyuşsal Kontrol Puanları Arasındaki Farklılık**

Sınıf Düzeyi	N	$\bar{X}$	SK	sd	t	p
Birinci Sınıf	601	2.85	.59	969	.475	<b>.635</b>
Dördüncü Sınıf	<b>370</b>	<b>2.83</b>	<b>.75</b>			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Bireylerin duyuşsal kontrol özellikleri sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir[t<sub>(969)</sub>=.475, p< .05]. Birinci sınıf üniversite öğrencilerinin duyuşsal kontrol özellikleri ( $\bar{X}=2.85$ ), dördüncü sınıf üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}=2.83$ ) duyuşsal kontrol özelliklerine göre daha olumludur. Fakat bu fark istatistiksel olarak anlamlılık gösterecek düzeyde değildir. Bu bulgulara göre duyuşsal kontrol özellikleri sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

### 3.2.6. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Kontrol Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden olan “Sosyal Kontrol” düzeylerinin sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablo halinde sunulmuştur.

**Tablo 17. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Kontrol Düzeyleri Puanları Arasındaki Farklılık**

Sınıf Düzeyi	N	$\bar{X}$	SK	sd	t	p
Birinci Sınıf	615	3.46	.67	981	3.74	<b>.000*</b>
Dördüncü Sınıf	<b>368</b>	<b>3.62</b>	<b>.61</b>			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Bireylerin sosyal kontrol özellikleri sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir[t<sub>(981)</sub>=3.74, p< .05]. Birinci sınıf üniversite öğrencilerinin sosyal kontrol özellikleri ( $\bar{X}$ =3.46), dördüncü sınıf üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}$ =3.62) sosyal kontrol özelliklerine göre daha olumsuzdur. Bu bulgulara göre sosyal kontrol özellikleri dördüncü sınıf lehine anlamlı bir fark göstermektedir. Bireylerin sosyal rol oynama ve bireyin sosyal olarak kendini ortaya koyma becerilerini ölçen bu alt ölçeğin dördüncü sınıf üniversite öğrencilerinin lehine olması, onların artık sosyal gelişimlerini büyük ölçüde tamamlamış olmalarından kaynaklanabilir. Çünkü üniversite, öğrencilere büyük ölçüde sosyalleşme imkânı vermektedir.

### 3.2.7. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Anlatımcılık Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden olan “Sosyal Anlatımcılık” düzeylerinin sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablo halinde verilmiştir.



**Tablo 18. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Anlatımcılık Düzeyleri Puanları Arasındaki Farklılık**

Sınıf Düzeyi	N	$\bar{X}$	SK	sd	t	p
Birinci Sınıf	597	3.10	.64	955	1.74	<b>.082</b>
Dördüncü Sınıf	<b>360</b>	<b>3.18</b>	<b>.68</b>			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Bireylerin sosyal anlatımcılık özellikleri sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir[t<sub>(955)</sub>=1.74, p< .05]. Birinci sınıf üniversite öğrencilerinin sosyal anlatımcılık özellikleri ( $\bar{X}$ =3.10), dördüncü sınıf üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}$ =3.18) sosyal anlatımcılık özelliklerine göre daha olumsuzdur. Fakat bu fark, istatistiksel olarak anlamlılık gösterecek düzeyde değildir. Bu bulgulara göre sosyal anlatımcılık özellikleri sınıf düzeyine göre anlamlı bir fark göstermemektedir.

### 3.2.8. Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Duyarlılık Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden olan “Sosyal Duyarlılık” düzeylerinin sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile kontrol edilmiş ve tablo halinde sunulmuştur.

**Tablo 19. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Duyarlılık Düzeyleri Puanları Arasındaki Farklılık**

Sınıf Düzeyi	N	$\bar{X}$	SK	sd	t	p
Birinci Sınıf	594	3.26	.60	954	2.82	<b>.005*</b>
Dördüncü Sınıf	<b>358</b>	<b>3.14</b>	<b>.59</b>			

\*P<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Bireylerin sosyal duyarlılık özellikleri sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir[t<sub>(954)</sub>=2.82, p< .05]. Birinci sınıf üniversite öğrencilerinin

sosyal duyarlılık özellikleri ( $\bar{X}=3.26$ ), dördüncü sınıf üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}=3.14$ ) sosyal duyarlılık özelliklerine göre daha olumludur. Bu bulgulara göre sosyal duyarlılık özellikleri birinci sınıf lehine anlamlı bir fark göstermektedir. Bireylerin uygun sosyal davranışlarını yönlendiren normları anlamak ve bireysel duyarlılığı değerlendiren bu alt ölçekte üniversite birinci sınıf öğrencileri daha başarılı görünmektedirler. Bu özelliğin birinci sınıfların lehine olması, öğrencilerin henüz son ergenlik dönemini tamamlamadıklarından hala sosyal değerlere aşırı önem vermelerinden kaynaklanabilir. Dördüncü sınıf üniversite öğrencileri, belli bir düzeyde artık sosyal mesajları eleme ve geçerli normları dikkate alma becerisi kazanmış olabilirler.

### **3.3. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Beceri Toplam Puanı ve Altı Alt Ölçek Puanları İle Beden Memnuniyeti Toplam Puanına İlişkin F Testi Sonuçları**

Araştırmamızın bu bölümünde, üniversite öğrencilerinin genel sosyal beceri düzeyleri ile sosyal beceri düzeyini belirleyici altı alt ölçekten alınan puanlar ve üniversite öğrencilerinin genel beden memnuniyeti düzeylerinin üniversiteye giriş puan türüne göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi F testi istatistiksel analiz yöntemi kullanılarak kontrol edilmiştir ve bulgular tablolar halinde verilmiştir.

#### **3.3.1. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Beden Memnuniyeti Genel Puan Ortalamalarına İlişkin Bulgular**

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin genel beden memnuniyeti düzeylerinin üniversiteye giriş puan türüne göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği F testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablo halinde verilmiştir.

**Tablo 20. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Beden Memnuniyeti Genel Ortalamaları Arasındaki Farklılık**

Alt Boyutlar	Varsayın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
<b>Beden Memnuniyeti</b>	Gruplar Arası	6.861	4	1.715	6.046	.000*	<b>FB- TM, YD- TM, ÖY- TM, ÖY-TS</b>
	Gruplar İçi	297.323	1048	.284			
	<b>Toplam</b>	<b>304.185</b>	<b>1052</b>				

\*p<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeylerinin üniversiteye giriş puan türleri bakımından anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur[F (4, 1048)=6.046, p<.05]. Sonuçlar öğrencilerin duyuşsal anlatımcılık düzeyi puanları, üniversiteye giriş puan türüne göre anlamlı bir şekilde değiştiğini göstermektedir. Puan türleri arası farkların hangi gruplar arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Tukey testinin sonuçlarına göre, aralarında anlamlı bir farklılık olan puan türlerinden Türkçe-Matematik (TM) ( $\bar{X}$ =3.85), puan türüne göre üniversiteye giren öğrencilerin beden memnuniyeti ile Fen Bilimleri (FB) ( $\bar{X}$ =4.01) puan türü ile sınava girenler arasında Fen Bilimleri puan türü lehine anlamlı bir fark bulunmuştur. Yabancı Dil (YD) ( $\bar{X}$ =4.04), puan türüne göre sınava girenler ile Türkçe-Matematik (TM) ( $\bar{X}$ =3.85) puan türüne göre üniversiteye giren öğrenciler arasında Yabancı Dil (YD) puan türü lehine anlamlı bir fark bulunmuştur. Özel Yetenek (ÖY) ( $\bar{X}$ =4.14) puan türüne göre üniversiteye giren öğrenciler ile Türkçe-Matematik (TM) ( $\bar{X}$ =3.85) puan türüne göre üniversiteye giren öğrencileri arasında Özel Yetenek (ÖY) puan türü lehine anlamlı bir fark bulunmuştur. Özel Yetenek (ÖY) ( $\bar{X}$ =4.14) puan türüne göre üniversiteye giren öğrenciler ile Türkçe-Sosyal (TS) ( $\bar{X}$ =3.92)

puan türüne göre üniversiteye giren öğrenciler arasında Özel Yetenek (ÖY) puan türü lehine anlamlı bir fark vardır. Sonuçlara baktığımızda, Özel Yetenek (ÖY), Fen Bilimleri (FB) ve Yabancı Dil (YD) puan türü ile üniversiteye giren öğrencilerin beden memnuniyeti Türkçe-Matematik (TM) ve Türkçe-Sosyal (TS) puan türü ile üniversiteye giren öğrencilere göre daha yüksek çıkmıştır. Bu sonuçlar, Türkçe-Matematik (TM) ve Türkçe-Sosyal (TS) bölümü öğrencilerinin daha önce belirttiğimiz gibi, aldıkları derslerden kaynaklanabilir. Bu bölümlerde verilen felsefe, sosyoloji, mantık, psikoloji gibi insanın kendini tanımasına olanak veren dersler bireyin daha çok kendi içine ve benliğine dönük değerlendirmeler yapmasına sebep olabilmektedir. Bu bölümlerdeki bireyler bu yüzden kendilerine yönelik daha eleştirel bakış açısına sahip olabilmektedirler.

### 3.3.2. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Beceri Genel Puan Ortalamalarına İlişkin Bulgular

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin üniversiteye giriş puan türüne göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği F testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablo halinde verilmiştir.

**Tablo 21. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Beceri Genel Ortalamaları Arasındaki Farklılık**

Alt Boyutlar	Varsayın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Sosyal Beceri	Gruplar Arası	16.215	4	4.054	10.867	.000*	TM-FB, TS-FB, YD-FB, YD-ÖY, YD-TS
	Gruplar İçi	391.338	1049	.373			
	<b>Toplam</b>	<b>407.554</b>	<b>1053</b>				

\*p<.05 düzeyinde anlamlıdır

Sosyal beceri toplam puanlarının üniversite öğrencilerinin üniversiteye giriş puan türleri bakımından anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur [ $F_{(4-1049)}=10.87$ ,  $p<.05$ ]. Bu bulgulara göre öğrencilerin sosyal beceri düzey puanları puan türüne göre anlamlı bir şekilde değişmektedir. Puan türleri arası farkların hangi gruplar arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Tukey testinin sonuçlarına göre, Yabancı Dil (YD) ( $\bar{X} = 3.20$ ) puan türüne göre üniversiteye giren öğrencilerin Fen Bilimleri (FB), Özel Yetenek (ÖY) ve Türkçe Sosyal (TS) puan türüne göre sosyal becerilerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Türkçe Matematik (TM) ( $\bar{X} = 3.05$ ), puan türüne göre üniversiteye giren öğrenciler Fen Bilimleri (FB) ( $\bar{X} = 2.80$ ), puan türüne göre sınava girenlerden daha yüksek sosyal beceri ifade etmektedirler. Türkçe Sosyal (TS) ( $\bar{X} = 2.94$ ) puan türü ile üniversiteye giren öğrenciler, fen bilimleri (FB) ( $\bar{X} = 2.80$ ) puan türüne göre üniversiteye giren öğrencilere göre sosyal beceri düzeylerinin daha olumlu olduğunu ifade etmişlerdir. Araştırma bulgularımızın sonuçlarına göre bölümler arasında oluşan farklılığın, puan türleri içinde aldıkları eğitimden kaynaklandığını varsayabiliriz. Sonuçlara dikkat ettiğimizde, Türkçe-Matematik, Türkçe-Sosyal ve Yabancı Dil puan türü ile sınava giren öğrencilerin sosyal beceri düzeyi puan ortalamaları daha yüksek çıkmıştır. Türkçe-Matematik ve Türkçe-Sosyal Bölümü öğrencilerinin ortaöğretim döneminde aldığı psikoloji, mantık, felsefe gibi insanı tanımaya ve anlamaya yönelik dersler bireylerin sosyal beceri gelişimlerini etkileyebilir. Yabancı Dil puan türünün anlamlı bir farklılık göstermesi de yabancı dil öğretiminin genellikle etkileşime dayalı olarak yapılması, bireylerin işbirlikçi çalışmalarına daha fazla olanak vermesinden kaynaklandığı söylenebilir. Elde edilen bulgularımız Kara (2003; 123-125)'nin bulgularıyla tutarlılık göstermektedir. Kara'nın araştırma sonuçlarına göre, Sosyal Bilgiler dersinin, Fen Bilgisi dersinin ve Türkçe dersinin sosyal beceriyi etkileyen en önemli faktörlerden olduğunu belirtmiştir.

### 3.3.3. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Duyuşsal Anlatımcılık Alt Ölçeğine İlişkin Bulgular

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden olan “Duyuşsal Anlatımcılık” düzeylerinin üniversiteye giriş puan türüne göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği F testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablo halinde sunulmuştur.

