

T.C.
MUNZUR ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



**SOSYOLOJİK BAĞLAMDA FİTNESS SPORUNUN BEDEN ALGISI
ÜZERİNE ETKİSİ: BURSA ÖRNEĞİ**

Murat DURMAZ

YÜKSEK LİSANS TEZİ
SOSYOLOJİ ANABİLİM DALI

DANIŞMAN
Prof. Dr. Ali Kemal ÖZCAN

TUNCELİ- 2020

T.C.
MUNZUR ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

SOSYOLOJİK BAĞLAMDA FİTNESS SPORUNUN BEDEN ALGISI
ÜZERİNE ETKİSİ: BURSA ÖRNEĞİ

Murat DURMAZ
(20170100304)

YÜKSEK LİSANS TEZİ
SOSYOLOJİ ANABİLİM DALI

DANIŞMAN
Prof. Dr. Ali Kemal ÖZCAN

TUNCELİ- 2020

T.C.
MUNZUR ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**SOSYOLOJİK BAĞLAMDA FİTNESS SPORUNUN BEDEN ALGISI
ÜZERİNE ETKİSİ: BURSA ÖRNEĞİ**

Murat DURMAZ
YÜKSEK LİSANS TEZİ
SOSYOLOJİ ANABİLİM DALI

Bu tez 27 /10 / 2020 tarihinde aşağıdaki jüri üyeleri tarafından **oy birliği** ile kabul edilmiştir.

İmza

Prof. Dr. Erdal YILDIRIM
(Munzur Üniversitesi)

BAŞKAN

İmza

Prof. Dr. Ali Kemal
ÖZCAN
(Munzur Üniversitesi)

DANIŞMAN

İmza

Doç. Dr. Handan
KARAKAYA
(Fırat Üniversitesi)

ÜYE

Bu tez, Enstitümüz Sosyoloji Anabilim Dalı'nda hazırlanmıştır.

Prof. Dr. Olcay KAPLAN İNCE
Enstitü Müdürü

Not: Bu tezde kullanılan özgün ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 sayılı ‘‘Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu’’ndaki hükümlere tabidir.

27/11/2020

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ

Bu tezin bana ait, özgün bir çalışma olduğunu; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu olmak üzere tüm aşamalarında bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı; bu çalışma kapsamında elde edilen tüm veri ve bilgiler için kaynak gösterdiğimi ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi ve hiçbir şekilde “intihal içermediğini” beyan ederim. Herhangi bir zamanda, çalışmamla ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçları kabul ettiğimi bildiririm.

İmza
Murat DURMAZ

Danışman
Prof. Dr. Ali Kemal ÖZCAN

TEŞEKKÜR

Bu çalışma süresince katkı sunan ve çalışmanın neticelenmesinde emeği geçen, tez sürecinin başından sonuna katkı ve desteğini esirgemeyen, değerli hocam ve tez danışmanım Prof. Dr. Ali Kemal ÖZCAN'a, tez savunması ve değerlendirmesinde katkı sunan değerli hocam, jüri üyesi Prof. Dr. Erdal YILDIRIM'a ve jüri üyesi Doç. Dr. Handan KARAKAYA'ya, tez boyunca desteklerini sunan değerli arkadaşlarım Dr. Öğr. Üyesi Veda TEMİZKAN'a ve Araş. Gör. Bahtiyar UYGUN'a, değerli lisans hocam Doç. Dr. Ufuk ERİŞ'e, tezin istatistik ve analizinde katkı sunan saygı değer arkadaşımız ve aile dostumuz, Dr. Öğr. Üyesi Eylem YALÇINKAYA ÖNDER'e, tez veri toplama ve anket uygulamasında eşlik eden değerli kardeşim, kuzenim Deniz DURMAZ'a, çeviride emeği geçen Sevgi CENGİZ'e, araştırmanın verilerinin toplanmasında izin ve katkılarını esirgemeyen Bursa Fitlife 16 , Hacivat Metrofit, Nilüfer Fit ve Bağlaraltı Fitness Merkezi yöneticileri, çalışanları ve en önemlisi anketlerin doldurulmasında emek ve değerli vakitlerini esirgemeyen fitness salonu kullanıcılarına teşekkür eder ve şükranlarımı sunarım.

Sevgili eşim, yol arkadaşım Dr. Öğr. Üyesi Yedigöller ÇEVİK DURMAZ, varlığıyla ailemize renk katan ve motivasyon kaynağım biricik kızım Roza Feryal DURMAZ, desteğini hiçbir zaman esirgemeyen ve bugünlere gelmemde pay sahibi olan sevgili aile bireylerime minnet, saygı ve şükranlarımı sunuyorum.

Murat DURMAZ
TUNCELİ-2020

İÇİNDEKİLER

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ.....	I
TEŞEKKÜR	II
İÇİNDEKİLER	III
TABLolar LİSTESİ	V
ÖZET	VI
ABSTRACT	VII
1. GİRİŞ	1
1.1. Beden	7
1.1.1. Beden algısı kavramı	7
1.1.2. Beden algısının tarihsel dönüşümü	10
1.1.2.1. İlkel çağlarda beden algısı	11
1.1.2.2. Antik çağ dönemi beden algısı	12
1.1.2.3. Erken Hristiyanlık dönemi beden algısı	13
1.1.2.4. Ortaçağ Hristiyanlık dönemi beden algısı	15
1.1.2.5. Rönesans dönemi beden algısı.....	17
1.1.2.6. Kapitalizm ile birlikte beden algısına bakış.....	18
1.1.3. Sosyoloji disiplininin beden olgusuna yaklaşımı	19
1.1.3.1. Klasik dönem sosyologlarının beden olgusuna yaklaşımı.....	21
1.1.3.2. Çağdaş dönem sosyologlarının beden olgusuna yaklaşımı	25
1.1.4. Tüketim kültürü, tüketim toplumu ve beden ilişkisi.....	33
1.1.4.1. Tüketim kültürü ve tüketim toplumu	34
1.1.4.2. Tüketim ve beden ilişkisi.....	36
1.2. Spor, Sosyolojisi ve Tüketim İlişkisi.....	39
1.2.1. Spor.....	39
1.2.1.1. Spor sosyolojisi.....	41
1.2.1.2. Spor ve tüketim ilişkisi	42
1.2.2. Fitness sporu	45
1.2.2.1. Fitness sporunun kapsamı ve gelişimi	45
1.2.2.2. Fitness merkezleri ve faydaları	47
1.2.2.3. Fitness merkezlerinde verilen hizmetler	48
1.2.3. Fitness sporu ve beden algısı	49
1.2.3.1. Fitness sporunun beden üzerine etkisi	49
2. MATERİYAL VE METOT.....	52
2.1. Verilerin Toplanması	52
2.2. Veri Toplama Araçları	53
2.2.1. Kişisel bilgi formu	53
2.2.2. Beden algısı ölçeği.....	53
2.2.3. Çalışma anketi	54
2.3. Verilerin Değerlendirilmesi	54
2.4. Araştırmanın Etik Boyutu.....	54
3. BULGULAR VE TARTIŞMA.....	55
3.1. Bulguların Tartışılması	63
3.1.1. Demografik bulgularının tartışılması.....	63
3.1.2. Demografik özelliklerine göre ölçüm ortalamalarına ait korelasyon analizi sonuçları	64
3.1.3. Katılımcıların cinsiyetine göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması	65

3.1.4. Katılımcıların medeni duruma göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması	66
3.1.5. Katılımcıların eğitim durumuna göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması	67
3.1.6. Katılımcıların gelir durumuna göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması	67
3.1.7. Katılımcıların sağlık durumuna göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması	68
3.1.8. Katılımcıların sigara içme ve alkol kullanma durumlarına göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması	69
3.2. Çalışma Anketinin Madde Bazında Ölçeğin Karşılaştırılması ve İstatistiksel Analizi	70
3.2.1. Madde 1: Bedenim benim için çok önemli bir araçtır	71
3.2.2. Madde 2: Bedenimin güzel görünmesi çok önemlidir	71
3.2.3. Madde 3: Bedenimin görüntüsü sosyal ilişkilerimi etkiler	72
3.2.4. Madde 4: Benim için ruhsal değil bedensel güzellik daha önemlidir	72
3.2.5. Madde 5: Dış görünüşümle dikkat çekmekten hoşlanırım	72
3.2.6. Madde 6: Başkalarının bedenim hakkındaki düşünce ve önerilerini önemserim	73
3.2.7. Madde 7: Toplumsal hayatta kabul görmek için fazla kilolu olmaktan kaçınırım	73
3.2.8. Madde 8: Daha uzun ve sağlıklı yaşama isteği beni fitness ile zayıflamaya yöneltir	74
3.2.9. Madde 9: İstediğim kıyafetleri giyebilmek için fitness yaparım	75
3.2.10. Madde 10: Arkadaş çevresinde beğenilmek ve dikkat çekmek için fitness merkezlerine giderim	75
3.2.11. Madde 11: Fitness merkezlerine gitmek beni ruhsal olarak rahatlatır	76
3.2.12. Madde 12: Popüler dergilerinden ve internet sitelerinden etkilendiğim için fitness sporu yaparım	77
3.2.13. Madde 13: Spor programlarındaki uzmanların söylemleri beni fitness yapmaya yöneltir	78
3.2.14. Madde 14: Ünlü sporcuları televizyon ya da reklamlarda gördüğümde onların sportif yapıları beni cezbeder	78
3.2.15. Madde 15: Vücudumu forma koyabilmek için kimyasal ilaçlar kullanırım	78
3.2.16. Madde 16: Güzelleşmek için vücudumun hoşlanmadığım herhangi bir bölgesine estetik operasyon yaptırmayı düşünebilirim	79
4. SONUÇ VE ÖNERİLER	81
5. KAYNAKLAR	86
EKLER	93
ÖZGEÇMİŞ	99