**Tablo 22. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Duyuşsal Anlatımcılık Alt Ölçeğine Ait Puanlar Arasındaki Farklılık**

Alt Boyutlar	Varsayın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Duyuşsal Anlatımcılık	Gruplar Arası	5.890	4	1.473	5.302	.000*	TM-TS, TM-FB
	Gruplar İçi	273.037	983	.278			
	<b>Toplam</b>	<b>278.928</b>	<b>987</b>				

\*p<.05 düzeyinde anlamlıdır

Sosyal beceri alt ölçeği duyuşsal anlatımcılık toplam puanlarının üniversite öğrencilerinin üniversiteye giriş puan türleri bakımından anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur [ $F_{(4-983)}=2.762$ ,  $p<.05$ ]. Sonuçlar, öğrencilerin duyuşsal anlatımcılık düzeyi puanlarının, üniversiteye giriş puan türüne göre anlamlı bir şekilde değiştiğini göstermektedir. Puan türleri arası farkların hangi gruplar arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Tukey testinin sonuçlarına göre, aralarında anlamlı bir fark olan puan türlerinden Türkçe Matematik (TM) ( $\bar{X}=3.29$ ), puan türüne göre üniversiteye giren öğrencilerin Türkçe Sosyal (TS) ( $\bar{X}=3.12$ ), puan türüne göre sınava girenlere göre daha olumlu görüşe sahip oldukları bulunmuştur. Yine Türkçe Matematik puan türüne göre üniversiteye giren öğrencilerin (TM) ( $\bar{X}=3.29$ ), Fen Bilimleri (FB) ( $\bar{X}=3.11$ ) puan türüne göre üniversiteye giren öğrencilere göre duyuşsal anlatımcılık düzeylerinin daha olumlu olduğu görülmüştür. Bireylerin sözel olmayan iletişim becerilerinin, özellikle duyuşsal mesajları

gönderme becerilerini ölçen bu alt ölçeğin Türkçe-Matematik (TM) puan türü lehine anlamlı bir farklılık göstermesi daha önceki alt ölçeklerde olduğu gibi ortaöğretim döneminde aldıkları psikoloji, felsefe ve mantık gibi derslerde, insani bilimlere yönelik konularda daha fazla çalışmış olmalarından kaynaklanabilir. Bireyler aldıkları bu dersler ile duyguları tanıma, empati vb. gibi konularda bilgi sahibi olabilmektedirler. Araştırma bulgularımız Hamarta (2000; 52)nin bulgularıyla da tutarlılık göstermektedir. Hamarta, öğrenim görülen bölümün, üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinde etkili olduğunu bulmuştur.

### 3.3.4. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Duyuşsal Duyarlılık Alt Ölçeğine İlişkin Bulgular

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden olan “Duyuşsal Duyarlılık” düzeylerinin üniversiteye giriş puan türüne göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği F testi ile kontrol edilmiş ve tablo halinde verilmiştir.

**Tablo 23. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Duyuşsal Duyarlılık Alt Ölçeğine Ait Puanlar Arasındaki Farklılık**

Alt Boyutlar	Varsayın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Duyuşsal Duyarlılık	Gruplar Arası	3.166	4	.791	2.908	.021*	TM-TS, TM-FB, YD-TM, ÖY-TM
	Gruplar İçi	250.913	922	.272			
	Toplam	254.079	926				

\*p<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Sosyal beceri alt ölçeği duyuşsal duyarlılık toplam puanlarının üniversite öğrencilerinin üniversiteye giriş puan türleri bakımından anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur [ $F_{(4,922)}=2.908$   $p<.05$ ]. Bulgularımıza göre Türkçe-Matematik (TM) ( $\bar{X}=3.37$ ) puan türü ile Türkçe-Sosyal (TS) ( $\bar{X}=3.30$ ) puan türü arasında Türkçe-Matematik (TM) puan türü lehine anlamlı bir farklılık vardır. Türkçe-Matematik (TM) ( $\bar{X}=3.37$ ) puan türü ile Fen Bilimleri (FB) ( $\bar{X}=3.27$ ) puan türü arasında Türkçe-Matematik puan türü lehine anlamlı bir farklılık vardır. Yabancı Dil (YD) ( $\bar{X}=3.44$ ) puan türü ile Türkçe-Matematik (TM) ( $\bar{X}=3.37$ ) puan türü arasında Türkçe-Matematik puan türü lehine anlamlı bir farklılık vardır. Özel Yetenek (ÖY) ( $\bar{X}=3.42$ ) puan türü ile Türkçe-Matematik (TM) ( $\bar{X}=3.37$ ) puan türü arasında Özel Yetenek puan türü lehine anlamlı bir farklılık vardır. Başkalarının sözel olmayan mesajlarını alma ve çözümlene becerisini ölçen bu alt ölçekteki farklılaşma da daha önce belirtildiği gibi ortaöğretim döneminde aldıkları psikoloji, felsefe ve mantık gibi derslerde, insani bilimlere yönelik konularda daha fazla çalışmış olmalarından kaynaklanabilir. Fakat bu farklılığın Türkçe-Sosyal bölümü öğrencileri lehine değil de Türkçe-Matematik (TM) puan türü lehine görülmesi, bu puan türü öğrencilerinin matematiksel-mantıksal zekâlarının daha gelişmiş olması sonucu olaylar arasındaki neden sonuç ilişkilerini kavrayabilme yeteneklerinin gelişmiş olmasından kaynaklanabilir. Bireyler aldıkları bu dersler ile duyguları tanıma, empati vb. gibi konularda bilgi sahibi olabilmektedirler. Fakat bu konuda en yüksek düzeyde fark Özel Yetenek (ÖY) puan türüyle üniversiteye giren öğrencilerde görülmüştür. Bunun sebebi ise örneklemimizde yer alan Müzik Öğretmenliği Bölümü ve Resim Bölümü öğrencilerinin sanatla uğraşmalarının duygulara karşı olan hassasiyetlerini geliştirmelerinden kaynaklanabilir.

### **3.3.5. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Duyuşsal Kontrol Alt Ölçeğine İlişkin Bulgular**

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden olan “Duyuşsal Kontrol” düzeylerinin üniversiteye giriş puan türüne göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği F testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablo olarak sunulmuştur.



**Tablo 24. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Duyuşsal Kontrol Alt Ölçeğine Ait Puanlar Arasındaki Farklılık**

Alt Boyutlar	Varsayın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
<b>Duyuşsal Kontrol</b>	Gruplar Arası	2.492	4	.623	1.429	.222	—
	Gruplar İçi	421.053	966	.436			
	<b>Toplam</b>	<b>423.545</b>	<b>970</b>				

\*p<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Sosyal beceri alt ölçeği duyuşsal kontrol toplam puanlarının üniversite öğrencilerinin üniversiteye giriş puan türleri bakımından anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur[F<sub>(4-966)</sub>=1.429 p<.05]. Başka bir ifadeyle öğrencilerin duyuşsal duyarlılık düzeyi puanları, üniversiteye giriş puan türüne göre anlamlı bir şekilde değişmemektedir. Bireylerin başkalarının sözel olmayan mesajlarını alma ve çözümlene becerilerini ölçen bu alt ölçeğin farklılık göstermemesi bireylerin duygularını kontrol etmede yaşla birlikte belli bir olgunluğa ulaşmasından kaynaklanabilir.

### **3.3.6. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Kontrol Alt Ölçeğine İlişkin Bulgular**

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden olan “Sosyal Kontrol” düzeylerinin üniversiteye giriş puan türüne göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği F testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablo olarak verilmiştir.

**Tablo 25. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Kontrol Alt Ölçeğine Ait Puanlar Arasındaki Farklılık**

Alt Boyutlar	Varsayın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Sosyal Kontrol	Gruplar Arası	4.129	4	1.032	1.032	.049*	TM-TS, TM-FB, YD-TM, ÖY-TM
	Gruplar İçi	422.006	978	.431			
	<b>Toplam</b>	<b>426.135</b>	<b>982</b>				

\*p<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Sosyal beceri alt ölçeği sosyal kontrol toplam puanlarının üniversite öğrencilerinin üniversiteye giriş puan türleri bakımından anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur [ $F_{(4,978)}=1,977$  p<.05]. Sonuç olarak öğrencilerin sosyal kontrol düzeyi puanları, üniversiteye giriş puan türüne göre anlamlı bir şekilde değişmektedir. Araştırma bulgularımıza baktığımızda Türkçe-Matematik (TM) ( $\bar{X}=3.52$ ) ile Türkçe-Sosyal (TS) ( $\bar{X}=3.49$ ) puan türleri arasında Türkçe-Matematik puan türü lehine, Türkçe-Matematik (TM) ( $\bar{X}=3.52$ ) ve Fen Bilimleri (FB) ( $\bar{X}=3.49$ ) puan türleri arasında Türkçe-Matematik puan türleri lehine, Yabancı Dil (YD) ( $\bar{X}=3.61$ ) ve Türkçe-Matematik (TM) puan türleri arasında Yabancı Dil puan türü lehine, Özel Yetenek (ÖY) ( $\bar{X}=3.74$ ) ve Türkçe-Matematik (TM) ( $\bar{X}=3.52$ ) puan türleri arasında Özel Yetenek puan türü lehine anlamlı bir farklılık vardır. Bu alt ölçek bireylerin sosyal rol oynama ve bireyin sosyal olarak kendini ortaya koyma becerilerini ölçmektedir. Sosyal kontrol becerisi gelişmiş bireyler, herhangi bir sosyal durum da ortama uygun hareket eden, kendinden emin ve sosyal durumlara kolayca ayak uydurabilen bireylerdir. Puan türleri arasındaki bu anlamlı farklılık ortaöğretimde program içeriğindeki derslerin özellikle Yabancı Dil (YD) alanında etkileşime dayalı olması ve Türkçe-Matematik bölümünde seçmeli ders olarak çoğunlukla psikoloji, sosyoloji, mantık gibi bireysel gelişime yardımcı olan derslerin tercih edilmiş olmasından kaynaklanabilir. Aynı zamanda, öğrencilerin

ortaöğretimde kendilerine ulaşan rehberlik hizmetlerinden yararlanma derecelerindeki farklılıklar araştırma sonuçlarını etkilemiş olabilir. Araştırma bulgularımız Özel Yetenek (ÖY) puan türü ile üniversiteye giren öğrencilerin diğer puan türlerinin hepsinden anlamlı bir fark gösterdiğini bulmuştur. Özel Yetenek (ÖY) puan türü lehine olan bu fark, Özel Yetenek Bölümü öğrencilerinin daha fazla sosyal aktivitelere katılma imkânı bulmuş olmasından ve topluluk önünde çeşitli çalışmalar yapmış olmalarından kaynaklanabilir.

### 3.3.7. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Anlatıcılık Alt Ölçeğine İlişkin Bulgular

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden olan “Sosyal Anlatıcılık” düzeylerinin üniversiteye giriş puan türüne göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği F testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablo halinde verilmiştir.

**Tablo 26. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Anlatıcılık Alt Ölçeğine Ait Puanlar Arasındaki Farklılık**

Alt Boyutlar	Varsayın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Sosyal Anlatıcılık	Gruplar Arası	4.795	4	1.199	2.762	.027*	YD-TS
	Gruplar İçi	413.129	952	.434			
	<b>Toplam</b>	<b>417.924</b>	<b>956</b>				

\*p<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Sosyal beceri alt ölçeği sosyal anlatıcılık toplam puanlarının üniversite öğrencilerinin üniversiteye giriş puan türleri bakımından anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur [ $F_{(4-952)}=2.762, p<.05$ ]. Puan türleri arası farkların hangi gruplar arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Tukey testinin sonuçlarına göre, Yabancı Dil (YD) ( $\bar{X} = 3.31$ ) puan türüne göre üniversiteye giren öğrencilerin

sosyal anlatımcılık düzeylerinin Türkçe-Matematik (TM) ( $\bar{X}=3.14$ ), Türkçe-Sosyal (TS) ( $\bar{X}=3.06$ ), Özel Yetenek (ÖY) ( $\bar{X}=3.23$ ), Fen Bilimleri (FB) ( $\bar{X}=3.13$ ) puan türüne göre üniversiteye giren öğrencilerden daha olumlu olduğu görülmüştür. Araştırma bulgularına göre anlamlı düzeyde bir farklılık Yabancı Dil (YD) ve Türkçe-Sosyal (TS) puan türleri arasında, Yabancı Dil puan türü lehine görülmektedir. Bu alt ölçek daha önce de belirttiğimiz gibi bireylerin birbirleriyle sosyal iletişim kurma ve iletişime katılma becerilerini ölçmektedir. Başka bir açıdan, sözel konuşmadaki beceri ve başkalarıyla sosyal yakınlaşmaya girme becerilerini ölçmektedir. Bu özellikler açısından ortaya çıkan anlamlı farklılık yabancı dil öğretiminin kişilerarası etkileşime dayalı olarak yapılmasından kaynaklanabilir. Dili kullanmada özellikle diyalog çalışmaları sosyal yeterliliğin artmasında önemli bir etkene sahip olabilir. Türkçe-Sosyal puan türü ile anlamlı bir farklılık göstermesi, bu alanda eğitim gören öğrencilerin daha çok okuma ve fikir yürütmeye dayalı dersler alması ve içe dönük zekâlarının daha fazla gelişmesi olabilir.

### **3.3.8. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Duyarlılık Alt Ölçeğine İlişkin Bulgular**

Bu alt başlıkta, üniversite öğrencilerinin sosyal becerinin alt ölçeklerinden olan “Sosyal Duyarlılık” düzeylerinin üniversiteye giriş puan türüne göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği F testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar tablo halinde sunulmuştur.

**Tablo 27. Üniversiteye Giriş Puan Türüne Göre Sosyal Duyarlılık Alt Ölçeğine Ait Puanlar Arasındaki Farklılık**

Alt Boyutlar	Varsayın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Sosyal Duyarlılık	Gruplar Arası	2.856	4	.714	1.977	.096	—
	Gruplar İçi	341.966	947	.361			
	<b>Toplam</b>	<b>344.822</b>	<b>951</b>				

\*p<.05 düzeyinde anlamlıdır.

Sosyal beceri alt ölçeği sosyal duyarlılık toplam puanlarının üniversite öğrencilerinin üniversiteye giriş puan türleri bakımından anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur[F<sub>(4-947)</sub>=1,977 p<.05]. Bu alt ölçek, başkalarının sözel mesajlarını çözümleme, bireylerin uygun sosyal davranışlarını yönlendiren normları anlamak ve bireysel duyarlılığı değerlendirmektedir. Puan türleri arasında bu beceriler arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Anlamlı bir farkın bulunamaması, üniversite öğrencilerinin yaşla beraber sosyal yapıları tanımaları ve bu yapıya uygun davranışlarda bulunmayı öğrenmiş olmalarından ve artık kişilerarası ilişkilerde belli bir düzeye gelmiş olmalarından kaynaklanabilir

## BÖLÜM IV

### ÖZET-SONUÇ VE ÖNERİLER

#### 4.1. ÖZET

Bu araştırmada, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesinde lisans düzeyinde öğrenim görmekte olan 1054 birinci ve dördüncü sınıf üniversite öğrencileri örneklem olarak alınmıştır. Çalışmada üniversite öğrencilerinin, beden memnuniyeti ve sosyal beceri düzeylerinin cinsiyet, sınıf düzeyi ve üniversiteye giriş puan türüne göre (Türkçe-Matematik, Özel Yetenek, Türkçe-Sosyal, Fen Bilimleri, Yabancı Dil) karşılaştırmalı olarak incelenmesi amaçlanmıştır. Sosyal beceri düzeyi, sosyal kontrol, sosyal duyarlılık, sosyal anlatımcılık, duyuşsal kontrol, duyuşsal duyarlılık, duyuşsal anlatımcılık alt boyutlarını içeren altı sosyal beceri alt ölçeğinin değerlendirilmesi ve toplam sonuçlarının ortalaması alınarak bulunmuştur.

Öğrenciler, Eğitim Fakültesi, Güzel Sanatlar Fakültesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Su Ürünleri Fakültesi, Ziraat Fakültesi, Mühendislik Fakültesi, Biga İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesinden random yoluyla seçilmişlerdir. Öğrencilerin beden memnuniyetini ölçmek amacıyla Berscheid, Walster ve Bohrnsted tarafından geliştirilen “Beden Bölgelerinden ve Özelliklerinden Memnuniyet Anketi” Figen Gökdoğan (1988) tarafından Türkçe’ye uyarlanmış haliyle alınmıştır. Fakat Gökdoğan bu anketi, ortaöğretim öğrencileri için kullanmak üzere geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını yapmıştır. Bu nedenle çalışmamızda ilk önce bu anketin random yoluyla seçilen 60 üniversite öğrencisi üzerinde test-tekrar test yoluyla üniversite öğrencilerine uygunluğunu kontrol etmek için geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını yaptıktan sonra, alınan olumlu sonuçlar üzerine üniversite öğrencilerine uyguladık.

Öğrencilerin sosyal beceri düzeylerini ölçmek için ise, Riggio (1989) tarafından geliştirilen ve Yüksel (2004) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan “Sosyal Beceri Envanteri” uygulanmıştır.

Bedensel özelliklerini kabul etmek ve bedenini etkili bir biçimde kullanmak, ergenlik dönemindeki en önemli gelişim görevlerinden biridir. Beden imajından memnun olmanın, özellikle ergenlik döneminde en yoğun problem durumunu teşkil ettiği araştırma bulgularıyla da desteklenmektedir (Rinderknecht ve Smith 2002; 315–327, Marcotte ve ark. 2002; 29–42). Yapılan araştırmalar özellikle kızların, bu konuda büyük endişeye sahip olduklarını göstermektedir (Konstanski ve Gullone 1998; 255–262, Smolak; 2004; 15–28, McCabe ve Ricciardelli 2004;145–166).

Ülkemizde ortaöğretim öğrencilerine yönelik beden imajıyla ilgili çalışmalar olmasına rağmen, üniversite öğrencilerinin bu konudaki düşünceleri üzerine yapılmadığı dikkat çekmektedir.

Çalışmada dikkat çekilmek istenen nokta, beden imajıyla, bireylerin sosyal beceri düzeyleri arasındaki karşılıklı ilişkidir. Yapılan araştırmalar, beden imajı memnuniyetsizliğinin büyük ölçüde çevreden alınan mesajlardan kaynaklandığını göstermektedir. Bireylerin aldığı bu mesajlar, onların sosyal beceri düzeylerini de etkilemektedir (McCabe ve Ricciardelli 2004;145–166).

#### **4.2. SONUÇ**

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyleri ve sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişki karşılaştırmalı olarak incelenmiştir. Çalışmada kısmen beklenen, kısmen de beklenmeyen sonuçlara ulaşılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre beden memnuniyeti ve sosyal becerinin altı alt ölçeği arasındaki karşılaştırmalı ilişkiye ilişkin genel sonuçlar şöyledir;

Üniversitede öğrenim gören öğrenciler arasında, kızların, erkeklere oranla daha düşük beden memnuniyetine sahip oldukları görülmüştür. Fakat kızlarda beden memnuniyeti erkeklere göre daha düşük olmasına rağmen, bedenlerinden memnuniyet seviyeleri yüksektir. Bulduğumuz sonuçlar yapılan birçok araştırma sonuçları ile de tutarlılık göstermektedir. Bu araştırma sonuçlarına göre de erkekler kızlara göre bedenlerinden daha memnundurlar (Tiggeman 2004; 29–41, Çok 1990; 409–413).

Sosyal beceri alt ölçekleri puanlarına baktığımızda ise, sosyal becerinin, bireylerin sözel olmayan mesajları gönderme yeteneğini ölçen “duyuşsal anlatımcılık” alt ölçeği puanları kızlarda erkeklere oranla daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuçlara bakarak kız üniversite öğrencileri, erkeklere oranla daha cana yakın, atılgan, kendine güvenen, enerjik ve yaşam dolu bireyler olarak tanımlanmaktadır.

Başkalarının sözel olmayan mesajlarını alma ve çözümleme becerilerini ölçen “duyuşsal duyarlılık” alt ölçeği puanları kızlarda, erkeklere oranla daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuçlara göre üniversite öğrencisi kızlar erkeklere göre daha empatik olarak tanımlanabilir.

Yalnızca belli başlı duyguları yetenekli bir biçimde birleştirme ve bu duyguları bir maske altında gizleme becerilerini kapsayan “duyuşsal kontrol” alt ölçeği puanları erkeklerde, kızlara oranla daha yüksek çıkmıştır. Bu sonuçlara göre, erkekler kızlara göre belli başlı duyguları yetenekli bir biçimde birleştirme ve bu duyguları bir maske altında gizleme becerilerinde daha başarılıdırlar.

Bireylerin sözel konuşmadaki becerilerini ve başkalarıyla sosyal yakınlaşmaya girme becerilerini ölçen “sosyal anlatımcılık” alt ölçeği puanları kızlarda erkeklere oranla daha yüksek çıkmıştır. Bulgular, üniversite öğrencisi kızların erkeklere göre daha yüksek düzeyde sözel konuşmadaki beceri ve sosyal yakınlaşma becerisi sergilediğini göstermektedir.

Bireylerin uygun sosyal davranışlarını yönlendiren normları anlamasını sağlayan “sosyal duyarlılık” alt ölçeği puanları kızlarda erkeklere oranla daha yüksek



çıkmiştir. Bu sonuçlara göre, üniversite öğrencisi kızlar, bireylerin sosyal davranışlarını yönlendiren normları erkeklere göre daha iyi anlamaktadırlar.

Herhangi bir durumda ortama uygun hareket edebilme, kendinden emin olma ve sosyal durumlara kolayca ayak uydurabilme becerilerini ölçen “sosyal kontrol” alt ölçeği puanları erkeklerde, kızlara oranla daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuçlara göre, kızlar erkeklere göre iyi birer duygusal aktörlerdir, duruma göre hissedebilir ve duygusal zıtlama durumun da maske takabilirler

Sosyal beceri ölçeğinden alınan genel puan ortalamalarına baktığımızda kızların erkeklere oranla daha yüksek puan aldıkları görülmektedir. Çalışmamızın bulguları Deniz ve ark (2005) bulgularıyla da tutarlılık göstermektedir. Deniz ve ark (2005) çalışmalarında kızların toplam sosyal beceri puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonuca rağmen sadece erkeklerin duygusal kontrol bölümleri kızlara göre daha yüksek çıkmıştır. Duygusal kontrol alt ölçeğinin analizinde bu sonuca ilişkin açıklamalar yapılmıştır.

Araştırma sonucundan beklenen, beden memnuniyetinin düzeyinin sosyal becerinin altı alt ölçeği puan ortalamaları ve genel sosyal beceri ortalama puanları ile doğru orantılı olmasıydı. Fakat kızlar bedenlerinden erkeklere oranla daha az memnun olmalarına rağmen kendilerini sosyal olarak daha yeterli görmektedirler. Bu sonuçlar, bize sosyal beceri düzeyinin beden memnuniyeti düzeyinden birinci derecede etkilenmediğini göstermektedir. Kızların beden memnuniyetinin erkeklere oranla düşük olması, bu sosyal ilişkilerin bir sonucu olarak çevreden alınan bedene ait sözel ya da sözel olmayan mesajların etkilerinden kaynaklanabilir. Çünkü toplum, bireye kızların zayıflık idealine uygun olumlu ya da olumsuz birçok mesaj göndermektedir. Sadece, duygusal kontrol alt ölçeğinin puanlarının erkeklerde kızlara göre daha yüksek çıkması kültürün bir sonucu sayılabilir. Çünkü kültürümüzde erkeklerin duygularını açık olarak ifade etmesi bir zayıflık göstergesi sayılır ve bireylere bu yönde telkin yapılır. “Erkekler ağlamaz” sözü bunu açıklayan iyi bir örnektir.

Üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti ile sosyal beceri düzeylerinin üniversitede geçirdikleri yıllara göre değişim gösterip göstermediğine ilişkin bulgular ise şöyledir;

Üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyleri sınıfa göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Yani birinci sınıf üniversite öğrencileri ile dördüncü sınıf üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyleri birbirlerine yakındır. Üniversitede geçirilen yıllar beden memnuniyetine bakış açısında çok önemli bir değişiklik yapmamıştır.

Sosyal becerinin alt ölçeklerinden üniversite öğrencilerinin “sosyal duyarlılık” düzeyleri, birinci sınıf üniversite öğrencilerinde dördüncü sınıfa oranla daha fazladır. Bireylerin uygun sosyal davranışlarını yönlendiren normları anlamasını sağlayan bu özelliklerdeki becerinin dördüncü sınıflarda daha düşük çıkması düşündürücüdür. Bu sonuçlar bireylerin, belli bir süre sonra davranış düzenleyen normlara karşı güvensizlik duyduklarının göstergesi olabilir.

Diğer bir sosyal beceri alt ölçeği olan “sosyal kontrol” özelliklerinin birinci ve dördüncü sınıflarda farklılık gösterip göstermediğine baktığımızda, dördüncü sınıf öğrencilerinin bu özellik açısından birinci sınıflara göre kendilerini daha başarılı gördüklerini söyleyebiliriz. Bu sonuçlar bize, bireylerin üniversite öğrenimleri boyunca, sosyal ortamlarda yaşla beraber belli bir olgunluk kazandıklarının kanıtı olabilir.

Sosyal becerinin diğer alt ölçekleri olan, duyuşsal duyarlılık, duyuşsal anlatımcılık, duyuşsal kontrol ve sosyal anlatımcılık özellikleri bakımından birinci ve dördüncü sınıf üniversite öğrencileri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Genel sosyal beceri düzeyi ortalamalarına bakıldığında ise birinci ve dördüncü sınıflar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bu sonuçlar, üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasında, sınıf düzeyi bazında bir ilişki olmadığını göstermektedir. Öğrencilerin beden memnuniyeti üniversite eğitimleri sırasında anlamlı bir değişikliğe

uğramamaktadır. Sosyal beceri düzeylerinde de anlamlı bir değişiklik yoktur. Fakat sadece sosyal becerinin alt ölçeklerinden sosyal duyarlılık ve sosyal kontrol özelliklerinde birinci ve dördüncü sınıflar arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Bu sonuç da, üniversite öğrenimi sırasında öğrencilerin bazı davranış normlarını öğrendiklerini göstermektedir.