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 3.1. Katılımcıların demografik özelliklerinin dağılımı.....	55
Tablo 3.2. Demografik özelliklerine göre ölçüm ortalamalarının betimsel analiz sonuçları.....	56
Tablo 3.3. Demografik özelliklerine göre ölçüm ortalamalarına ait korelasyon analizi sonuçları.....	57
Tablo 3.4. Beden algısı ölçeğinin iç tutarlılığı.....	57
Tablo 3. 5. Katılımcıların cinsiyetine göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması.....	58
Tablo 3. 6. Katılımcıların medeni duruma göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması.....	58
Tablo 3. 7. Katılımcıların eğitim durumuna göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması.....	59
Tablo 3. 8. Katılımcıların gelir durumuna göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması.....	59
Tablo 3. 9. Katılımcıların hastalık durumuna göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması.....	60
Tablo 3.10. Katılımcıların sigara içme durumuna göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması.....	60
Tablo 3.11. Katılımcıların alkol kullanımına göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması.....	61
Tablo 3.12. Çalışma anketinin madde bazında istatistiksel analizi.....	61

ÖZET

Günümüzde beden medya, pazarlama ve reklamcılık gibi tüketimin yönlendirici araçları etkisiyle çeşitli alanlarda kullanılmaktadır. Bu alanlardan biri olarak düşünülen Spor, geniş kitlelere ulaşp yerel bir aktivite olmanın dışına çıkarak kitlesel ve küresel bir ekonomik güç haline gelmiştir. Bir sosyal olgu olarak insan hayatında önemli yere sahip olan sporun, araştırma konusu olacak farklı birçok boyutu vardır. Kentsel yaşam içinde en önemli boş zaman etkinliklerinden biri olarak ele alınan spor aktiviteleri; beden, güzellik, estetik, sağlık gibi kaygılar nedeniyle yer alınabilen aktiviteler olurken, bu aktiviteler sporun aynı zamanda bir tüketim nesnesi olarak da ele alınabilmesine zemin hazırlamaktadır.

Bu anlamda fitness salonları, sosyo-kültürel, ekonomik, eğitim, yaş ve diğer kişisel özellikleri ne olursa olsun bütün bireylere hizmet veren kentsel mekanlardır. Bu salonları kullanan bireylerin spor algıları farklılaşabilmektedir. Günümüzde medya aracılığıyla bir söylem olarak sağlığın vurgulanması ve bedene verilen önemin artması spora olan algıları da değiştirmiştir.

Bu çalışma, fitness merkezlerine giden bireylerin var olan ya da değişen beden algılarının, fitness sporunun beden üzerine etkisinin ne olduğunu saptamak amacıyla yapılmıştır. Bu bağlamda Bursa ilinde belirlenen fitness merkezlerinde, kişisel bilgi formu, beden algısı ölçeği ve çalışma anketi uygulanarak 118 katılımcının katkılarıyla gerçekleştirilmiştir.

Araştırmada nicel veri toplama yöntemi kullanılarak elde edilen bulgular sosyolojik kuramlar bağlamında değerlendirilmiştir.

Araştırma neticesinde, bedenin toplumsal hayat içinde fitness merkezine giden kullanıcıların beden algılarının değişkenlere bağlı olarak anlamlandırıldığı ve fitness sporunun farklı amaçlarla yapıldığı saptanmıştır. Katılımcılar için bedenin dışarıdan görünümü, yarattığı algı ve bireye fayda sağlaması açısından önem taşıdığı, katılımcıların verdiği cevaplar doğrultusunda ortaya konmuştur.

Anahtar kelimeler: Beden, beden sosyolojisi, beden algısı, tüketim kültürü, fitness

ABSTRACT

The Effect of Fitness Sport on Body Perception in a Sociological Context: Simple of Bursa

Today the body is used in various fields due to the influence of consumption such as media, marketing and advertising. Sport that is considered as one of these fields, except for not being a local activity has become a mass and global economic power by reaching large masses. Sport, which has an important place in human life as a social phenomenon, has many different dimensions that will be the subject of research. Sports activities that are considered as one of the most important leisure activities in urban life, because of the worries such as body, beauty, aesthetics, health, these activities prepare the ground for sport to be considered as a consumption object.

In this sense, fitness centers are urban spaces that serve all individuals regardless of their socio-cultural, economic, educational, age and personal characteristics. Sports perceptions of individuals using these halls can become different. Nowadays, emphasis on health as a discourse via media and the increase in the importance given to the body have also changed the perceptions on sports.

This study was carried out to determine existing or changing body perceptions, the effects of fitness sports on the body, individuals who go to fitness centers. In this context, this study was carried out with the help of 118 participants with a few fitness centers in Bursa using personal information form, body perception scale and questionnaire.

In this research, the results obtained were evaluated in the context of sociological theories using the quantitative data collection.

As a result of the research, it was determined that the body perceptions of the users who go to the fitness center in the social life are meaningful depending on the variables and that the fitness sport is performed for different purposes. It has been demonstrated that it is important for the participants in terms of the appearance of the body, the perception it creates and the benefit of the individual, in line with the answers given by the participants.

Key words: Body. body sociology, body perception, consumer culture, fitness

1. GİRİŞ

Sanayi sonrası Modernleşen insan hayatına post-modern tüketim kültürünün yerleşmesiyle, insanların tüketim alışkanlıklarında ve kültürel yaşamlarında köklü değişiklikler olmuştur. Bir kültür ögesi olarak beden, kazandığı imajlar ve farklı anlamlarla tüketim nesnesine dönüşmüştür.

Bedenimiz, hayatımızın hem fiziksel hem de sosyal alanında önemli bir yere sahip olan olgudur. Beden; fiziksel olarak yeme, içme, uyuma, hareket etme gibi davranışların yerine getirilmesinde önemli olduğu gibi sosyal olarak; kendimiz ile kendimiz dışındaki diğer canlılarla olan ilişkilerimizde de önemli bir yere sahiptir. Beden olgusu toplumsal yapı içinde geçmişten günümüze gelene kadar çeşitli anlamlar kazanmış, her dönemin siyasal ve kültürel dinamiklerine bağlı olarak, çeşitli tanımlarla ifade edilmiştir.

Sosyal hayatımızın düzenleyici unsuru olarak görülen bedenlerimiz, bizim dışımızdaki insanlarla ilişki kurmamızda ve kendi hayatımızı ne yönde yaşamamız konusunda karar verici öneme sahiptir. Bu anlamda kendi bedenimizi ve bizim dışımızdaki insanların bedenlerini nasıl algıladığımız ve onlara ne değer biçtiğimiz bedenin algılanma biçiminde önem arz etmektedir. Bu anlamda beden algısı, kişinin bedenini nasıl algıladığı ve başkaları tarafından nasıl algılandığıdır (Kızılelmas Mezarcı, 2018: 6).

İlkel çağda kadının bedeni, erkek bedenine göre daha pasif olarak konumlandırılmış, erkek bedeni güç gerektiren işler üzerinden konumlandırılırken, kadın bedeni daha pasif ve geri planda kalan işlerle ilişkilendirilmiştir. Bedenlerinin farkında olmayarak temel düzeyde yaşamsal ihtiyaçlar etrafında bir düşünceyle hareket eden insanlar, daha çok yaşamlarını hayatta kalmak, barınmak, beslenmek, ve dış tehditlerden korunmak amaçlı bedensel aktivitelerde bulunmuşlardır. Bütün bunları beden hareketleri ile yapmış olmaları yine de bedenin farkında olma, anlam ve öneminin ne olduğunu, öncelik olarak görmelerini sağlayamamıştır.

Antik çağda Yunan kültürü etkisiyle, spor etkinliklerinde görselleştirilen kaslı erkek bedeni, gücü, görsel güzelliği ve ihtişamı merkeze alan bir yaklaşımla her yerde sergilenirken, kadın bedeni, erkek bedeninin gerisinde kalarak konumlandırılmıştır. Yunan kültüründe beden, merkeze alınan bir anlayışla değerlendirilmesine karşın, bu çağın filozofları, bedenin anlamı üzerine fıkırsel birliktelik kuramamışlardır. Hedonistler bedene zevk ekseninde bakarken, Epikürcüler zihni bedenin üzerinde olduğu düşüncesini savunduğu, Sokrates'in bedene ruhu içine hapseden bir mezar olarak baktığı, Platon'un,

ruh-beden bütünlüğü için beden eğitimi ve müziğin işlevine önem verdiği ve Aristo'nun ise, ruh-beden ikilemine karşı çıkışı, filozofların beden olgusunu ele alışlarındaki öznel tutumlarını gözler önüne sermektedir (Kızılelmas Mezarıcı, 2018:8).

Erken Hristiyanlık döneminin beden yaklaşımında, Antik dönemdeki bedeni merkeze alan yaklaşımın aksine, ruh-beden dualizmini ele alan iki yönlü bir yaklaşım sergilenmiştir. Beden, Hristiyanlık dininin etkisiyle bir günah unsuru olarak yorumlanmış, bu günahın Hz. Adem ve Hz. Havva'nın işlemiş oldukları suçun sonucu olarak, dünyada ödenmesi gereken bir bedel olarak toplumsal hayata her yönüyle hissettirilmiştir (Çelik, 2018: 28). Ruhun beden karşısında üstün görülmesi ve bedenin ruhun yüceliğe erişebilmesi için feda edilmesi gerektiği görüşü, Ruhban sınıfı ve kilisenin topluma empoze ettiği yaygın inanış olmuştur. İnsanın kurtuluşunun acı çekerek gerçekleşebileceği, bu acı çekişin diğer insanların kurtuluşu için önemli olduğu düşüncesi hakimdir.

Ortaçağ beden anlayışı ise, daha çok kadın bedeni üzerinden kurgulanmıştır. Kadının bedeninin çıplaklığı günah olarak vurgulanmış, örtünmesi gereken bir günah ögesine dönüştürülmüştür. Dini kurallar ve yaptırımlar daha çok kadın bedenine yönelik olarak tasarlanmıştır. Neticede beden, cinsiyet ayrımına uğramış, kadın bedeni erkek bedenine oranla daha çok yaptırıma maruz bırakılmıştır.