Üniversite öğrencilerinin üniversiteye giriş puan türüne göre sosyal beceri düzeyleri ve beden memnuniyeti düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına ilişkin bulgularımız ise şöyledir;

Özel Yetenek (ÖY), Fen Bilimleri (FB) ve Yabancı Dil (YD) puan türü ile üniversiteye giren öğrencilerin beden memnuniyeti Türkçe-Matematik (TM) ve Türkçe-Sosyal (TS) puan türü ile üniversiteye giren öğrencilere göre daha yüksek çıkmıştır. Bu sonuçlar, Türkçe-Matematik (TM) ve Türkçe-Sosyal (TS) bölümü öğrencilerinin daha önce belirttiğimiz gibi, aldıkları derslerden kaynaklanabilir. Bu bölümlerde verilen dersler bireyin daha çok kendi içine ve benliğine dönük değerlendirmeler yapmasına sebep olabilir. Bu bölümlerdeki bireyler bu yüzden kendilerine yönelik daha eleştirel bakış açısına sahip olabilirler.

Sosyal beceri alt ölçeğinden “duyuşsal anlatımcılık” özelliklerine göre üniversite öğrencilerinin becerileri, Türkçe Matematik (TM), puan türüne göre üniversiteye giren öğrencilerin Türkçe Sosyal (TS) puan türüne göre sınava girenlere göre daha olumlu görüşe sahip oldukları bulunmuştur. Yine Türkçe Matematik puan türüne göre üniversiteye giren öğrencilerin (TM), Fen Bilimleri (FB) puan türüne göre üniversiteye giren öğrencilere göre duyuşsal anlatımcılık düzeylerinin daha olumlu olduğu bulunmuştur. Bireylerin sözel olmayan iletişim becerilerini, özellikle duyuşsal mesajları gönderme becerilerini ölçen bu alt ölçeğin Türkçe-Matematik (TM) puan türü lehine anlamlı bir fark göstermesi bireylerin ortaöğretim döneminde aldıkları psikoloji, felsefe ve mantık, sosyoloji, insan hakları gibi derslerde, insani bilimlere yönelik konularda daha fazla çalışmış olmalarından kaynaklanabilir. Bireyler aldıkları bu dersler ile duyguları tanıma, empati vb. gibi konularda bilgi sahibi olabilmektedirler. Sonuçlarımız Deniz (2002) nin çalışması ile tutarlılık

göstermektedir. Deniz (2002) de çalışmasında duyuşsal anlatımcılık puanlarının üniversiteye giriş puan türüne göre değiştini belirtmektedir.

Sosyal beceri alt ölçeğinden “duyuşsal duyarlılık” özelliklerine göre üniversite öğrencilerinin becerileri, Türkçe-Matematik (TM) puan türü ile Türkçe-Sosyal (TS) puan türleri açısından bakıldığında Türkçe-Matematik (TM) puan türünün bu beceri açısından daha iyi olduğu görülmektedir. Türkçe-Matematik (TM) puan türü ile Fen Bilimleri (FB) puan türü arasındaki farka bakıldığında Türkçe-Matematik puan türünün bu açıdan daha başarılı olduğu görülmüştür. Yabancı Dil (YD) puan türü ile Türkçe-Matematik (TM) puan türü arasındaki farka bakıldığında Türkçe-Matematik puan türünün bu özellik açısından daha başarılı olduğu görülmektedir. Özel Yetenek (ÖY) puan türü ile Türkçe-Matematik (TM) puan türü arasındaki farka baktığımızda Özel Yetenek (ÖY) puan türünün bu özellik açısından daha başarılı oldukları görülmüştür. Başkalarının sözel olmayan mesajlarını alma ve çözümleme becerisini ölçen bu alt ölçekteki farklılaşma da daha önce belirtildiği gibi öğrencilerin ortaöğretim döneminde aldıkları psikoloji, felsefe ve mantık gibi derslerde, insani bilimlere yönelik konularda daha fazla çalışmış olmalarından kaynaklanabilir. Fakat bu farklılığın Türkçe-Sosyal bölümü öğrencileri lehine değil de Türkçe-Matematik (TM) puan türü lehine görülmesi bu puan türü öğrencilerinin matematiksel-mantıksal zekâlarının daha gelişmiş olması sonucu olaylar arasındaki neden sonuç ilişkilerini kavrayabilme özelliklerinden kaynaklanabilir. Bireyler aldıkları bu dersler ile duyguları tanıma, empati vb. gibi konularda bilgi sahibi olabilmektedirler. Fakat bu konuda en yüksek düzeyde fark Özel Yetenek (ÖY) puan türüyle üniversiteye giren öğrencilerde görülmüştür. Bunun sebebi ise örneklemimizde yer alan Müzik Öğretmenliği Bölümü ve Resim Bölümü öğrencilerinin sanatla uğraşmalarının duygulara karşı olan hassasiyetlerini geliştirmelerinden kaynaklanabilir.

Sosyal beceri alt ölçeği “duyuşsal kontrol” toplam puanlarının üniversite öğrencilerinin üniversiteye giriş puan türleri bakımından bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Bireylerin başkalarının sözel olmayan mesajlarını alma ve çözümleme becerilerini ölçen bu alt ölçeğin farklılık göstermemesi bireylerin duygularını kontrol

etmede yaşla birlikte ve sosyal ortamlardaki tecrübeleriyle birlikte belli bir olgunluğa ulaşmasından kaynaklanabilir.

Yabancı Dil (YD) puan türüne göre üniversiteye giren öğrencilerin “sosyal anlatımcılık” düzeylerinin Türkçe-Matematik (TM), Türkçe-Sosyal (TS), Özel Yetenek (ÖY), Fen Bilimleri (FB) puan türüne göre üniversiteye giren öğrencilerden daha olumlu olduğu görülmüştür. Bulgularımıza göre anlamlı düzeyde bir farklılık Yabancı Dil (YD) ve Türkçe-Sosyal (TS) puan türleri arasında görülmüştür. Yabancı Dil puan türüne göre üniversiteye giren öğrenciler sosyal anlatımcılık düzeyi bakımından daha başarılı görülmüştür. Bu alt ölçek daha önce de belirttiğimiz gibi bireylerin birbirleriyle sosyal iletişim kurma ve iletişime katılma becerilerini ölçmektedir. Başka bir açıdan, sözel konuşmadaki beceri ve başkalarıyla sosyal yakınlaşmaya girme becerilerini ölçmektedir. Bu özellikler açısından ortaya çıkan anlamlı farklılık yabancı dil öğretiminin kişilerarası etkileşime dayalı olarak yapılması olabilir. Dili kullanmada özellikle diyalog çalışmaları sosyal yeterliliğin artmasında önemli bir etkene sahip olabilir. Türkçe-Sosyal (TS) puan türü ile anlamlı bir farklılık göstermesi, bu alanda eğitim gören öğrencilerin daha çok okuma ve fikir yürütmeye dayalı dersler alması ve içe dönük zekâlarının daha fazla gelişmesi olabilir.

Diğer bir sosyal beceri alt ölçeği olan “sosyal duyarlılık” özellikleri bakımında üniversite öğrencilerinin üniversiteye giriş sınav puan türüne göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bunun sebebi olarak üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişkilerde belli bir olgunluğa ulaşmaları söylenebilir.

“Sosyal Kontrol” alt ölçeği puanlarını, üniversiteye giriş puan türüne göre değerlendirdiğimizde, Türkçe-Matematik (TM) ile Türkçe-Sosyal (TS) puan türleri arasında Türkçe-Matematik puan türünün bu ölçekte daha başarılı olduğu görülmektedir. Türkçe-Matematik (TM) ve Fen Bilimleri (FB) puan türleri arasında Türkçe-Matematik puan türünün yine bu alt ölçekte daha başarılı olduğu görülmektedir. Yabancı Dil (YD) ve Türkçe-Matematik (TM) puan türleri arasında Yabancı Dil puan türünün bu alt ölçekte daha başarılı olduğu görülmektedir. Özel Yetenek (ÖY) ve Türkçe-Matematik (TM) puan türleri arasında Özel Yetenek puan

türünün bu alt ölçekte daha başarılı olduğu görülmektedir. Araştırma bulguları Özel Yetenek (ÖY) puan türü ile üniversiteye giren öğrencilerin bu sosyal beceride en başarılı olduklarını göstermektedir. Bunun sebebi, özel yetenek bölümü öğrencilerinin çalışmalarıyla ilgili daha çok sosyal aktivitelere katılmış olmalarından ve çalışmalarının çoğunun işbirlikçi çalışma gerektirmesi sonucu sosyal becerilerini geliştirmelerinden kaynaklanabilir.

Üniversite öğrencilerinin genel “sosyal beceri” düzeylerine baktığımız zaman, Yabancı Dil (YD) puan türüne göre üniversiteye giren öğrencilerin Fen Bilimleri (FB), Özel Yetenek (ÖY) ve Türkçe Sosyal (TS) puan türüne göre sosyal becerilerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Türkçe Matematik (TM), puan türüne göre üniversiteye giren öğrenciler Fen Bilimleri (FB), puan türüne göre sınava girenlerden daha yüksek sosyal beceri ifade etmektedirler. Türkçe Sosyal (TS) puan türü ile üniversiteye giren öğrenciler, Fen Bilimleri (FB) puan türüne göre üniversiteye giren öğrencilere göre sosyal beceri düzeylerinin daha olumlu olduğunu ifade etmişlerdir. Sonuç olarak baktığımızda, Türkçe-Matematik (TM), Türkçe-Sosyal (TS) ve Yabancı Dil (YD) puan türü ile sınava giren öğrencilerin sosyal beceri düzeyi puan ortalamaları daha yüksek çıkmıştır. Türkçe-Matematik (TM) ve Türkçe-Sosyal (TS) Bölümü öğrencilerinin ortaöğretim döneminde aldığı psikoloji, mantık, felsefe, sosyoloji gibi insanı tanımaya ve anlamaya yönelik dersler bireylerin sosyal beceri gelişimlerini etkileyebilir. Yabancı Dil puan türünün anlamlı bir farklılık göstermesi de yabancı dil öğretimini genellikle etkileşime dayalı olarak yapılması, bireylerin işbirlikçi çalışmalarına daha fazla olanak vermesinden kaynaklandığı söylenebilir.

Sonuçlar, beden memnuniyeti düzeylerinin ve sosyal beceri düzeylerinin üniversiteye giriş puan türüne göre anlamlı bir farklılık gösterdiğini ortaya koymuştur. Özel Yetenek (ÖY), Fen Bilimleri (FB), Yabancı Dil (YD) puan türleri daha yüksek beden memnuniyetine sahip bölümler olarak görülmüştür. Türkçe Matematik (TM) ve Türkçe Sosyal (TS) puan türleri daha düşük beden memnuniyetine sahip olarak bulunmuştur. Sosyal beceri düzeyine bakıldığında ise, Türkçe-Matematik (TM), Türkçe-Sosyal (TS) ve Yabancı Dil (YD) puan türlerinin

sosyal becerilerinin Özel Yetenek (ÖY) ve Fen Bilimleri (FB) puan türlerine göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Puan türleri arasında sadece Yabancı Dil (YD) puan türünün beden memnuniyeti ile sosyal beceri düzeyi arasında doğrusal bir ilişki görülmektedir. Türkçe-Matematik (TM) ve Türkçe-Sosyal (TS) puan türlerinin sosyal beceri düzeyleri ve beden memnuniyet düzeyleri arasında ters bir ilişki görülmektedir. Bu puan türlerinin beden memnuniyet düzeyleri düşük iken sosyal beceri düzeyleri yüksektir. Bu sonuç bizi şöyle bir yargıya götürebilir; Türkçe-Matematik (TM) ve Türkçe-Sosyal (TS) puan türüne göre eğitim almış bireyler daha önce de belirttiğimiz gibi aldıkları dersler sayesinde bireylerin duygularını anlamakta tecrübe kazanmış olabilirler ve içsel zekâları geliştiği için kendilerine eleştirel bir gözle bakmayı öğrenmiş olabilirler. Bunun sonucu olarak, beden memnuniyeti ile ilgili olarak diğer puan türlerine göre daha fazla hassasiyet geliştirmiş olabilirler. Fakat bu puan türlerinin beden memnuniyetsizliği düzeyleri çok düşük değildir. Beden memnuniyeti düşüklüğü sadece diğer bölümlere göre azdır. Bu sonuçlara baktığımızda, puan türleri arasında farklılıklar olmasına rağmen, üniversite öğrencilerinin genel beden memnuniyeti düzeyi yüksektir.