14. yüzyıl Avrupa'sında Rönesans akımının yarattığı özgür düşünce, sanat, siyaset, ve diğer sosyal alanlarda etkisini gösterirken, Hristiyanlık döneminin yaratmış olduğu kötü beden imajını yok etmiş, bedeni erkek egemen ideolojinin etkisinden kurtarıp, kadın bedenini ön plana alan bir yaklaşım sergilemiştir. Rönesans'ın beden anlayışı iyi, güzel, kişisel ve özeldir. Rönesans ile ayağa kaldırılan kadın bedeni, dış görünüş olarak da süslenmek, giyinmek, takı takmak gibi eylemlerle daha görünür kılınmaya çalışılmıştır. Yine bu dönemin sanat anlayışı da bedene yönelik çalışmalarla, Erken Hristiyanlık ve Ortaçağ anlayışındaki beden imajını silip, bedenin değerini yeniden inşa etmeye çalışmıştır.

Bedenin materyalist bakış açısının etkisi altında şekillendiği 19. yüzyılda, beden ruh karşısında kendini kabul ettirerek ruhun reddini kesinleştirmiştir. Bu dönemin belirleyici unsuru olan Sanayi Devrimi, etkisini insan yaşamının üretim ve tüketim ilişkileri ekseninde nasıl şekillendiğini ve insanın kendisini bu önemli etkenlere karşı nasıl konumlandığı yönündeki tutumlarla belirlenmiştir. Üretimin insan hayatının önemli bir unsuru olarak yer aldığını ve üretilen metanın bir tüketim olgusuna ihtiyaç duyduğunu bu

dönemde ortaya çıkmıştır. Bu dönemin belirleyicisi olan üretim ve tüketim ilişkileri, bedenin dönüşümü üzerinde etkisini göstermiştir.

20. yüzyıla gelindiğinde erkek ve kadın bedeni, güçlü bir şekilde alanlarına ayrılmıştır. Üretim erkek bedeni içindir, üretilen malı tüketmek ise, kadın bedeni için tasarlanmıştır. Medyanın bir güç olarak toplumsal ve tüketim hayatında yer alması, üretilen ürünün pazarlanması ve tüketilmesi için bedenleri daha etkin konuma getirmiştir.

Medyanın etkin gücü, bedeni tüketim aracı nesnesine dönüştürerek yaratılan tüketim kültürüne hizmet etmesi, bedeni yeni görevleri ve özellikleri olan bir nesneye dönüştürmüştür.

Klasik sosyologların beden üzerinden gerçekleştirdikleri tanımlama, dönemin yaşanan toplumsal ilişkileriyle benzeşen bir yaklaşım içermektedir. 'Klasik sosyoloji, tabakalaşma, kutsal, profan (din ile ilgili olmayan), rasyonalite, bürokrasi ve yabancılaşma gibi üretilen kavramlarla beden sosyolojisine, diğer bilimlerin (biyoloji, antropoloji, tıp vb.) yaklaşımlarından farklı bir boyut kazandırmıştır' (Kara, 2016: 23-43). Diğer taraftan beden sosyolojisi, klasik sosyolojik kavramlara beden olgusunun klasik sosyologlar tarafından dolaylı da olsa ele alınmasıyla, yeni bakış açıları kazandırmıştır.

Beden, çağdaş sosyoloji döneminde sıkça konu edilen bir anlam içermiştir. 20. yüzyılın ikinci yarısından itibaren oluşan Post-modern düşünceler içerisinde beden, sıkça tartışılan konulardan biri haline gelmiştir. Bu dönemin beden olgusunu şekillendiren önemli kuramcılarından Foucault, bedene "*iktidar ve biyo-iktidar*" kavramlarıyla açıklayarak, bedenin iktidar kurumları tarafından çevrildiğini ve bu kurumların bedene yeni anlamlar ve görevler yüklediğini belirtmiştir (Foucault, 2007: 285-288).

Bourdieu, "*habitus, alan, sermaye*" kavramlarıyla bedeni daha farklı bir bakış açısıyla ele alarak, sınıflar arası beden algısının nasıl değiştiğini ve bir sermaye haline getirilen bedenin, kültürel sermaye, ekonomik sermaye ve sosyal sermaye arasında nasıl farklı bir sermayeye dönüştürüldüğünü göstermiştir. Bourdieu'da beden, çok farklı toplumsal etkenler tarafından biçimlendirilmekte ve geliştirilmektedir.

Bedeni temel anlamda "sosyal" olarak düşünen ve dahası çalışmalarıyla bir "*beden sosyolojisi*" geliştirilmesinin temellerini atan B.S. Turner'da toplumsal yapı içindeki gündelik yaşam, bedenin üretimi ve yeniden üretiminden oluştuğundan, gündelik yaşamın anlaşılabilir bir duruma getirilmesi için öncelikle bedenin anlaşılıp çözümlenmesi gereklidir. Turner, bedeni iç ve dış beden olarak iki kategoride ele alır. İç beden, "*kendi içinde beden*" canlı, hareketli, deneyime dayalı bedendir. Dış beden, "*kendi başına*

beden"de ise, insanın edilgenlik durumu olan dış görünüşüne ait kurumsallaştırılmış beden kavramını ifade etmektedir.

Çağdaş sosyoloji kuramının önemli isimlerinden biri olan Baudrillard, geçmişten günümüze bedenin insan zihninde çok defa değişime uğradığını belirterek, bedenin ruhun karşısında nasıl algılandığını ve geçen zaman dilimi içinde nasıl bir konuma geldiğini ifade etmiştir. Baudrillard'a göre beden, bir kültür olgusuna sahiptir ve içinde barındığı toplumsal ilişkilerin örgütlenme tarzını taşımaktadır.

Marx bedeni, tüketim araçlarının sahipliği üzerinden değerlendirerek, tüketim araçlarını kapitalizmin sahip olduğu metalar olarak tanımlar. Tüketim olgusunu iki kısma ayırarak, gerekli tüketim araçları ve lüks tüketim araçları olarak sınıflandırır. Beden olgusunu direk ele almamış olsa da, işçilerin bedenleri üzerinden değerlendirmiştir.

Bauman, tüketimi küreselleşme olgusu ekseninde ele almış ve bu durumun yeni bir kültür yarattığını dile getirmiştir. Tüketim kültürü, insandan ve yaşadığı toplumdan bağımsız olarak ortaya çıkmış, bu kültürü yaratanların insanların hayatlarına teknoloji denen olguyla girerek, insanların bu teknolojiye ve bunun yarattığı ihtiyaç duyma durumunun, insanları tüketime bağımlı hale gelen yeni kimliğe sahip bireyler olarak tanımlamıştır. Bauman, insanların kullandıkları bu teknolojik imkanlardan kaçamayacaklarını ve buna bağımlı olacaklarını, bu yüzden insanların buna hizmet eden bir yapıya dönüşeceklerini belirtmiştir.

Baudrillard ise, tüketim toplumu ve tüketim beden ilişkisine insanların hayatta kalmak için ihtiyaç duyduklarını ve üretilen ürün bolluğunun tüketilebilmesi için insanların tüketim arzularına ihtiyaç duyduğunu ve bu arzunun oluşması için öncelikle insan bedenin buna uygun hale getirilmesi gerektiğine değinmektedir. Baudrillard'a göre tüketim kültürü, nesnelerin sembolik anlamlarının ortak kültürel değerlerle bütünleşmesine ve diğer toplumsal ilişkilere yön vermesine vurgu yapmaktadır.

Spor olgusu, tüketim ve beden ilişkisi ekseninde ikinci bölümde, fitness sporunu ve fitnessın beden algısı üzerine yarattığı etkiyi hem kuramsal çerçevede hem de araştırma bulgularının yorumlanmasıyla göstermeye çalıştık. Bu bağlamda Spor ve tüketim ilişkisi açıklanması gereken bir durum arz etmiştir.

Sporun geçmişten günümüze olan tarihsel yolculuğu ve gelişimi, toplumsal hayatta ekin hale gelmesi, ekonomik, siyasi, sosyal, psikolojik ve biyolojik konularda etkili bir olgu haline dönüşümü sosyolojinin ilgisini çekmiş ve sosyolojinin en genç alt dallarından biri olarak hem sosyoloji bilimine hem de beden eğitimine katkılar sağlamıştır. Küresel

ölçekte spor, büyük bir ekonomik getiri sağlayan, ilk ortaya çıkış amacının dışına taşmış ve farklı bir kimliğe kavuşmuş önemli bir toplumsal olgudur.

Sporun ekonomik bir güce dönüşmesinde çeşitli araçların etkisi yadsınamayacak ölçüde büyük olmuştur. Kitle iletişim araçlarının ve yarattığı tüketim ilişkisinin insanların hayatlarındaki artan rolü beraberinde spora bağlı farklı tüketim sektörlerin doğmasını sağlamıştır. Günümüzde insanların çalışma hayatında zaman kavramının değişimi ve çalışma saatlerinin kısılması ile oluşan boş zaman kavramı, insanların sosyal yaşamlarının daha eğlenceli ve aktif hale gelmesi için yeni alanlara yönelmelerini sağlamıştır. Bu yeni alanlardan biri olarak fitness kültürü, iş yaşamının stres ve problemlerinden kurtulmak için spora yönelen insanlara, hem yaşam alanlarına yakın olmaları hem de hizmet anlamında geniş bir içerik sunmaları ile, önemli bir tüketim ögesi olmuşlardır.

Medyanın ve diğer kitle iletişim araçlarının insan bedeni üzerine oluşturduğu algı, insanların sağlıklı olmak ve bedenin dış algısını düzeltmek için fitness merkezlerine yönelmesine neden olmuştur.

Bu bağlamda yaptığımız araştırmanın bulguları neticesinde, Sporun beden algısı üzerindeki olumlu etkisi hem literatürce hem de bulgu sonuçlarıncaya ortaya konmuştur. Katılımcılar, spor yapmak ve sağlıklı olmanın dışında, beden algılarını istedik yönde değiştirmek, eğlenmek, sosyalleşmek ve iş yaşamının getirmiş olduğu problemler neticesinde oluşan stresten kurtulmak amacıyla fitness salonlarına yöneldikleri ortaya konmuştur.