Puan türleri arasındaki ters ilişki, Fen Bilimleri (FB) ve Özel Yetenek (ÖY) puan türlerinde de görülmektedir. Bu puan türlerinin beden memnuniyeti diğer puan türlerine göre yüksek olmasına rağmen, sosyal beceri düzeyleri düşük çıkmıştır. Bunun sebebi, bu puan türlerine göre öğrenim gören bireylerin, daha önce bahsedildiği gibi psikoloji, mantık, felsefe, sosyoloji gibi insanı ve davranışlarını tanımlayan dersleri almamış olmalarından ve sosyal beceri uygulamalarından mahrum kalmış olmalarından kaynaklanabilir. Bu dersleri almayan bireylerin duygularını tanımlamaları ve empati göstermeleri daha zordur. Bireyler sosyal olarak duyguları tanımlayamadıklarından dolayı bedenleriyle ilgili olarak aldıkları mesajları da dikkate almayacaklarından kendi bedenlerine ilişkin olumsuz bir değerlendirmeye girmemiş olabilirler.

### **4.3. ÖNERİLER**

Bu araştırmadan elde edilen sonuçlar çerçevesinde, psikolojik danışmanlar, program geliştirme uzmanları ve benzer konularda araştırma yapmayı düşünen

araştırmacılar için bazı öneriler geliştirilmiş ve bu başlık altında aşağıda sunulmuştur.

#### **4.3.1. Okul Psikolojik Danışmanları İçin Öneriler**

1. Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinde genel beden memnuniyetsizliği düzeyi çok fazla olmamasına rağmen, bazı öğrencilerde belli beden bölgelerinde düşük memnuniyet görölmektedir. Sağlıklı bir beden imajı için üniversite öncesi eğitim dönemlerinde (ilköğretim, ortaöğretim) ve üniversite eğitimi esnasında bireylerin sağlıklı beden kabulü gelişim görevini tamamlamaları için gerekli yardımın verilmesinin yararlı olacağı düşünölmektedir.

2. Beden imajının, üniversite döneminden daha çok ortaöğretim döneminde önem kazandığı, araştırmalarla ortaya konmuştur. Okul danışmanları ortaöğretim döneminde öğrencilere yazılı ve görsel medyada vurgulanan yanlış beden imajı hakkında daha fazla bilgi vermeleri yararlı olacaktır.

3. Üniversite öğrencileri bedenlerinden memnun olmalarına rağmen, sosyal becerilerde kendilerini yeterli görmemektedirler. Özellikle erkeklerin bu konuda eksiklik duyduğu görölmektedir. Öğrencilere sosyal beceri konusunda ve diğer psikolojik sorunlarında yardımcı olacak “psikolojik danışma ve rehberlik” birimleri kurulmalıdır. Bu birimdeki danışmanlar, öğrencilere bu eksikliklerini giderecek gerekli yardımı sağlayabilirler.

4. Üniversite öğrencilerinin, davranışlarını kontrol etmede ve sosyal ifade becerilerinin gelişiminde üniversite eğitimi sırasında ilerleme kaydettikleri araştırma sonuçlarımız ile de ortaya konulmuştur. Üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin yükseltmesini sağlayacak, ekip çalışması gerektiren sosyal beceri eğitimi programları, uzmanlar tarafından düzenlenmelidir.

#### **4.3.2. Program Geliştirme Uzmanları İçin Öneriler**

1. Araştırma sonucunda, felsefe, psikoloji, sosyoloji, mantık gibi insanı ve toplumu tanımaya yönelik derslerin bireyin beden memnuniyeti ve sosyal beceri



düzeşini etkilediği görölmüştür. Ortaöğretim döneminde bu dersler planlanırken, sadece sosyal alana ait sınıflara değil, diğer alanda eğitim gören öğrencilere de bu derslerin eğitimi zorunlu olarak verilmesinin uygun olacağı düşünölmektedir.

2. Felsefe, psikoloji, sosyoloji, mantık yalnızca ortaöğretim Türkçe-Sosyal bölümünde zorunlu olarak müfredatta yer almaktadır. Diğer alanlarda ise, sadece felsefe zorunlu olarak müfredatta yer alırken diğer dersler seçmeli olarak müfredatta yer almaktadır. Aynı zamanda bu derslerin haftalık saati iki saat gibi çok az bir zaman süresini içermektedir ([www.ogm.meb.gov.tr](http://www.ogm.meb.gov.tr)). Felsefe, psikoloji, mantık, sosyoloji derslerinin süresi sadece bir ya da iki dönemlik değil, bütün sınıf düzeylerinde verilmesi gerekmektedir. Ayrıca bu dersler, üniversitelerde de bütün bölümlerde okutulması gereken temel dersler olmalıdır. Çünkü araştırma sonuçlarımız göstermiştir ki üniversite eğitimi döneminde bireyler kişilik gelişimlerini sürdürmektedirler. Bu dersler bu açıdan önemlidir. Bireyin kendini ve insanları tanıması için temel teşkil etmektedir.

3. Program geliştirme uzmanları, sosyal beceri eğitimi çerçevesinde rehberlik programları hazırlamalıdır. Bu programların, diğer derslerle bütünleşik olarak hazırlanmasının uygun olacağı düşünölmektedir.

4. Program geliştirme uzmanları, öğrencilerin sadece grup olarak çalışabilecekleri “etkinlik saatleri” düzenlemelidirler. Bu saatlerin, rehberlik saatlerinden farklı, üretime yönelik ve sosyalleşme amaçlı olması daha uygun görölmektedir.

#### **4.3.3. Araştırmacılar İçin Öneriler**

1. Bu araştırma Çanakkale İlindeki lisans düzeyinde öğrenim gören ve bedensel rahatsızlığı olmayan üniversite öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Konunun önemi açısından, beden memnuniyeti ve sosyal beceri arasındaki ilişkinin bedensel özürleri olan bireyler üzerinde yapılması yerinde olacaktır.

2. Literatürde beden memnuniyeti ve sosyal beceri arasındaki ilişki konusunda yurt içinde yapılmış fazla araştırmaya rastlanmamıştır. Yapılan

araştırmalar ise çok önceleri yapılmıştır. Bu yıllar suresince, toplumda birçok değer değişimleri olmuştur. Bu yuzden beden memnuniyeti ve sosyal beceri arasındaki karşılaştırmalı ilişkiye ait nitel ve nicel araştırmaların artması, bireylerin beden imgelerine ait sosyal beceri eksikliği sorunlarının aydınlatılmasına yardımcı olacaktır.

3. Beden imgesinin ve sosyal becerinin kl­türün baskısı altında olduğu akıldan çıkarılmamalı ve kendi kültürümüzün bu konudaki profili çıkarılıp, yurt içinde yeterli çalışmalar yapıldıktan sonra, bu konuda sorun yaşayan bireylere uygun yardım programları ortaya konulmalıdır.

4. Beden memnuniyeti ile ilgili olarak yapılan çalışmada tarama yönteminin bazı yetersizlikleri olduğu görülmüştür. İleride yapılacak çalışmalarda, tarama yöntemini destekleyecek başka yöntemler de kullanılmalıdır.

## KAYNAKÇA

ADAMS, F. James

- 1995 Ergenliği Anlamak  
Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.

AKGÜN, Ebru

- 2000 “Ergenlerin Cinsel Tutum ve Davranışlarını Belirleyen Faktörler: Aile ve Arkadaşlarının Rolü.” (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi). ODTÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

AKUS, P. ve D. H., LEVİT

- 2002 “Promoting Healty Body Image in Middle School.”  
Professional School Counseiling. Volume:6, Number:2,  
December: pp.138–144.

ALTINOĞLU, Deniz

- 1997 “Sosyal Beceri Eğitiminin Sosyal İçe Dönük Ergenlerin İçe Dönüklük Düzeylerine Etkisi.”(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

ALTUNBAŞ, Gökhan

- 2002 “Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Destek Düzeylerinin Bazı Kişisel Özellikleri Ve Sosyal Beceri Düzeyleri İle İlişkisi”(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Eskişehir.

ARI, Ramazan ve DİĞERLERİ

- 1999 Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi(Eğitimin Psikolojik Temelleri)  
Ramazan ARI(Ed.)Konya: Mikro Yayınları

ARI, Ramazan

- 2003 “Gelişim ve Öğrenme”  
Konya: Atlas Yayınevi

ARIN, Güldener

- 1999 “ Sosyal Beceri Envanteri’nin Ergenler İçin Geçerlilik ve Güvenirliliği.”  
(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal  
Bilimler Enstitüsü. Adana.

AVŞAR, Züleyha

- 2004 “ Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin  
Belirlenmesi.”  
Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Sayı 17, Numara 2, ss. 111-  
130.

BACANLI, Hasan

- 1997 Sosyal İlişkilerde Benlik: Kendini Ayarlamının Psikolojisi  
İstanbul: Milli Eğitim Yayınevi.

-----  
2004 Gelişim ve Öğrenme  
Ankara: Nobel Yayınevi.

-----  
2005 Sosyal Beceri Eğitimi  
Ankara: Nobel Yayınları

BAHADIR, Abdülkerim

- 2002 “ Ergenlik Dönemi Kişilik Gelişiminde Temel Kavramlar.”  
Selçuk Üniversitesi SBE Dergisi, Sayı 8. ss. 57-67.

BATURKA, N., HORNSPY, P.P. ve SCHORLING, J.B.

- 2000 “ Clinical Implications Of Body Image Among Rural African-American  
Women “  
Journal Of General Internal Medicine, Volume 15: pp. 235-241.

BERG, Patricia ve DİĞERLERİ

- 2002 “ The Tripartite Influence Model of Body Image and Eating Disturbance: A Covariance Structure Modeling Investigation Testing the A Mediational Role of Appearance Comparison.”  
Journal of Psychosomatic Research. Volume 53: 1007–1020.

BIELE, C. ve A., GROBOWSKA

- 2006 “ Sex Differences in Perception of Emotion Intensity in Dynamic and Static Facial Expression.”  
Experimental Brain Research. Volume 171 No 1: pp. 1-6

BODROVA, Elena

- 2005 “ Vygotsky and Montessori: One Dream, Two Visions”  
Montessori Life. Volume 15, No 1: pp. 30-33.

BOZKURT, Erdoğan

- 2006 “Kişisel Rehberlik”. Gelişim ve Öğrenme(Ed. Ersin UZMAN)  
İstanbul: Lisans Yayınevi.

BUTLER, Ruth

- 1998 “ Age Trends in the Use of Social and Temporal Comparison For Self Evaluation: Examination of A Novel Developmental Hypothesis”  
Child Development. Volume 69, No 4: pp.1054-1073.

CARADAS, A. A., LAMBERT, E.V. ve CHARLTON, K.E.

- 2001 “ An Ethnic Comparison of Eating Attitudes and Associated Body Image Concerns in Adolescent South African School Girls.”  
International Journal of eating Disorders. Volume 14, Number 2.  
April: pp. 111-120.

CARTLEDGE, G. ve A. S., LOE

- 2001 “ Cultural Diversity and Social Skill Instruction.”  
Exceptionality. Volume 9, Number 1-2: pp. 33-46.

CHAPDELAIE, R. F. ve L. R., ALEXITCH

2004 “ Social Skills Difficulty: Model of Culture Shock for International Graduate Students.”

Journal of College Student Development. Volume 45, Number 2, March/April: pp. 167–184.

CLARK, M. Matthew ve DİĞERLERİ

2005 “ The Relationship Of Body Image Dissatisfaction to Cigarette Smoking in College Students.”

Body Image. Volume 2, Issue 3, June: pp.263-270.

COATS, J. E. ve R. S., FELDMAN

1994 “ The Role of Television in The Socialization of Nonverbal Behavioural Skills.”

Basic and Applied Social Psychology. Volume 17, Number 3: pp. 327-341.

COOLEY, E. L. ve D. M., TRIEMER

2002 “ Classroom Behaviour and The Ability to Decode Nonverbal Cues in Boys With Severe Emotional Disturbance.”

The Journal of Social Psychology. Volume 142, Number 6: pp. 741-751.

ÇAKIL, Nazmiye

1998 “Grupla Sosyal Beceri Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri Üzerindeki Etkisi.”(Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

ÇOK, Figen

1990 “ Body Image Satisfaction in Turkish Adolescents.”

Adolescence. Volume 25, Issue 98, Summer: pp.409–413

DEMAREST, J. ve R., ELLEN

- 2000 “ Body Image: Gender, Ethnic and Age Differences.”  
The Journal Of Social Psychology. Volume 140, Number 4. pp. 465-472.

DENİZ, M. Engin

- 2002 “ Üniversite Öğrencilerinin Karar Verme Stratejileri ve Sosyal Beceri Düzeylerinin TA-Baskın Ben Durumları ve Bazı Özlük Niteliklerine Göre Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi.”(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)  
Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Konya

DENİZ, M. E., HAMARTA, E. ve ARI, R.

- 2005 “ An Investigation of Social Skills and Loneliness Level of University Students With Respect to Their Attachment Styles in A Sample of Turkish Adolescents.”  
Social Behaviour and Personality, Volume 33, Number 1: pp. 19-32.