Problem: Kapitalizmin çarklarından biri olan tüketim kültürü bedenlerimiz üzerinde tahakküm kurmuş ve onları birer tüketim nesnesi haline getirmiştir. Beden, doğal varoluşunun dışına itilerek kapitalizmin tüketim çarkında bir projeye dönüştürülmüştür. Geline bu noktada insanlar, kapitalizmin egemen olduğu bu çağda bedenlerini ona uydurmak zorunda olduklarını hissetmekte, çeşitli araçlar ve yöntemlerle bedenlerini uyumlu hale getirmektedirler. Bu araçlardan biri olarak topluma benimsetilen fitness kültürü, kapitalizmin tüketim çarkına hizmet etmek için beden algısı üzerinde etkisini bedenleri dönüştürerek yapmaktadır. Bu bağlamda araştırmanın problemi şu şekilde ifade edilebilir; Fitness sporunun beden algısı üzerine etkisi var mıdır? Fitness beden algısını olumlu yönde mi yoksa olumsuz olarak mı etkilemektedir?

Amaç: Bu çalışmanın amacı sporun bir türü olarak görülen, içinde çeşitli egzersizleri barındıran fitness sporunun insan bedeni üzerinde toplumsal açıdan bir etki oluşturup oluşturmadığını incelemektir. Beden algısını oluşturan etmenler nelerdir? Kişi

kendi bedenini nasıl algılamaktadır? Fitness sporunun beden algısının değişimi üzerine olumlu etkisi var mıdır? Fitness sporu yapan insanlar düşük beden algısından dolayı mı, yoksa sağlıklı olmak için mi spor yapıyorlar? İnsanlar, fitness sporu yaparken idealize edilen ve sunulan beden algısının bir etkisi var mıdır? İnsanların beden algısını değiştirme isteğinde fitnessın, toplumsal kabul görme rolünde bir etkisi var mıdır? Çalışma, bu soruların mümkün yanıtlarını incelemeyi amaçlamaktadır.

Önem: Günümüzde fitness salonlarında ve bu salonlara giden kişi sayısında ciddi bir artış görülmektedir. Bu artışın sebepleri arasında fitness salonuna giden katılımcıların motivasyonunun ne olduğu merak uyandırmaktadır. Daha önceleri bu motivasyon sağlık üzerinden ele alınırken, günümüzde popüler ve tüketim kültürüyle bağlantılı olarak farklı motivasyonların etkili olduğunu görmekteyiz. Bu çalışmanın önemi fitness etkinliğini “sağlık”, “estetik”, “spor” gibi toplumsal dinamiklerle birlikte ele almaktır.

Varsayımlar:

1. Toplumumuzda özellikle genç bireyler, dış görünüşleri açısından en çok kilolarından rahatsız olmaktadır.
2. Beden algısı özellikle sosyo-ekonomik durumu kötü olan bireylerde daha düşüktür.
3. Fitnes salonlarına başvuran bireylerin genel anlamda toplum tarafından spor yapmaları desteklenmiştir.
4. Fitnes salonlarına başvuran bireyler spor salonlarında daha fazla sosyalleşmektedirler.
5. Fitnes salonlarına başvuran bireyler spor sonrası kendilerini psikolojik olarak rahat hissetmektedirler.

Sınırlılıklar: Belli bir bölge ve sayı ile sınırlandırılan bir çalışma ile genellemelere varılması mümkün değildir. Genelleme yapılabilmesi ve bireylerin sosyolojik bir profilini çıkarılabilmesi için çok sayıda sosyoloğun iş birliği yapabildiği ve daha geniş bir evrende ve daha uzun bir sürede yapılması gerekmektedir. Bizim çalışmamız bir yüksek lisans tezi olduğu için 2020 yılında Bursa ili sınırları içerisinde bulunan ve çalışma yapılmasını kabul eden, fitness salonlarında anket çalışması yapılarak sınırlandırılmıştır.

1.1. Beden

1.1.1. Beden algısı kavramı

Bedenimiz, hayatımızın hem fiziksel hem de sosyal alanında önemli bir yere sahiptir. Beden; fiziksel olarak yeme, içme, uyuma, hareket etme gibi davranışların yerine getirilmesinde önemli olduğu gibi sosyal olarak; kendimiz ile kendimiz dışındaki diğer canlılarla olan ilişkilerimizde de önemli bir yere sahiptir. Örneğin cansız bir varlık olan bir enstrümanın kullanımında bedenın işlevleri azımsanmayacak derecede önemlidir. Ya da canlı varlık olan bir fidanın dikiminde bedenın birçok bileşeni koordinasyon içinde hareket ederek yapılmak istenen şeyi yerine getirir. En önemlisi de sosyal hayatımızın vazgeçilmez unsuru olan insanlarla kurduğumuz ilişkilerde, onlarla iletişim sağlamada dilin, gözün, ellerin ve diğer önemli beden bileşenlerinin büyük önemi vardır. Bu yüzden bedenimiz anatomik yapısının dışında çok büyük anlamlar taşımaktadır. Salt fizyolojik ve biyolojik bir unsurdan ibaret değildir. Bedenin bu çok anlamlılığı ve çok yönlülüğünden dolayı beden birçok bilime konu olmuş ve bu bilimler tarafından farklı birçok tanımlanmıştır.

TDK bedeni “canlı varlıkların maddi bölümü, vücut” şeklinde tanımlarken, sosyal bilimciler beden tanımına daha kapsamlı açıklamalar getirmişlerdir. İnterdisipliner bir yaklaşım olan beden sosyolojisinde Kara (2016: 23-43), yapmış olduğu beden tanımında bedenimizi, canlı bir varlık olarak insanı, nesneler dünyasının içerisinde duyular vasıtasıyla algılanan bir olgu olarak tanımlar. Bedenin, organik yapısı, hacmi, şekli ve ten rengiyle maddi yönünü vurgularken, bu organik beden özelliklerinin dışında aynı zamanda toplumsal yapı içinde sahip olduğu cinsellik, ait olduğu etnik kimlik ve sahip olduğu cinsiyetiyle de birçok özelliği bünyesinde barındıran bir yapı olduğunu belirtmiştir (Canatan, 2016: 23).

İnsan, sahip olduğu toplumun dinamik yapısı içinde bedenini var etmeye çalışırken, aynı zamanda o toplumun arzu ve istekleri, geleneksel yapısına kayıtsız kalamamaktadır. Toplumsal yapının bu faktörleri beden üzerinde bir değişim ve dönüşüme yol açmaktadır. Giddens’a göre toplumsal yapının oluşturmuş olduğu kurallar bedenın şekillenmesinde rol alırken, kişinin ait olduğu grubun yaşam tarzına, giyim, bakım ve temizlik gibi farklı birçok alanda uyum sağlaması gerektiğine işaret etmektedir (Canatan, 2016: 24). Kişi ait olduğu grubun içinde bedenini şekillendirirken, içinde barındığı toplumun dinamiklerine

direnç göstermek yerine uyum sağlamaktadır. Bu durum, kişiye toplum içinde sahip olduğu bedenine organik yapı dışında sosyal bir kimlik kazandırır

Bedeni bir *modifikasyon* aracı olarak tanımlayan Ertan (2017: 67-80) ise, *Dövmeli Bedenler* isimli eserinde, bedenin sadece onu birleştiren parçalardan oluşmadığını, bununla birlikte, bedeni meydana getiren parçalarla birlikte, bedene yüklenmiş anlam ve düşüncelerin olduğunu öne sürmektedir. Giddens'ta olduğu gibi Ertan da bedenin var olduğu kültürün içinde şekilleneceğine ve yapısına göre değişkenlik göstereceğine, kültürden kültüre değişebildiği gibi, kendi içinde var olduğu kültürün alt gruplarında da bütüne göre farklılaşabileceğini ifade etmektedir. Dolayısıyla bedenin biyolojik bir varlık olmanın yanı sıra, hem toplumsal hem de bireysel bir anlam dünyasının olduğunu vurgulamaktadır.

Bauman ise, *Sosyolojik Düşünmek* isimli eserinde, bedenlerimize 'miras alınan şeyler' olarak bakar. Bedenlerimizin eksik bir şekilde ortaya çıktığını, bu yapısından dolayı henüz toplum etkisi görülmediğinden ya da toplumsal bir etkiye maruz kalmadığından şekillenmemiş olduğunu, bu yönüyle toplumsal bir ürün olmanın gerisinde görüldüğünü ifade eder. Bedenlerimiz, toplumla etkileşim kurmasıyla birlikte yaşam tarzımız ve yaşamın koşulları tarafından muazzam bir etkiye maruz kalmıştır. Bu sebeple bedenlerimizin toplumsal dönüşümü kaçınılmaz olmuştur. İlk etapta biyolojik bir etkinin ya da baskının sonucu oluşan, başka bir ifadeyle bilinçli bir tercihin ve eylemlerin etkisiyle oluşmamış, sadece gen dediğimiz kalıtsal kodların sonucu meydana gelmiş olan bedenlerimiz, toplumun çeşitli etki unsurlarına maruz kalmasıyla mevcut yapısını genişleterek farklı bir kimlik kazanmıştır. Bauman'da bu süreç, kişinin bedeninin bu dönüşümü sağlayabilmesinde toplumun yapısına ve bedenin hazır bulunuşluğuna bağlanmıştır (Bauman, 2019: 158). Kişi bedeniyle barışık değilse, toplumsal iletişim kesilebileceği gibi, bedensel dönüşüm de kendini gerçekleştiremeyecektir.

Beyazyüz ve Göka'nın psikoloji ve tıp bilimleri üzerinden tanımlamaya çalıştıkları beden kavramında ise, geniş bir inceleme ve çalışma alanı olarak beden, tıp tarafından uzun bir zaman düşünmeye konu olacak bir değer olarak görülmemiştir. Beyazyüz ve Göka bu durumu, tıbbın bedeni ile olan ilişkisin basit ve kolay kavranabilir olmasına bağlamaktadır. Tıp ile beden arasında oluşmayan düşünsel ilişkinin bir diğer nedeni ise, sosyal bilimlerin insan bedeni üzerinde etraflıca konu edinmiş olması ve geniş yer vermiş olmasıdır. Bunun sunucu olarak tıp bilimi, insanın biyolojik yapısı ile ilgilenmiş, inceleme ve çalışmalarını insan anatomisi üzerine yoğunlaştırmıştır. Bu durum tıp bilimi bakış

açısından, insan bedeninin sosyal yönünden ziyade biyolojik yapısının ön planda kalmasına neden olmuştur (Beyazyüz ve Göka, 2016: 371-372).

Beyazyüz ve Göka'nın "Psikolojik Beden İmajı" isimli çalışmasında psikoloji üzerinden beden tanımında, beynin çalışma fonksiyonu ile beden arasındaki ilişkiye değinmişlerdir. Bedensel duyularımızın beynin bazı bölgelerinde bir temsil edilme söz konusu olduğunu fakat bunun tek başına yeterli olmadığını, işin içinde çeşitli faktörlerin yer aldığını belirtirler. Beynin içinde yer alan bu çeşitli faktörlerin, beynin bilgi işlem merkezinde işlenen duygu ve düşünceler sonucunda oluştuğunu ifade ederler. Bu yönüyle psikoloji, bedeni zihinsel faaliyetler neticesinde duygu ve düşüncelerin yardımıyla oluşan bir olgu olarak görmektedir (Beyazyüz ve Göka, 2016: 372).

Beyazyüz ve Göka, Strickland'dan alıntılardıkları '*psikolojik beden imajı*' kavramında; zihnimizde, diğer insanlar tarafından nasıl algılandığımızla ilgili bir takım niceliksel yargılara dayanarak şekillenen öznel beden temsiline psikolojide beden imajı olarak tanımlar. Bu beden imajı kavramını oluşturan çeşitli etmenler vardır. Bunlar kişinin kendini dışarıdan nasıl gördüğü, kendi bedeninin fonksiyonları ve diğer özellikleri hakkındaki algılarıdır (Beyazyüz ve Göka, 2016: 374-375). Bu beden imajını anlamlandıran ya da kavramsal olarak içinin dolmasını sağlayan diğer faktörler, kültürel ve toplumsal öğelerin bedene yüklediği anlamlar ve değerlerdir. Bu anlam ve değerler beden imajının oluşmasında önemli rol üstlenmektedir. Kültürel ve toplumsal değerler, anlamlar ve ifadeler, beden imajını oluşturduğu gibi onun zaman geçtikçe değişim ve dönüşümünü de sağlamaktadır.

"*Yansıyan beden*" kavramının mimarı Cooley ise; birey kendi bedeni hakkındaki düşüncesini bir başkasının bedeni ile ilgili görüş ve önerilerinden yola çıkarak, zihninde canlandırarak oluşturabileceğini ifade etmektedir. Zihinsel süreçle başkalarının görüşleri neticesinde oluşturduğu bu beden imgesini, isteği doğrultusunda biçimlendirir ve topluma yansıtabilir. Cooley'in toplumun en katı gerçekleri olarak gördüğü bu zihinsel yargılarımızın oluşmasında, üç unsur öne çıkar: Birincisi, bizim toplum tarafından nasıl görüldüğümüzle ilgili yargılarımız, ikincisi bizim dışımızdaki insanların bu oluşturduğumuz yargılar neticesindeki düşünceleri ile ilgili oluşturduğumuz yargılarımız ve son olarak bu oluşturduğumuz yargılara dair gurur, aşağılanma gibi kendi içsel duygularımızdır (Beyazyüz ve Göka, 2016: 378).

Beyazyüz ve Göka'nın alıntılardığı Cooley'in "yansıyan beden" teorisine göre birey bedensel algısını oluştururken diğer insanların beden üzerindeki düşüncelerini de göz

önünde bulundurarak hareket ettiğini işaret etmiştir (Beyazyüz ve Göka, 2016: 379). Toplumsal iletişim kurduğumuz insanların öneri ve görüşlerinin bedenimiz üzerine etkisini açıkça görmek mümkündür. Kendi beden algımızı düşüncelerimizde güzel, çirkin, güçlü, zayıf, kaslı, cılız vs. şeklinde tanımlarken diğer bireylerin öznel düşüncelerinden bağımsız oluşturamayız. Ya da beden üzerine bir müdahale gerekli görüldüğünde psikolojik olarak bizi rahatlatacak ya da fikrimizin doğru olduğu yönünde bir onaylanma gereksinimi hissederiz. Bu da tamamen toplumsal algının, kültürün, iletişimin beden üzerine etkisinin tasarrufu olarak görülür.

Yukarıda beden üzerine yapılan tanımlamalar ışığında bedenin kendi varoluşunun dışında toplumsal yapı içinde kültürün, geleneklerin ve toplumsal diğer etmenlerin etkisiyle biyolojik varlığının üzerine sosyal bir yapı da ekleyerek yeni bir form kazandığı ortaya çıkmaktadır. Beden ne sadece biyolojik bir yapı, ne de salt toplumun etkisiyle oluşmuş sosyal bir yapıya sahiptir. Bedenin yukarıdaki tanımlamalarına göre, her ikisi de olmak mecburiyetindedir. Bedenimiz salt kemik ve ete bürünmüş, organlarımızı saran bir barınak değildir, aynı zamanda duygu ve düşüncelerle toplumsal yargıları göz önünde bulundurarak şekillenen bütünsel bir olgudur.

1.1.2. Beden algısının tarihsel dönüşümü

İnsanın insan olarak sosyal hayatta var oluş mekanı olarak beden, her zaman düşüncenin, araştırmanın ve anlamının konusu olagelmıştır. Denilebilir ki aktif benliğin mekanı olan beden üzerine yorumlar belki de insanlık tarihi kadar eskidir. İnsanlık tarihi, bir bakıma toplumsal düzenlerin, siyasal iktidarların, ideolojilerin ve dinlerin bedene müdahalelerin tarihi olarak görülmüştür (Okumuş, 2011: 45-65).

İnsanlar, tarih boyunca kendilerini var etmenin mücadelesini verirken, bir yandan da değişen koşullar ile birlikte, bedenleriyle bir dönüşüm geçirmişleridir. Kimi zaman bedeni üzerinde kendi hak sahibi iken, kimi zaman da bir yapının ya da gücün etkisi altında, iradesi dışında zorunlu bir etkileşimin parçası olmuştur. Tarihsel süreç içinde bedene atfedilen anlam, etkenler değiştikçe farklılık göstermiştir. Bazen doğanın karşısında bir savaşçı, efendinin karşısında köle, dinin boyunduruğunda günahkar bazen aklın ve ruhun taşıyıcısı bazen de kapitalist çarkların dönmesini sağlayan bir makine olarak görülmüştür. İlk insanın varlığından günümüze, kapitalist sisteminin şekillendirdiği beden algısının bu dinamik ve değişken yapısını, tarihsel bağlamda ele almak yararlı olacaktır.

1.1.2.1. İlkel çağlarda beden algısı

Tarihsel toplumların yaşadığı dönem olarak bilinen ve Yontma Taş olarak da adlandırılan Paleolitik Çağ, Cilalı Taş olarak adlandırılan Neolitik Çağda insanlar, doğa olayları ve diğer yırtıcı canlılardan korunmak için mağaralara sığınmış, avcılık ve toplayıcılık yaparak, kolektif bir iş bölümü içerisinde hayatta kalmaya çalışmışlardır. Bu iş bölümünde erkekler; eve yiyecek getirmek, aileleri korumak ve güç gerektiren işleri yapmakla görevlendirilirken, kadınların konumu ise; getirilen yiyecekleri pişirmek, çocuk doğurmak, çocuk bakmak ve diğer işleri yapmak olarak tanımlanmıştır. Soyun devamını sağlayan kadın bedeni olduğundan, sanat eserlerinde kadın figürleri sıkça işlenmiş, erkeğin bedeninin üreme rolü daha sonra anlaşılabilmiştir. Bu durum, her ne kadar erkek güç kavramı üzerinden konumlandırılmış olsa da, kadına ayrıcalıklı bir statü vermektedir (Sümer, 2009). İlkel çağda kadının bedeni, erkek bedenine göre daha pasif olarak konumlandırılmış, erkek bedeni güç gerektiren işler üzerinden konumlandırılırken, kadın bedeni daha pasif ve geri planda kalan işlerle ilişkilendirilmiştir. İnsan bedenine iş bölümü adı altında cinsiyetlerine göre sınırlar çizilmiş ve görevler verilmiştir. Bu durum, ilk toplulukları oluşturan mağara insanların yaşayış kültürü oluştururken, bedenin konumlandığı durum ve alanları, istem dışı da olsa belirlediğini işaret etmektedir.

Milattan binlerce yıl önce değişen doğa koşulları ve dönüşümleri, insanı, doğa karşısında farklı yöntemlerle hayatta kalma mücadelesine sevk etmiştir. İnsanlar, üşüyen bedenlerine avladıkları hayvan derilerinden, bitki liflerinden giysiler yapmışlardır. Bedenin örtünme, sıcak ve soğuk iklim koşullarından korunma, barınma gereksinimi bu çağlarda başlamıştır. Göçebe yaşamdan yerleşik düzene geçen insan, bedenini av peşinde yoran, yiyecek bulmak zorunda olan bireyden, bedeninin bölümlerini (eller) daha teknik kullanarak tarım kültürüne geçiş yapmıştır. Avcılıkta kullanılan beden pratiği, yerleşik kültürle farklılaşmaya, dönüşmeye başlamıştır. "Kadınlar tahılın çimlenmesi ve üretilmesinde ustalık kazandılar" (Sümer, 2009: 10). Maharetli beden uzuvları olan eller, yeni ve farklı birçok icatlar yapmıştır. Çapalı tarım için yeni teknik aletler, ağır taşlardan tekerlek, yiyecek ve tohumları saklamak için kaplar, ilk kadın bedeninin maharetli ürünleriydiler.

İlkel toplumların bu değişim ve dönüşüm halindeki yaşamları, bedenin şekillenmesinin yanı sıra, teknik olarak da işlevsel bir özellik kazanarak, doğa ve diğer zorlu koşullar karşısında hayata tutunmalarını sağlamıştır. Bedenin varoluş pratiği, estetik

bir değer olmanın ötesinde, yarattığı toplumsal fayda ve ürettiği ekonomik değer ile anlam bulmuştur.