DITOMMASO, Enrico ve DİĞERLERİ

- 2003 “ Attachment Styles, Social Skills and Loneliness in Young Adults.  
Personality and Individual Differences. Volume 35: pp. 303-312.

DUNCAN, M. J., NAKKEEB, Y.A. ve NEVILL, M.A.

- 2004 “ Body Esteem and Body Fat in British School Children From Different Ethnic Groups.”  
Body Image. Volume 1, Issue 3, September: pp. 311-315.

DUSEK, B. Jerome

1987 Adolescent Development and Behavior  
N.J. Prentice-hall International Editions

ERERMİŞ, Serpil ve DİĞERLERİ

2004 “ Is Obesity A Risk Factor For Psychopathology Among Adolescent?”  
Pediatrics International. Volume 46, Issue 3. June: pp.296-301.

ERKAN, Zülal

2002 “ Sosyal Kaygı Düzeyi Yüksek ve Düşük Ergenlerin Ana Baba Tutumlarına İlişkin Nitel Bir Çalışma.”  
Çukurova Üniversitesi SBE Dergisi. Cilt 10, Sayı:10. ss. 120-133.

FALLOR, E. A. ve H. A., HAUSENBLAS

2005 “ Media Images Of The “Ideal” Female Body: Can Acute Exercise Moderate Their Psychological Impact?”  
Body Image. Volume 2, Issue 1, March: 62-73.

FURNHAM, A., BADMIN, N. ve SENEADE, I.

2002 “Body Image Dissatisfaction: Gender Differences in Eating Attitudes, Self Esteem and Reasons for Exercise”,  
The Journal of Psychology. Volume 136, No 6: pp. 581–596

GAFFNEY, R. Lisa ve DİĞERLERİ

1998 “ Social Skills, Expectancies and Drinking in Adolescents.”  
Addictive Behaviours. Volume 23, Number 5: pp. 587-599.

GANDER, M. J. ve W. H., GARDINER

1998 Çocuk ve Ergen Gelişimi (Çev. Bekir Onur)  
(1993) Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.



GENÇ, Z. Salih

- 2005 “ İlköğretimde Sosyal Becerilerin Gerçekleşme Düzeyinin Belirlenmesi Üzerine Bir Araştırma.”  
Kastamonu Eğitim Dergisi. Cilt 13, No 1: pp. 41–54.

GILLEN, Julia

- 2000 “ Versions of Vygotsky”  
British Journal of Educational Studies. Volume 48, No 2: pp. 183–198.

GOLEMAN, Daniel

- 1996 Duygusal Zeka(Çev. Banu Seçkin Yüksel)  
(2005) İstanbul: Varlık/Bilim Yayınları

GÖKDOĞAN, Figen

- 1988 “ Ortaöğretime Devam Eden Ergenlerde Beden İmajından Hoşnut Olma Düzeyi.”(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)  
Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

GRANT, Kathryn ve DİĞERLERİ

- 1999 “ Gender, Body Image and Depressive Symptoms Among Low-Income African American Adolescents.”  
Journal of Social Issues. Volume 55, Number 2. Summer: pp.299-316.

GRISSET, N.I ve N.K., NORWELL

- 1992 “ Perceived Social Support, Social Skills and Quality of Relationships in Bulimic Women.”  
Journal of Consulting and Clinical Psychology. Volume 60, No 2: H. pp. 293–299.

HALLIWELL, E. ve H., DİTTMAR

- 2005 “ The Rol Of Self Improvement and Self Evaluation Motives in Social Comparisons With Idealised Female Bodies in The Media”  
Body Image 2, volume 2, Issue 3. September: pp. 249-261.

HAMARTA, Erdal

- 2000 “ Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Ve Sosyal Beceri Düzeylerinin Özlük Nitelikleri Açısından İncelenmesi.”(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Konya.

HAMPL, S. Jeffrey ve DİĞERLERİ

- 2004 “ Primetime Television Impacts on Adolescents’ Impressions of Bodyweight, Sex Appeal and Food and Beverage Consumption.”  
Nutrition Bulletin. Volume 29, Number 2. June: pp. 92-98.

HARGRAVES, D. A ve M., TIGGEMAN

- 2004 “ Idealized Media Images and Adolescent Body Image: “ Comparing” Boys and Girls.”  
Body Image. Volume 1, Issue 4, December: 351-361.

HOYT, D. W. ve R. L., KOGAN

- 2001 “ Satisfaction With Body Image and Peer Relationship For Males and Females in A College Environment-1 “  
Sex Roles: A Journal Of Research. Volume 45, Number 3-4, August: pp.199-215.

JANSSEN, Ian ve DİĞERLERİ

- 2005 “ Comparison of Owerweight and Obesity Prevalence in School Aged Youth From 34 Countries and Their Relationship With Physical Activity and Dieting Patterns.”  
Obesity Rewiews. Volume 6, Number 2. May: pp. 123-132.

JONES, D. Carlson

- 2004 “ Body Image Among Adolescent Girls and Boys: A Longitudinal Study “  
Developmental Psychology. Volume 5: pp.823-835.

-----

- 2001 “ Social Comparison and Body Image: Attractiveness Comparisons to  
Models and Peers Among Adolescent Girls and Boys. “  
Sex Roles: A Journal Of Research. Volume 45, November: pp. 645-664.

KAPIKIRAN, A. Necla

- 2001 “ Lise Öğrencilerindeki Psikopatolojik Belirtilerin Cinsiyet ve Sınıf  
Değişkenleri Açısından İncelenmesi.”  
Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. Sayı 10. ss.34-19.

KAPTAN, Saim

- 1998 Bilimsel Araştırma ve İstatistik Teknikleri  
Ankara: Bilim Yayınları

KARA, Emsal

- 2003 “ Öğretmen ve Öğrencilerin Sosyal Beceri Algılarına Etki Eden Faktörler”  
(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal  
Bilimler Enstitüsü. Adana.

KARA, Serpil

- 1999 “Özel İlköğretim Okulları Müdürlerinin Sosyal Beceri Yeterlilik  
Düzeyleri.”(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yıldız Teknik  
Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul

KARADEMİR, Çağla

- 2002 Türkiye’de Televizyonda Yansıtılan Genç İmgesinin Reklamlarda ve Ana Haberlerde İncelenmesi(Basılmamış yüksek lisans tezi).  
Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

KATER, K. J., ROHWER, J. ve LONDRE, K.

- 2002 “ Evaluation of An Upper Elementary School Program to Prevent Body Image, Eating and Weight Concerns.”  
Journal of School Health. Volume 72 Number 5 May: pp. 199–204.

KATHLEEN, L. L., GIVNER, C.C. ve PIERSON, R.M.

- 2003 “ Teacher Expectations of Student Behaviour: Social Skills Necessary for Success in Elementary School Classrooms.”  
The Journal of Special Education. Volume 38, Number 2: pp. 104–110.

- 2004 “ Secondary Teachers’ Views’ on Social Competence: Skills Essential for Success.”  
The Journal of Special Education. Volume 38, Number 3: pp. 174–186.

KEERY, H., BERG, P. ve THOMPSON, J.K.

- 2004 “ An Evaluation the Tripartite Influence Model of Body Dissatisfaction and Eating Disturbance With Adolescent Girls.”  
Body Image. Volume 1 Issue 2: pp. 237-251.

KENT, Gerry

- 2000 “ Understanding The Experiences Of People With Disfigurements: An Investigation Of Four Models Of Social and Psychological Functioning.”  
Psychology, Health and Medicine. Volume 2, Number 5, May: pp.117-129.

KILIÇCI, Yedigâr

2000 Okulda Ruh Sağlığı  
(1989)Ankara: Anı Yayıncılık

KIMMEL, Sharry

2002 “ Improving The Social Skills of Fourth and Fifth Grade Cognitively Gifted Students.”  
Unpublished Doctoral Dissertation, Florida.

KOÇ, Mustafa

2004 “ Gelişim Psikolojisi Açısından Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri.”  
Marmara Üniversitesi SBE Dergisi. Yıl 2 Sayı 17. ss.225-230.

KOLB, M. S. ve C., MAXWELL

2004 “ Critical Social Skills for Adolescents With High Incidence Disabilities: Parental Perspectives.”  
Exceptional Children. Volume 69, Number 2, Winter: pp.163-179.

KONSTANSKI, M. ve E., GULLONE

1998 “ Adolescent Body Image Dissatisfaction: Relationship With Self Esteem, Anxietyand Depression Controlling for Body Mass.”  
Journal of Child Psychology and Pshyciatry. Volume 39, Number 2  
February: pp. 255-262.

KRING, A. M., SMİTH, D.A. ve NEALE, J.M.

1995 “ Individual Differences in Dispositional Expressiveness: Development and Validation of Emotional Expressivity Scale.”  
Journal of Personality and Social Psychology. Volume 66, Number 5: pp. 934-949.

LI, Yanping ve DİĞERLERİ

- 2005 “Body Image Perceptions Among Chinese Children and Adolescents.”  
Body Image 2, Volume 2, Issue 2, June: pp. 91-103.

MADDOX, E. Renee

- 2005 “Cognitive Responses to Idealized Images of Women: The Relationship of Social Comparison and Critical Processing to Body Image Disturbance in College Women.”  
Journal of Social and Clinical Psychology, Volume 24, No 8: pp. 1114-1138

MANGER, T., EIKELAND, O.J. ve ASBJORNSEN, A.

- 2003 “Effects of Training on Pupils’ Social Skills.”  
Research in Education, Volume 69, May: pp. 80-92.

MARCOTTE, Diane ve DİĞERLERİ

- 2002 “Gender Differences In Depressive Symptoms During Adolescence: Role Of Gender Typed Characteristics, Self Esteem, Body Image, Stressful, Life Events and Pubertal Status.”  
Journal Of Emotional and Behavioral Disorder, Volume 10, Number 1  
 March: pp.29-42.

MARTON, Peter ve DİĞERLERİ

- 2006 “Cognitive Social Skills and Social Self-Appraisal in Depressed Adolescents.”  
J Am Acad Child Adolescents Psychiatry, Volume 45, Number 6, June: pp. 737-744.

MATLIN, W. Margaret

- 1993 The Psychology of Women.  
 Orlando: hercout Brace Jovanovich College Puplichers.

McCABE, P. M. ve L. A., RICCIARDELLI

- 2001 “ Parent, Peer and Media Influences On Body Image and Strategies to Both Increase and Decrease Body Size Among Adolescents Boys and Girls Statistical Data Included.”  
Adolescence. Volume 36, Number 142, Summer: 225-240.

- 2004 “ A Longitudinal Study Of Pupertal Timing and Extreme Body Change Behaviors Among Adolescent Boys and Girls. “  
Adolescence. Volume 39, Number 153, Spring: 145-166.

McKINLEY, M. N. ve A. L., RANDA

- 2005 “ Adult Attachment and Body Satisfaction An Exploration Of General and Specific Relationship Differences.”  
Sex Roles: A Journal Of Research Volume 2, Number 3. September: pp. 209–218.

MELLOR, David ve DIĞERLERİ

- 2004 “ Body Image Importance and Body Dissatisfaction Among Indigeneous Australian Adolescents.  
Body Image. Volume 1:pp. 289–297.

MOONEY, E., FARLEY, H. ve STRUGNELL, C.

- 2004 “ Dieting Among Adolescent Females-Some Emerging Trends.”  
International Journal of Consumer Studies. Volume 24, No 4: pp. 347–354

MORRISON, A.M., MORRISON, T.G. ve SAGER, C.L.

- 2004 “ Body Image Evaluation and Body Image Invesment Among Adolescents: A Test Of Sociocultural and Social Comparison Theories. “  
Adolescence, Volume 39, Fall : pp. 571-592.

MORRISON, A.M., KALIN, R. ve MORRISON, T.G.

- 2004 “ Does Body Satisfaction Differ Between Gay Men and Lesbian Women And Heterosexual Men and Women? A Meta-Analytic”  
Body Image, Volume 1: pp. 127–138.

NANGLE, W. Douglas ve DİĞERLERİ

- 2002 “ Social Skills As A Treatment For Agressive Children and Adolescents: A Developmental-Clinical İntegration.”  
Agression and Violent Behaviour, Volume 7: pp. 169-199.

NEWELL, R. ve I., MARKS

- 2000 “ Phobic Nature Of Social Difficulty in Facially Disfigured People.”  
British Journal Of Psychiatry, Volume 176, pp. 177-181.

NICOLOPOULOU, Ageliki

- 2004 “ Oyun, Bilişsel Gelişim ve Toplumsal Dünya: Piaget, Vygotsky ve Sonrası”(Çev: Dr. Melike Türkan Bağlı)  
Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, Cilt 37, Sayı 2: s. 137–169.

NIEDERMAN, N. M. ve S. R., HURST

- 1998 “ Body Size, Physical Attractiveness and Body Image Among Young Adult Women: Relationships to Sexual Experience and Sexual Esteem.”  
Journal Of Sex Research, Volume 35, Number 3, August: pp. 272-282.