1.1.2.2. Antik çağ dönemi beden algısı

Antik çağda, toplumsal yaşam ele alındığında bedene ayrıcalıklı bir yer tahsis edildiği görülmektedir. Örtünmenin erkek ve kadın bedeni için çok baskın olmadığı bu çağda, beden çeşitli sanatçıların eserlerine konu olmuştur. Heykeltıraşlar ve ressamlar eserlerinde yansıttıkları beden figürünü yücelterek, ona eşsiz bir değer biçmişlerdir. Yunan kültürünün yaşam pratiklerinin vazgeçilmez bir olgusu olan olimpiyat sporu, erkek bedenini görsel açıdan öne çıkaran kaslı, güçlü ve güzelliği ile merkeze almıştır. Kadın bedenine oranla erkek bedeni daha ön planda tutulmuştur. Bu yüzden, olimpiyat oyunlarında sergilenen erkek bedenine kutsal bir anlam yüklenmiştir (Çelik, 2018: 25).

Antik Çağ'da, Yunan kültüründe olduğu gibi, Mısır kültüründe de bedenin bir güç olarak görülmesinin ve istenmesinin yanında, kaslarla çevrili kuvvetli bedenlerin toplumu eğlendirme amaçlı sporlarda sergilenmesi de önemli görülmüştür. Öte yandan Yunan kültüründe salt spor ve gösteri hedeflenmemiştir. Bedenin en üst konumda gelişimini tamamlaması ve ahenk içinde çalışması için, sistemli ve düzenli bir şekilde erken yaşlarda bedenlerin eğitimi yer almıştır. Antik Yunan'da eğitim etkinliğinde, zihinsel eğitimi destekleyen derslerin yanında, bedensel gelişimi destekleyen spor etkinliğine de önem verilmiştir (Çokbankir, 2009: 77-89). Bir süre sonra spor eğitiminin yanında müzik eğitimi de verilerek, insan bedenine ve ruhuna ulaşmak, bir yöntem olarak denenmiştir. Platon'un "gerçek müzisyen ve sanatçı, müzikle beden terbiyesini en doğru oranda birleştirebilendir" sözleri, Antik Yunan'da ruh ve beden bütünlüğü için, beden eğitimi ve müziğin ne kadar önemli unsurlar olduğunu kanıtlar niteliktedir.

Platon, müzik ve beden eğitiminin sadece vücudun sağlığı ve zihinsel rahatlık için olmayacağını, aynı zamanda insanların bilim sevgisini elde etmesinde de etkili olacağını belirtir (Canatan, 2011: 345-367). Müzik ve beden eğitiminin insanın ruhunu iyileştiren, ona gerekli olan düzeni sağlaması açısından da önem taşımaktadır.

Antik Çağ'da bedenin özgürleşmesi üzerinden bir cinsiyet ayrımı da görülmektedir. Erkek sokakta çıplak bedenini özgürce sergileyebiliyorken, kadın bedeni için aynı şeyi söylemek pek mümkün değildir. Kadın, erkek gibi sokakta bedenini sergileyememekte, kullanamamaktadır. Öte yandan önemli diğer bir durum ise, mekansal olarak da bir ayrıma

gidilmiş olmasıdır. Erkeğin özgürlük alanı, vücut ısısı bilimi üzerinden inşa edilmiştir. Kadın bedeni, erkeğin soğuk versiyonu olarak düşünülmekte, bu da onun mekansal konumunu belirlemektedir. Sadece cinsiyet ayrımı yönünden bir ayrım söz konusu olmamaktadır. Köle-efendi ayrımını belirleyen kriter olarak da görülmektedir. Ten rengi, kaslı vücut, altın oran ve güçlü beden gibi kavramlar sınıfsal ve mekansal ayrımı da belirlemektedir (Çelik, 2018: 26). Bu durum, kadınlar üzerinde yaratılan baskı unsuru gibi, erkekler arasındaki statünün belirlenmesinde de işlev görmektedir. Bedeni soğuk köle erkekler, düşünmekten yoksun, durgun zekaya sahip insanlar olarak düşünülmektedir. Bu da gösteriyor ki, Antik Yunan'da bedenin bir özelliği olan ısı kavramının, insanlar arasındaki sınıfsal, mekansal ve cinsiyet ayrımının yapılmasında önemli bir boyun eğme aracı olarak kullanılmıştır

Her ne kadar beden Yunan kültüründe merkeze alınmış olsa da, Antik Çağ felsefi akımlarında beden üzerine bir fikir birliği oluşmamıştır. Kimileri bedensel hazı ön plana alırken, kimileri de bedenden öte zihnin daha baskın olduğuna kanaat getirmiştir. Sokrates'in bedene "*ruhun mezarı*" olarak baktığı, Aritoteles'in ise ruh-beden dualizmine karşı çıktığına felsefi kaynaklarda rastlanmaktadır (Kızılelmas Mezarcı, 2018: 8).

1.1.2.3. Erken Hristiyanlık dönemi beden algısı

Erken Hristiyanlık döneminin beden yaklaşımında, Antik dönemdeki bedeni merkeze alan yaklaşımın aksine, ruh-beden dualizmini ele alan iki yönlü bir yaklaşım sergilenmiştir. Beden bir yönüyle günahın ana nedeni olarak görülürken, diğer taraftan kutsal olanın üzerinde can bulunduğu ve icra edilişinden dolayı kutsalın dünyadaki sureti olarak değerlendirilmektedir. Bu iki farklı bakış açısı bir yandan bedenin kontrol altına alınması gereken yapı olduğunu vurgularken, öte yandan kontrol altına alınarak bedenin terbiye edilmesi ve nefis kazanmasıyla kutsal bir statüye kavuşacağı düşünülmüştür.

Antik Yunan kültüründe erkek bedeninin ön plana alınmış olması cinsiyet, sınıf, mekan ayrımına sebep olurken, Erken Hristiyanlıkta bu düşüncenin aksine insanlar arasındaki beden ısısı üzerinden yapılan ayrımı reddederek, Tanrı tarafından insanların eşit olarak yaratıldığı ve müminler arasında "erkek ve kadın"ın olmayacağı vurgulanmıştır. Bu düşünce Hristiyanlığın kendini sınıf ayrımı gözetmeksizin yoksul, zayıf olan ve ezilen insanlarla aynı safta konumlandırmasıyla ilişkili olduğunu belirtir (Çelik, 2018: 26; Kızılelmas Mezarcı, 2018: 9).

Erken Dönem Hristiyanlık düşüncesi, ruh ve beden dualizmi ortaya çıkana kadar ki zaman sürecinde insanlar arasındaki sınıf, mekan ve statü farkını bir anlamda yok sayarak, insanları eşitlik şemsiyesi altına almıştır. Bu yaklaşım insanlar açısından bir kazanımın ötesinde rahat bir nefes almak anlamı da taşımaktadır. Başka bir deyişle, güç ve iktidar unsurları altında ezilen insanların, bu baskı unsurlarına karşı göstermiş oldukları direnişi ifade eder (Çelik, 2018: 27).

Hristiyanlığın ilerleyen zamanlarında ruh ve beden dualizmi ortaya çıkmıştır. Ruh beden ötesine geçerek bir yücelme yaşarken, beden bir yük olarak görülmekte, beden yapısına uygun ihtiyaçları karşılanmamakta, aşağılanmakta ve günahın mekanı olarak görülmesinden dolayı terbiye edilmek, arındırılmak için çile çektirilmekte ve hatta işkenceye maruz kalmaktadır (Martı, 2011: 233-247). Adem ve Havva'nın cennetten kovulmalarına neden olan (yasak elma) hata, bedenlerinin fark edilmesini sağlayarak bir mahremiyet sorunu ortaya çıkarmıştır. İnsanın bedenine ilk müdahalesi olan örtünme eylemi gerçekleşmiştir. Hristiyan inancında işlenen bu ilk günah, Adem ve Havva ile yeryüzüne inerek günahın da hareketine neden olmuştur. Diğer bir ifadeyle günah kalımsal bir özellik taşımıştır. Bu pratikle dünyaya gelen her çocuk günahıyla birlikte doğmaktadır. Bu günahla birlikte insan mutsuz bir beden taşımaktadır. Dünya insan bedeninin bir hapisanesi olarak düşünülür ve asıl sorun bu hapishaneden kurtuluş meselesi olmuştur (Canatan, 2011: 191-217).

Orta Çağ'a doğru ruhun bedene olan üstünlüğünün kabulü ve yüceliğe kavuşması, beden feda edilmesiyle gerçekleşmiştir. Kilisede ortak kabul olarak ruhun beden karşısındaki üstünlüğü ruhbanlığın kurumsallaşmasına önayak olmuştur. Böylece beden üzerinde bir güç inşası başlamıştır. Erken Hristiyanlık döneminde erkek ve kadın bedeninin eşit olduğu görüşü, yerini karanlık bir düşünceye bırakmıştır. İnsanların kendi bedenlerini ve başkalarını günden kurtarmanın yolu olarak bedenlerinin acı çekmesi, yayılan bir düşünce olmuştur. Bu inanış Manastırlarda çile çekme ve çarpmaya gerilme olarak vücut bulmuştur (Şişman, 2006: 23). Hristiyanlığın insan bedeni üzerindeki etkinliğinin artması, sosyal ve cinsel hayatlarında da bir değişimi zorunlu kılmıştır. Cinselliğe zorunlu bir günah olarak bakılmış ve cinsellik sadece nesillerin devamlılığını sağlayan gerekli bir etkinlik olarak meşruluk kazanmıştır. Bu nedenle doğal olarak bir cinsel birleşim sonucu dünyaya gelmek zorunda olan insan bedeni, aynı zamanda bir günah unsurudur. Hristiyanlık inancında dünyaya gelen tek günahsız Tanrı'nın oğlu olan Hz. İsa'dır. Çünkü Hz. İsa, bizim bedenlerimiz gibi bir cinsel birleşimin sonucu doğmak yerine

Tanrı'nın isteğiyle dünyaya gelmiştir. Tanrı, insanların günahkar bedenlerini kurtarması için İsa'yı yeryüzüne yollamıştır. İnsanların günahkar bedenleri Hz. İsa sayesinde kurtulacağı düşüncesi doğmuştur. Hz. İsa, ışıyla günahkar bedene sahip olan insanları aydınlatacak, onlara doğru yolu göstererek onları günahlarından kurtaracaktır (Canatan, 2011: 191-217). Cennetten kovuluş olayında Hz. Adem ve Hz. Havva, yaptıkları hata neticesinde çıplak bedenlerinde mahrem yerlerinin farkına varınca, Cennette bulunan ağaçların geniş yapraklarıyla mahrem yerlerini örtmeye çalışmışlardır. Bu olayla birlikte mahremiyet kavramı ortaya çıkmıştır. İnsanlık "örtünme" olgusuyla ilk kez tanışmıştır ve kendi doğallığına aykırı bir durum olan bedenın örtünmesi sosyal hayata yerleşmiştir. Örtünme ile birlikte insanın mahrem alanı haline gelen beden, kendi türü içinde gizlenme, saklanma ihtiyacı içine sokulmuştur. Bu açıdan sosyal hayatta örtünme olgusu, beden mahremiyeti sosyal ilişkilerin şekillenmesinde etkili olmuştur (Martı, 2011: 234-247). Erken Hristiyanlık döneminde ruh ve beden dualizminde ruhun bedenden üstün olduğu görüşü hakimdir. Bu nedenle ruhun yüceliğe kavuşabilmesi için bedenın feda edilmesi fikri, özellikle kilisede kabul görmüştür ve böylece ruhbanlık meşruiyet bulmuştur. Yine bu dönemin hakim fikirlerinden biri, insanların kendilerini ve diğer insanları kurtarmaları için bedenlerine acı çektirmeyi gerekli görme düşüncesidir. Manastırlar bedene çile çektirmek için önemli dini alanlardır. Bedenlerin Hz. İsa'nın çarmıha gerilişindeki gibi uygulamalara maruz bırakılmaları diğer yöntemlerden biridir. Bu düşüncelerin temelini, Hristiyanlık dininin 'ilk günah' inanışının bir sonucu olarak, insanın dünyaya gelişinden itibaren günahkar olduğu, bütün kötülüklerin insandan kaynaklandığını ve bu yüzden şeytanın insan bedeninin içinde yer aldığı görüşü oluşmuştur (Şişman, 2006: 23). Beden-Ruh dualizminden ortaya çıkan bedeni örtme eğilimi, bedenın göz önünde olan statüsünü yerle bir etmek ve beden üzerinde dağılan ilgiyi, ruhun yüceliğine çevirmek olarak tanımlanmıştır (Eke, 2013: 159). Böylece beden üzerindeki ilgi, bedenın örtünmesiyle giysiye yönelmiştir. Sonuç olarak, giyim ve süslenme kilisenin etki alanına girmiştir.

1.1.2.4. Ortaçağ Hristiyanlık dönemi beden algısı

Erken Hristiyanlık döneminden Ortaçağ Hristiyanlık dönemine geçişte, Hz. Adem ve Hz. Havva'nın işlemiş oldukları ilk günah doğrultusunda gelişen düşünceler, derinlemesine köklenerek toplumsal yaşam üzerine etkisini her yönüyle hissettirmiştir. Dini kurumların toplumsal hayat üzerinde etkisinin arttığı ortaçağda, dünyevi özelliğe

sahip bedeninin yerini cennet ve cehennem anlayışının kapsadığı öteki dünya anlayışının yücelttiği ruh kavramı alınca, insanların sosyal yaşantılarının önemi, dini hayatlarının karşısında önemsiz olarak düşünülmektedir.

Hristiyanlık, dünya ile dini/ruhsal olanı karşıt kavram haline getirince, dünya kendine karşı olumsuz tavır alınması gereken bir yer olarak düşünülmüştür. Bu zaman diliminde dünya ve dünyaya ait olan, olumsuz bir anlam kazanınca, Hristiyanların beden karşısında konumu da değişmiştir. Ruh ve beden dualizminde bedeninin topraktan yaratılmış olması, onu dünyevi bir nesne haline getirmiştir. Bu nedenle ruh beden karşısında sürekli yükselme eğilimi gösterirken, beden ise ruhun tam aksi yönünde insanı dünyevi olana çekmeye ve dünyevileştirmeye çalışmaktadır. Antik dönemde hak ettiği değeri fazlasıyla taşıyan beden, Erken Hristiyanlık ve onu takip eden Ortaçağ Hristiyanlık dönemlerinde ruh karşısında konumlandırılmış, dini fikirlerin değişime uğraması neticesinde konumunu kaybetmiştir. Beden, din açısından somut ve geçici bu dünyayı temsil ederken ruh ise, cennet ve cehennem kavramlarının hayat bulduğu soyut öteki dünyayı temsil etmektedir. İşte bu olumsuz beden düşüncesi, Hristiyanlıkta çilecilik ve bunun yaşandığı ya da icra edildiği yer olan manastır hayatı başta olmak üzere, birçok gelişmeye öncü olmuştur (Canatan, 2011: 203). Farklı birçok kaynaktan elde edilen bilgiler ışığında, Ortaçağ Hristiyan hayatında günlük rutin yaşamın oluşumundan, cinsel hayata bakış açısından, yeme içme davranışlarından, sosyal yaşama kadar varan birçok konu, içinde yaşadığımız dünya ve beden olgusu etrafında şekillenmiştir. Bu durum, ortaçağ Hristiyan dünyasında Hz. İsa'nın çileci hayatına öykünme, insanların kendi acı çeken bedenlerinin farkına sempati duyarak yaklaşımlarını sağlamıştır.

Antik Çağ'da ideal bedene ulaşmanın ölçüsü olan sayısal oran kavramına döndüğümüzde ise, Bunun hem Ortaçağ, hem de Rönesans döneminin estetik düşüncesinde hayat bulduğu görülmektedir. Ortaçağ'daki sayısal oran anlayışı, bedeni oluşturan işlevsel diğer parçaların (kollar, bacaklar, eller, ayaklar vb.) uyum içindeki görünümüdür. İnsan bedeni sahip olduğu görünümün dışında düz geometrik şekillerle çizilmiş ve beden şematik bir görsel ile ifade edilmiştir. Bununla birlikte, tüm çağlarda olduğu gibi, bu düşüncenin karşısında insan bedeninin organik yapısıyla bağdaştırılmayan geometrik şekiller, düzgünlüğünün üzerinde durulmasıyla temsil edilen fiziksel varlığından çok, düzenleyici gücün zihinsel ve ruhsal izinin vurgulanması yer almaktadır. Var olan bu durum, insan bedeninin bu denli öne çıkarılmasına bir eleştiri niteliği taşımaktadır. Gösterilen bu eleştiriyle beraber beden, Ortaçağ Hristiyan düşüncesinde günahın kaynağı olarak ifade

edilmiş fakat aynı zamanda kutsal ruhun tapınağı kabul edilmiştir (Kesim ve Kar, 2010: 180). Böylece ruhun bedene olan üstünlüğü ve önceliği düşüncesi önemli ölçüde yerleşmiştir.

Bedene karşı katı tutumların sergilendiği ortaçağ Avrupa'sının bedenden keskin bir şekilde vazgeçme düşüncesi, köken olarak bağı, insanın çıplaklığının ilk yeri olan cennette ayıp olarak fark edilmemiş, cennetten kovulma sonrasında ayıp olarak görülmüş ve üstü örtülmesi gereken beden kavramına dönüşmesinde görülmektedir (Çelik, 2018: 29). Öte yandan bu dönemde bedenin sıra dışı olan halleri kabul görmekte, bedende görülen kusur ya da olağan dışı durumlar normal karşılanmaktadır. Bu, insanların Ortaçağ Avrupa'sında çok özgürlükçü ya da medeni oluşlarından kaynaklanmamakta, aksine bilmemek olgusunun yaratmış olduğu anlamsızlıktan gelmektedir.

Ortaçağ beden anlayışı, daha çok kadın bedeni üzerinden tanımlanmıştır. Kadının bedeninin çıplaklığı günah olarak vurgulanmış, örtünmesi gereken bir günah ögesine dönüştürülmüştür. Dini kurallar ve yaptırımlar daha çok kadın bedenine yönelik olarak tasarlanmıştır. Neticede beden, cinsiyet ayrımına uğramış, erkek bedeni kadın bedeninden daha az yaptırıma maruz kalmıştır.

1.1.2.5. Rönesans dönemi beden algısı

Beden, Rönesans ile birlikte kaybetmiş olduğu itibarını geri kazmış, Ortaçağ beden anlayışı yerini Eski Yunan dönemi beden anlayışı olan "altın oran" gibi yüceltilen bir değere kavuşmuştur (Kesim ve Kar, 2010: 181).

Rönesans döneminde beden anlayışındaki değişikliklerle birlikte, erkek merkezli beden anlayışından kadın merkezli beden yaklaşımına doğru bir anlayış gelişmiştir. İtalya'da ortaya çıkıp bütün Avrupa'yı etkisi altına alan Rönesans, daha önce bedene karşı aşağılayıcı olarak sergilenen anlayışı tamamen değiştirmiş, yerine bedeni ayağa kaldıran bir düşüncenin oluşmasına imkan tanımıştır (Çelik, 2018: 33).

Rönesans, kadın bedeninin güzelliğini, zarafetini ön plana çıkararak hem kadını erkeğin gölgesinden kurtarmış, hem de ona hakkettiği değeri teslim etmiştir. Kadınlar bedenlerinin değerini ön plana çıkarmak için giyinmek, süslenmek, bedeni çeşitli aksesuarlarla tamamlayarak görünür kılmışlardır.

“Rönesans döneminde oluşan yeni algılarla birlikte, kadınların güzel görünmek için hissettikleri sosyal ve ahlaki zorunlulukta kozmetik ürünlerin oynadığı rolün ötesinde, makyaj sosyal düzeyin zorunlu bir

göstereni haline gelmiştir. Boya, vücudun görünen kısımlarının giysisidir; sahibinin zenginliğini ve statüsünü açığa vuran çeşitli malzemeler, güzel elbiselik kumaşlar ve pahalı süsler kadar kullanımı ayırt etmektedir. Kozmetik nihai aksesuardır; şık bir kadın onsuз kendini çıplak hissetmektedir” (Çelik, 2018: 33-34).

Kısaca, beden algısına yönelik değerler ve tutumlar özgürlüklerin yeniden baş gösterdiği Rönesans döneminde, kadın bedeninin hakkettiği değere kavuşması ve ön plana çıkmasıyla dönüşümü hissettirmiştir. Bedene yönelik kısıtlayıcı, saldırgan ve aşağılayıcı ortaçağ düşüncesi, Rönesans aydınlanması ile yerini daha özgürlükçü, yenilikçi, bedeni ötekileştirmeyen, aksine ona ayrıcalıklı bir yer tahsis eden düşünceye sahip olmuştur.