ODACI, Hatice ve DİĞERLERİ

- 2003 “ Sosyal Beceri Eğitiminin İlköğretim Öğrencilerinin Denetim Odağı Üzerine Etkisi.”  
Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, Cilt 2, Sayı 20, Eylül: ss. 51–61.



OLIVER, L. Kimberly

- 1999 “ Adolescent Girls’ Body Narratives Learning to Desire and Cr a Fashionable Image.”  
Teachers College Record. Volume 101, Number 2. Winter: pp.220-246.

ONUR, Bekir

- 1997 Gelişim Psikolojisi: Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm  
Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.

PECHRIGGL, Alice

- 2005 “ Body and Gender Within The Stratifications Of The Social Imaginary”  
Hypatia. Volume 20, Number 2. Spring: pp.102-118.

POLE, M., CROWTHER, J.H. ve SCHELL, J.

- 2004 “ Body Dissatiation in Married Woman: The Role Of Spousal Influence and Marital Communication Patterns.”  
Body Image. Volume 1, Issue 3, September: 267–278.

REED, K. Michael

- 1994 “Social Skills Training to Reduce Depression in Adolescents”  
Adolescence. Volume 29, Summer.

RINDERKNECHT, K. ve C., SMİTH

- 2002 “ Body Image Perceptions Among Urban-Native American Youth “  
Obesity Research. Volume 10, Number 5, May: pp. 315-327.

RUMSEY, N. ve D., HERCAUT

- 2004 “ Body Image and Disfigurement: Issues and Interventions.”  
Body Image. Volume 1, Issue 1, January: pp. 83-97.

SARATINO, E. P. ve J. W., ARMSTRONG  
1986 Child and Adolescent Development  
St. Paul: West Publishing Company.

SCHOOLER, Deborah ve DİĞERLERİ  
2004 “Who’s That Girl Television’s Role In The Body Image Development Of  
Young White and Black Women.”  
Psychology Of Women Quarterly. Volume 28: pp.38-47.

SELÇUK, Ziya  
2001 Gelişim ve Öğrenme  
Ankara: Nobel Yayınevi.

SEGRIN, Chris  
2001 “Social Skills Deficits Associated With Depression.”  
Clinical Psychology Review. Volume 20, Number 3: pp. 379-403.

SHARPS, M. J., SHARPS., J.L. ve HANSON, J.  
2002 “Body Image Preference in the United States and Rural Thailand: An  
Exploratory Study.  
The Journal of Psychology. Volume 135, No 5: pp. 518–526.

SMOLAK, Linda  
2004 “Body Image in Children and Adolescents: Where Do We Go From  
Here? “  
Body Image 1. Volume 1, Number 1, January: pp. 15-28.

SPENCE, H. Susan

- 2003 “Social Skills Training With Children and Young People: Theory, Evidence and Practice.”  
Child and Adolescent Mental Health. Volume 8, Number 2: pp. 84-96.

STANFORD, N. J. ve M. P., McCABE

- 2005 “Sociocultural Influences On Adolescent Boys’ Body Image and Body Change Strategies.”  
Body Image 2. Volume 2, Issue 2, June: pp. 105-113.

STAUT, J. E. ve W. M., FRA

- 2004 “Body Image Disorder In Adolescent Males: Strategies For School Counselors.”  
Professional School Counseling. Volume 8, Number 2, December: pp. 176-182.

STORVOLL, E.E., STRANDBU., A. ve WICHSTROM, L.

- 2005 “A Cross-Sectional Study of Changes in Norwegian Adolescents’ Body Image From 1992 to 2002.”  
Body Image. Volume 2: pp. 5–18.

SULS, M.J. ve L., WHEELER

- 2000 “Handbook of Social Comparison: Theory and Research”  
[www.springer.com/west](http://www.springer.com/west). pp.23–45.

SWAMI, M. ve M. J., TOVEE

- 2005 “Female Physical Attractiveness in Britain and Malaysia: A Cross-Cultural Study.”  
Body Image. Volume 2, Issue 2. June: pp. 155-128.

ŞAHİN, Cengiz

- 1999 “ Yurt Dışı Yaşantısı Geçiren ve Geçirmeyen Anadolu Lisesi Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeyleri(Yayınlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

ŞAHİN, Hülya

- 2004 “Kişisel Rehberlik ve Psikolojik Danışma”.Psikolojik Danışma ve Rehberlik (Ed. Alim KAYA)  
Ankara: Anı Yayıncılık

TARHAN, Sinem

- 1995 “ Lise Öğrencilerinin Beden İmajlarından Hoşnut Olma Düzeylerinin Özsaygıları ve Akademik Başarıları Üzerindeki Etkisi.”  
(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)  
Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara

THOMAS, F. C., JAKATDAR, T.A. ve WILLIAMS, E.F.

- 2004 “ The Body Image Quality Of Life Inventory: Further Validation ,With College Men and Women.”  
Body Image. Volume 1, Issue 3, September: 279-287.

TIGGEMAN, Marika

- 2004 “ Body Image Across The Adult Life Span: Stability and Change  
Body Image. Volume 1, Issue 1. January: pp. 29-41.

- 2005 “ Body Dissatisfaction and Adolescent Self Esteem: Prospective Findings.”  
“ Body Image. Volume 2, Issue 2, June: pp. 129-135.

TROISI, A. ve A., MOLES

- 2003 “Gender Differences in Depression: An Ethological Study of Nonverbal During Interviews.”  
Journal of Psychiatric Research. Volume 33: pp. 243-250.

TYRON, S. G., SOFFER, A. ve WINOGRAD, G.

- 2001 “Relationship of Social Skills, Depression and Anxiety in Adolescents.”  
Annual Conferance of American Psychological Association. August 24–28. San Francisco.

UĞUR, İ. ve S., ŞİMŞEK

- 2004 “Kitle İletişim Araçlarındaki Reklamlarda Kadın ve Erkek Objelerin Kullanılması.”  
Selçuk Üniversitesi SBE Dergisi. Sayı 14. ss. 549-561.

UZBAŞ, Aslı

- 2003 “İlköğretim 4. ve 5. Sınıflarda Okuyan Öğrencilerin Sosyal Becerileri Ve Okul Uyumunu İle Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İzmir.

ÜNVER, Gülsen

- 2003 “Bedensel ve Devinsel Gelişim”. Gelişim ve Öğrenme(Ed. Ayten ULUSOY)  
Ankara: Anı Yayıncılık.

VILEGAS, A. Sanches ve DİĞERLERİ

- 2001 “Perception of Body Image as Indicator of Weight Status in The European Union.”  
Journal of Humatarian Nutrition Dietet. Volume 14 Issue 2. April: pp. 93-102.

WAACK, D., JANICE

- 1999 “ Supervision for Counselors Working With Eating Disorders Groups: Countertransference Issues Related to Body Image, Food and Weight.” Journal of Counseling and Development. Volume 77, Number 4 Fall: pp. 379-388.

WAUTIER, G. ve B., BLUME

- 2004 “ The Effects Of Ego Identity, Gender Role and Attachment On Depression and Anxiety in Young Adults.” International Journal Of Theory and Research. Volume 4,Number 1: pp. 59-76.

WILLIAMS, J. G. ve L., REISBERG

- 2004 “ Successful Inclusion: Teaching Social Skills Through Curriculum Integration.” Intervention in School and Clinic. Volume 38, Number 4, March: pp. 205-210.

WILSON, J.M.B., TRIPP, D.A. ve BOLAND, F.J.

- 2005 “ The Relative Contributions Of Subjective and Objective Measures Of Body Shape and Size to Body Image and Disordered Eating in Women” Body Image 2. Volume 2, Issue 3. September: pp. 233-247.

[www.ogm.meb.gov.tr](http://www.ogm.meb.gov.tr) (29.08.2006)

YAMAMIYA, Yuko ve DİĞERLERİ

- 2005 “ Women’s Exposure to Thin and Beautiful Media Images: Body Image Effects Of Media- Ideal Internalization and Impact-Reduction Interventions.” Body Image. Volume 2, Issue 1, March: 74-80.

YÜKSEL, Galip

1997 “ Sosyal Beceri Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerine Etkisi.”(Yayınlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

-----  
1998 “ Sosyal Beceri Envanterinin Türkçe’ye Uyarlanması: Geçerlilik ve Güvenirlik.”  
Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi. Cilt 9, Sayı 9, Mart: ss. 39-48.

-----  
2002 “ Öğretmenlerin Sahip Olmaları Gereken Davranış Olarak Sosyal Beceri.”  
Milli Eğitim Dergisi. Sayı 150.

-----  
2004 Sosyal Beceri Envanteri El Kitabı  
Ankara: Asil Yayınevi

## EKLER

**EK 1. BEDEN BÖLGELERİNDEN VE ÖZELLİKLERİNDEN  
MEMNUNİYET ÖLÇEĞİ**

**EK 2. SOSYAL BECERİ ENVANTERİ**



**BEDEN BÖLGELERİNDEN VE ÖZELLİKLERİNDEN MEMNUNİYET ÖLÇEĞİ**  
**Erkekler için**

**YÖNERGE**

Bu araç, sizin beden bölgelerinizden ve özelliklerinizden hoşnut olup olmadığınızı ve ne derece hoşnut olduğunuzu belirlemeyi amaçlamıştır. Sıra ile belirtilen beden bölgelerinizden çok memnun iseniz "son derece memnunum", memnun iseniz "oldukça memnunum", söz konusu beden bölgelerinizden hoşnut olup olmama konusunda bir fikriniz yoksa "kararsızım", memnun değilseniz "memnun değilim", hiç memnun değilseniz "hiç memnun değilim" seçeneğinin altındaki boşluğu işaretleyiniz. Lütfen hiçbir maddeyi boş bırakmamaya çalışınız.

**ÖRNEK:**

Ten rengi maddesinde, ten renginizden hiç memnun değilseniz "hiç memnun değilim" ifadesinin altındaki boşluğu işaretleyiniz.

	Son Derece Memnunum	Oldukça Memnunum	Kararsızım	Pek Memnun Değilim	Hiç Memnun Değilim
Ten Rengi	( )	( )	( )	( )	( )

**ACIKLAMALAR:**

**Beden Oranları:** Bir insanın bedeninde gövde, kol, bacak ve ayakların birbirine oranları.

**Bedenin Duruşu:** Bir insanın boyunu belli edecek genel görünümü, endamı. Dik ya da eğik, kambur vb. duruşlarıyla ilgilidir.

	Son Derece Memnunum	Oldukça Memnunum	Kararsızım	Pek Memnun Değilim	Hiç Memnun Değilim
<i>BEDENİN GENEL GÖRÜNÜMÜ</i>	5	4	3	2	1

Beden Oranları	( )	( )	( )	( )	( )
Bedenin Duruşu	( )	( )	( )	( )	( )
Spor Yeteneği	( )	( )	( )	( )	( )
Ten Rengi	( )	( )	( )	( )	( )
Kas Gücü	( )	( )	( )	( )	( )
Boy	( )	( )	( )	( )	( )
Kilo	( )	( )	( )	( )	( )

**YÜZ**

Yüz Güzelliği	( )	( )	( )	( )	( )
Saçlar	( )	( )	( )	( )	( )
Gözler	( )	( )	( )	( )	( )
Kulaklar	( )	( )	( )	( )	( )
Burun	( )	( )	( )	( )	( )
Ağız	( )	( )	( )	( )	( )
Dişler	( )	( )	( )	( )	( )
Ses	( )	( )	( )	( )	( )
Çene	( )	( )	( )	( )	( )
Yüzdeki Kıl Miktarı	( )	( )	( )	( )	( )

BEDEN ÜYELERİ

	Son Derece Memnunum 5	Oldukça Memnunum 4	Kararsızım 3	Pek Memnun Değilim 2	Hiç Memnun Değilim 1
--	--------------------------	-----------------------	-----------------	-------------------------	-------------------------

Omuzlar	( )	( )	( )	( )	( )
Kollar	( )	( )	( )	( )	( )
Eller	( )	( )	( )	( )	( )
Ayaklar	( )	( )	( )	( )	( )
Bedendeki Kıl Miktarı	( )	( )	( )	( )	( )

GÖVDE

Karın	( )	( )	( )	( )	( )
Kalçalar	( )	( )	( )	( )	( )
Bacak ve Bilekler	( )	( )	( )	( )	( )

<u>GÖĞÜSLER VE GÖĞÜS BÖLGESİ</u>	( )	( )	( )	( )	( )
--	-----	-----	-----	-----	-----

<u>ÇİNSEL ORGANLAR</u>	( )	( )	( )	( )	( )
------------------------	-----	-----	-----	-----	-----

Arş. Gör.  
Temel KALAFAT  
Eğitim Bilimleri Bölümü  
Rehberlik ve Psikolojik Danışma

**BEDEN BÖLGELERİNDEN VE ÖZELLİKLERİNDEN MEMNUNİYET ÖLÇEĞİ**  
**Kızlar İçin**

**YÖNERGE**

Bu araç, sizin beden bölgelerinizden ve özelliklerinizden hoşnut olup olmadığınızı ve ne derece hoşnut olduğunuzu belirlemeyi amaçlamıştır. Sıra ile belirtilen beden bölgelerinizden çok memnun iseniz "son derece memnunum", memnun iseniz "oldukça memnunum", söz konusu beden bölgelerinizden hoşnut olup olmama konusunda bir fikriniz yoksa "kararsızım", memnun değilseniz "memnun değilim", hiç memnun değilseniz "hiç memnun değilim" seçeneğinin altındaki boşluğu işaretleyiniz. Lütfen hiçbir maddeyi boş bırakmamaya çalışınız.

**ÖRNEK:**

Ten rengi maddesinde, ten renginizden hiç memnun değilseniz "hiç memnun değilim" ifadesinin altındaki boşluğu işaretleyiniz.

	Son Derece Memnunum	Oldukça Memnunum	Kararsızım	Pek Memnun Değilim	Hiç Memnun Değilim
Ten Rengi	( )	( )	( )	( )	( )

**ACIKLAMALAR:**

**Beden Oranları:** Bir insanın bedeninde gövde, kol, bacak ve ayakların birbirine oranları.

**Bedenin Duruşu:** Bir insanın boyunu belli edecek genel görünümü, endamı. Dik ya da eğik, kambur vb. duruşlarıyla ilgilidir.

	Son Derece Memnunum	Oldukça Memnunum	Kararsızım	Pek Memnun Değilim	Hiç Memnun Değilim
<b><u>BEDENİN GENEL GÖRÜNÜMÜ</u></b>	5	4	3	2	1

Beden Oranları	( )	( )	( )	( )	( )
Bedenin Duruşu	( )	( )	( )	( )	( )
Spor Yeteneği	( )	( )	( )	( )	( )
Ten Rengi	( )	( )	( )	( )	( )
Kas Gücü	( )	( )	( )	( )	( )
Boy	( )	( )	( )	( )	( )
Kilo	( )	( )	( )	( )	( )

**YÜZ**

Yüz Güzelliği	( )	( )	( )	( )	( )
Saçlar	( )	( )	( )	( )	( )
Gözler	( )	( )	( )	( )	( )
Kulaklar	( )	( )	( )	( )	( )
Burun	( )	( )	( )	( )	( )
Ağız	( )	( )	( )	( )	( )
Dişler	( )	( )	( )	( )	( )
Ses	( )	( )	( )	( )	( )
Çene	( )	( )	( )	( )	( )

BEDEN ÜYELERİ

	Son Derece Memnunum 5	Oldukça Memnunum 4	Kararsızım 3	Pek Memnun Değilim 2	Hiç Memnun Değilim 1
--	--------------------------	-----------------------	-----------------	-------------------------	-------------------------

Omuzlar	( )	( )	( )	( )	( )
Kollar	( )	( )	( )	( )	( )
Eller	( )	( )	( )	( )	( )
Ayaklar	( )	( )	( )	( )	( )
Bedendeki Kıl Miktarı	( )	( )	( )	( )	( )

GÖVDE

Karın	( )	( )	( )	( )	( )
Kalçalar	( )	( )	( )	( )	( )
Bacak ve Bilekler	( )	( )	( )	( )	( )

<u>GÖĞÜSLER VE GÖĞÜS BÖLGESİ</u>	( )	( )	( )	( )	( )
----------------------------------	-----	-----	-----	-----	-----

<u>CİNSEL ORGANLAR</u>	( )	( )	( )	( )	( )
------------------------	-----	-----	-----	-----	-----

Arş. Gör.  
Temel KALAFAT  
Eğitim Bilimleri Bölümü  
Rehberlik ve Psikolojik Danışma

## SOSYAL BECERİ ENVANTERİ

Aşağıda bir tutum ve davranış ifade eden 90 madde verilmiştir. Bunlar sizin için tanımlayıcı bir özellik olabilir ya da olmayabilir. Her maddeyi lütfen dikkatle okuyunuz. Sonra ilgili ölçeği kullanarak sizin durumunuzu en doğru şekilde yansıtabilecek olan seçeneğe karar verin, sonra cevap kağıdında uygun olan daireyi karalayın

Doğru ya da yanlış cevap olmadığını aklınızda tutun bu nedenle maddeleri olabildiğince içten ve dürüstçe cevaplayın. Her madde için bir seçenek işaretleyin. Her maddeyi cevaplandırmayı deneyin.

	Hiç Benim Gibi Değil	Biraz Benim Gibi	Benim Gibi	Oldukça Benim Gibi	Tamamen Benim Gibi
1	( )	( )	( )	( )	( )
2	( )	( )	( )	( )	( )
3	( )	( )	( )	( )	( )
4	( )	( )	( )	( )	( )
5	( )	( )	( )	( )	( )
6	( )	( )	( )	( )	( )
7	( )	( )	( )	( )	( )
8	( )	( )	( )	( )	( )
9	( )	( )	( )	( )	( )
10	( )	( )	( )	( )	( )
11	( )	( )	( )	( )	( )
12	( )	( )	( )	( )	( )
13	( )	( )	( )	( )	( )
14	( )	( )	( )	( )	( )
15	( )	( )	( )	( )	( )
16	( )	( )	( )	( )	( )
17	( )	( )	( )	( )	( )
18	( )	( )	( )	( )	( )
19	( )	( )	( )	( )	( )
20	( )	( )	( )	( )	( )
21	( )	( )	( )	( )	( )
22	( )	( )	( )	( )	( )
23	( )	( )	( )	( )	( )

24	Önceden hazırlanmış bir konuşmayı yapmakta pek başarılı değilimdir.	( )	( )	( )	( )	( )
25	Başka inanlara dokunmaktan genellikle rahatsız olurum.	( )	( )	( )	( )	( )
26	Başkalarıyla olan ilişkilerini izleyerek bir insanın karakterini kolayca anlayabilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
27	Gerçek hislerimi hemen herkesten gizleyebilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
28	Arkadaşların bir araya geldiği eğlence toplantılarına her zaman katılırım.	( )	( )	( )	( )	( )
29	Bazı ortamlarda doğru şeyleri yaptığımdan veya söylediğimden endişe ederim.	( )	( )	( )	( )	( )
30	Kalabalık bir grubun önünde konuşmak benim için zordur.	( )	( )	( )	( )	( )
31	Sık sık yüksek sesle gülerim.	( )	( )	( )	( )	( )
32	Ne kadar saklamaya çalışsalar da, insanların gerçek düşüncelerini genellikle bilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
33	Arkadaşlarım beni güldürmeye veya gülümsetmeye çalışsalar bile ciddiyetimi koruyabilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
34	Kendimi yabancılara tanıtırken genellikle ilk adımı ben atarım.	( )	( )	( )	( )	( )
35	Bazen başkalarının bana söylediklerini sanki çok kişisel olarak algılıyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
36	Bir grup içinde olduğum zaman konuşacağım doğru şeyleri seçmede güçlük çekiyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
37	Arkadaşlarıma ve aileme onların beni nasıl kızdırdıklarını veya üzdüklerini anlatmakta bazen güçlük çekiyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
38	Bir insanla ilk karşılaşmamdan sonra onun karakterini tam olarak anlayabilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
39	Duygularımı kontrol etmek benim için oldukça zordur.	( )	( )	( )	( )	( )
40	Karşılıklı konuşmalarda genellikle ilk adımı ben atarım.	( )	( )	( )	( )	( )
41	Hareketlerim hakkında başkalarının ne düşündükleri benim için çok fazla önem taşımaz.	( )	( )	( )	( )	( )
42	Grup tartışmalarını yönetmede genellikle çok başarılıyım.	( )	( )	( )	( )	( )
43	Yüz ifadem genellikle tarafsızdır.	( )	( )	( )	( )	( )
44	Hayatımdaki en büyük zevklerimden biri, diğer insanlarla birlikte olmaktır.	( )	( )	( )	( )	( )
45	Üzgün olsam bile soğukkanlılığımı korumakta oldukça başarılıyım.	( )	( )	( )	( )	( )
46	Bir hikaye anlatırken konunun anlaşılması için genellikle pek çok el kol hareketi yaparım.	( )	( )	( )	( )	( )
47	Genellikle insanlara söylediklerimin yanlış anlaşılacağından kaygılanırım.	( )	( )	( )	( )	( )
48	Genellikle sosyal düzeyi benimkinden farklı olan insanlarla birlikte bulunmaktan rahatsız olurum.	( )	( )	( )	( )	( )
49	Kızgınlığımı çok seyrek gösteririm.	( )	( )	( )	( )	( )
50	Kendilerini olduğundan farklı gösterenleri, karşılaştığım ilk andan itibaren hemen tespit edebilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
51	Grupla birlikteyken genellikle davranışlarımı ve fikirlerimi gruba adapte edebilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
52	Tartışmalarda konuşmaların büyük bir kısmını ben üstlenirim.	( )	( )	( )	( )	( )
53	Büyürken ailem daima iyi davranışların önemini vurgulamıştır.	( )	( )	( )	( )	( )
54	Arkadaşların bir araya geldiği eğlence toplantılarına başkalarıyla kaynaşmakta pek başarılı değilim.	( )	( )	( )	( )	( )

55	Arkadaşlarımla konuşurken onlara sık sık dokunurum.	( )	( )	( )	( )	( )
56	Başka insanların sorunlarını bana anlatmalarından nefret ederim.	( )	( )	( )	( )	( )
57	Sinirli olduğum zaman bu durumumu başkalarından çok iyi bir şekilde saklayabilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
58	Toplantılarda çok çeşitli insanlarla konuşmaktan hoşlanırım.	( )	( )	( )	( )	( )
59	Herhangi birinin bana gülümsemesinden veya surat asmasından çok etkilenirim.	( )	( )	( )	( )	( )
60	Bir çok önemli kişinin katıldığı toplantılarda kendimi dışlanmış hissedirim.	( )	( )	( )	( )	( )
61	Durgun geçen bir toplantıyı neşelendirebilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
62	Uzüntülü filmlerde bazen ağlarım.	( )	( )	( )	( )	( )
63	Sosyal etkinliklerde hiç eğlenmesem bile kendimi çok iyi vakit geçiriyormuş gibi gösterebilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
64	Kendimi yalnız biri olarak görüyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
65	Eleştiriye karşı çok duyarlıyım.	( )	( )	( )	( )	( )
66	Farklı özgeçmişe sahip insanların çevremde rahatsız olduklarını ara sıra fark etmişimdir.	( )	( )	( )	( )	( )
67	İlgi odağı olmaktan nefret ederim.	( )	( )	( )	( )	( )
68	Uzüntülü bir insanı, rahatlatmak için kolaylıkla dokunup kucaklayabilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
69	Güçlü bir duygumu pek saklayamam.	( )	( )	( )	( )	( )
70	Kalabalık toplantılara katılmaktan ve yeni insanlarla tanışmaktan zevk alıyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
71	Başka insanların beni sevmesine çok önem veririm.	( )	( )	( )	( )	( )
72	Bir yabancı ile konuşmaya başlarken bazen yanlış şeyler söylerim.	( )	( )	( )	( )	( )
73	Duygu ve heyecanlarımı çok seyrek gösteririm.	( )	( )	( )	( )	( )
74	Başka insanları seyretmek için saatler harcarım.	( )	( )	( )	( )	( )
75	Gerçekten kendimi mutlu hissediyorken bile kolaylıkla üzgünmüş gibi gösterebilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
76	Tanıdığım birileri benimle konuşmadıkça onlarla konuşmam mümkün değildir.	( )	( )	( )	( )	( )
77	Eğer bir başkasının bana baktığı düşüncesine kapılırsam huzursuz olurum.	( )	( )	( )	( )	( )
78	Gruplarda genellikle lider olarak seçilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
79	Arkadaşlarım bazen bana çok konuştuğumu söyler.	( )	( )	( )	( )	( )
80	Çoğunlukla duyarlı ve anlayışlı bir insan olduğum söylenir.	( )	( )	( )	( )	( )
81	Duygularımı saklamaya çalışsam bile insanlar bunu her zaman anlayabilirler.	( )	( )	( )	( )	( )
82	Arkadaşların bir araya geldiği eğlence toplantılarında toplantının yıldızı olma eğilimdeyim.	( )	( )	( )	( )	( )
83	Başkalarının üzerinde bıraktığım etki ile genellikle meşgul olurum.	( )	( )	( )	( )	( )
84	Sosyal ortamlarda genellikle kendimi beceriksiz bulurum.	( )	( )	( )	( )	( )
85	Kızgın olduğum zaman asla bağırıp çağırmam.	( )	( )	( )	( )	( )
86	Arkadaşlarım kızgın ve sinirli oldukları zaman onları sakinleştirmem için beni ararlar.	( )	( )	( )	( )	( )
87	Bir önceki dakika mutlu ve bir sonraki dakika üzgün görünmeyi kolaylıkla başarabilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
88	Herhangi bir konu üzerinde saatlerce konuşabilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
89	Sık sık başkalarının benim hakkında ne düşündükleriyle meşgul olurum.	( )	( )	( )	( )	( )
90	Her türlü sosyal ortama kolayca uyum sağlayabilirim.	( )	( )	( )	( )	( )