1.1.2.6. Kapitalizm ile birlikte beden algısına bakış

Bedenin materyalist bakış açısının etkisi altında şekillendiği 19. yüzyılda, beden ruh karşısında kendini kabul ettirerek ruhun reddini kesinleştirmiştir. Kapitalizmin etkisiyle ekonomik ihtiyaçlar çerçevesinde şekillenmiş olan beden, maddi bir unsura dönüşmüştür. Sanayi devrimi döneminde çok fazla süre çalışarak bedenlerini kapitalist sermayenin istediği ölçüde, satılabilir ya da kiraya verilebilir bir nesneye dönüştürmüştür. Beden algısal olarak, artık bir metadır. Değeri, ekonomik gücü elinde bulunduran kapitalist yönetenler tarafından belirlenen, istediğinde alınıp satılan bir maldır. Öte yandan bilimsel anlamda 19. yüzyıl biyolojinin etkisi altındadır. Darwin *Türlerin Kökeni*’nde insanların hayvanlardan türediğini söyleyerek, bedeninin somut bir gerçek olduğunu ve ruhu içinde barındırdığını, aklı, düşünceyi ve ruhu oluşturanın beden olduğunu savunmuştur (Eke, 2013: 168).

19. yüzyılda beden üzerinde gözlenen birçok yenilik mevcuttur. Bu yenilik düşünsel olduğu gibi, uygulama olarak da yer almaktadır. Düşünsel anlamda, engelli bedene olan yaklaşımdır. Engelli beden ya da ucube olarak isimlendirilen beden, olağan durumundan, doğal durumundan ve bireysel yapısından sıyrılarak, toplumun içinde yer alan sürece dahil olmuştur. Engelli bedene yüklenen günah unsurları, bedeninin kendisinin eylemlerinin sonucu değil, toplumsal yapının işlediği suç olarak görülmüştür (Eke, 2013: 169).

Aydınlanma çağında aklın her anlamda bedeninin üzerinde konumlandırıldığını ve bedenden üstün olduğunu savunan akıl-beden dualizmi, 19. yüzyıl sonrası bedeninin hak ettiği değeri almasıyla, bilinç dışını bilince, akla tercih etmiştir. Beden, yaşamın merkezine yerleşmiş, akıl tarafından sürekli kontrol edilen, lanetli görülen, cezalandırılan, eziyet

edilen, dışlanan bir öge değil, ön plana çıkmasıyla ve süslenen, fark ettirilen bir nesneye dönüştürülerek haz duyulan, arzu edilen güçlü bir referanstır (Kızılelmas Mezarcı, 2018: 12). Bedenin Kapitalist toplum yapısında dönüşümünü, Bilge Nur Öztürk *"En Güzel Tüketim Nesnesi: Beden"* isimli makalesinde şöyle açıklamıştır:

"Bu narsistik yeniden kuşatma aslında, aynı zamanda etkili, rekabetçi, ekonomik bir yatırımdır. "Yeniden sahip çıkılan beden" kapitalist amaçlara bağlı bir yatırımdır. Baudrillard bu süreci şöyle özetlemiştir: "Bu bedene öznenin özerk ereksellikleri açısından değil, normatif bir haz ve hedonist verimlilik ilkesine, yönlendirilmiş bir üretim ve tüketim toplumunun kodu ve normlarına doğrudan endekslenmiş bir araçsallık zorlamasına göre sahip çıkılır" (Baudrillard, 2004: 167). Bu bağlamda, beden artık bir kültür varlığı gibi çekip çevrilir ve sayısız toplumsal statü göstergelerinden biri haline getirilir" (Öztürk, 2016: 465).

20. yüzyıla gelindiğinde erkek ve kadın güçlü bir şekilde alanlarına ayrılmıştır. Üretim erkek bedeni içindir, üretilen malı tüketmek ise kadın bedeni için düşünülmüştür. Medya ve tüketimin ayırdığı cinsiyet eksenli bedenler, etkin ve pasif olarak ayrılmıştır. Erkek etkin bir varlıktır, para kazanmaya, yönetmeye daha uygun görülmüştür. Kadın ise, edilgen tüketim olgusuyla ilişkilendirilmiştir. İktidar, Medya, ekonomi, tıp, spor, gibi olgular bedenin dönüşümünde etkili olmuşlardır. Tüketim kültürünün devamlılığını sağlayan bu araçlar, bedeni tüketim kültürünün vazgeçilmez parçası haline getirmişlerdir (Öztürk, 2016: 461-469).

1.1.3. Sosyoloji disiplininin beden olgusuna yaklaşımı

İnsan, doğada yer almaya başladığı andan itibaren bir yandan doğa ile olan mücadelesinde hayatta kalma, öte yandan kendini anlamlandırma çabası içinde olmuştur. İnsanın bilmeye merak ettiği bu davranışı beraberinde ona yol gösterecek, sorgulamalarının cevabını bulduğu bilimlerin doğmasını da sağlamıştır. İnsanı ve doğayı anlamlandırmaya çalışan ilk bilimlerden biri olan felsefe, insanın ruh-beden karışıklığında ruhtan yana tavır koyarak bedenin, ruhun taşıyıcısı olduğunu ve ruhun bedende hapis olduğunu belirtmiştir. Bu düşünce yeniçağ felsefesinin kurucusu olan Descartes ile daha da pekişir. Descartes, akıl-beden düalizminde akla öncelik tanır. Böylece "insanlık" doğayı egemenlik altına alma yetisi olan akılla tanımlanır.

Ruh-beden dualist düşüncesi, tarihin birçok evresinde farklı biçimlerde ele alınarak tartışılmıştır. Bu dualist yaklaşım kimi zaman ruh-beden, kimi zaman akıl-beden ve kimi

zamanda bilinç-madde olarak karşımıza çıkmaktadır. 17. Yy. Kartezyen düşüncesinin hakim olduğu dönemde, en belirgin ayırma varmaktadır (Timurturkan, 2008: 14).

17. yüzyıl aydınlanma döneminin temel kavramı olan 'akıl' ın, kartezyen anlayış çerçevesinde, 'beden' ile olan karşıtlığı temelinde işlenmesi, akıllı ön plana çıkarırken, bedeni diğer fiziki nesnelerden farksız bir nesne durumuna indirgemıştır. Canlı/biyolojik özellikleri ön planda olan beden, bedene ilişkin bakışı netleştiren ve sınırlayan kartezyen düşüncenin etkisiyle, klasik sosyolojinin doğa/toplum dualizmi içinde doğal alana ait olmuştur (Nazlı, 2009: 61).

17. yüzyılın ruh-beden dualizmine dayanan kartezyen düşüncesi üzerindeki tahakküm kırılarak, akıl ile ilişkilendirilen ruhun erkeği temsili ve doğa ile ilişkilendirilen bedenin kadını temsil ettiği düşüncesi, bedenin sadece biyolojik bir varlık olmadığını aynı zamanda toplumsal bir varlık olarak da kabul edilmesiyle birlikte, beden olgusunun yeni bir alana doğru kaydığını ortaya koymuştur (Elçik ve Özenç, 2010: 7).

Köklü bir dönüşümün temellerinin atıldığı 18.yüzyıl, Avrupa'da Fransız Devriminin siyasal ve sosyal hayata etkisinin ardından Sanayi devriminin de doğmasıyla önemli gelişmelerin yaşandığı bir dönem olmuştur. Bu yüzyılın önemli diğer bir gelişmesi ise, dönemin toplumsal dinamiklerine bir disiplin zemininde ele alan sosyoloji biliminin, bir bilim dalı olarak gelişme göstermesidir. Klasik sosyolojinin hatırı sayılır kuramcıları olan Comte, Marx, Weber, Durkheim ve Simmel gibi dönemin önemli düşünürleri, Fransız devrimi ve Sanayi devriminin toplum üzerinde yaratmış olduğu etkiyi ve hızla değişen kültürel, siyasal, ekonomik, teknolojik ve toplumsal dönüşümleri incelemeye değer bulmuşlardır (Timurturkan, 2008: 15; Çelik, 2018).

Toplumsal teori düzeyinde bedene artan ilgi, Foucault'nun "*söylemsel beden*" inden, Elias' ın "*uygarlaşmış beden*" ine ve geç modernliğin "*dönüşlü beden*" inden, post-modernliğin "*kutsanmış beden*" ine kadar bir dizi pratikle mümkün olmuştur (Canatan, 2011: 15). Böylece sosyal düzenden toplumsal eyleme kadar bir dizi sosyolojik probleme dönüşmüş görünen beden, evrimci biyolojik gibi zorlama söylemlerden sıyrılarak ilk defa sosyolojik söylemin ilgi alanına girmiştir. Beden olgusu, sosyoloji biliminin ortaya çıkışı ve bedeni ele alışıyla birlikte, felsefedeki beden anlayışının dışında toplumsal bir kimlik kazanmış ve yorumlanmıştır.

1.1.3.1. Klasik dönem sosyologlarının beden olgusuna yaklaşımı

Klasik sosyologların beden üzerinden gerçekleştirdikleri tanımlama, dönemin yaşanan toplumsal ilişkileriyle örtüşen, benzeşen bir yaklaşım içerir. Klasik sosyoloji "tabakalaşma, kutsal, profan, rasyonalite, bürokrasi ve yabancılaşma" gibi üretilen kavramlarla beden sosyolojisine, diğer bilimlerin (biyoloji, antropoloji, tıp vb.) yaklaşımlarından farklı bir boyut kazandırmıştır (Kara, 2016: 24). Diğer taraftan beden sosyolojisi, klasik sosyolojik kavramlara beden olgusunun klasik sosyologlar tarafından dolaylı da olsa ele alınmasıyla, yeni bakış açıları kazandırmıştır.

Nazlı'ya göre klasik sosyolojinin beden karşısındaki tavrını ele alacak olursak, klasik sosyoloji, doğal bilimlerden kendini farklı konumlandırma davranışını, 'doğal olan' içinde tanımladığı bedene karşı da göstermiştir (Nazlı, 2009: 61). Bu davranış, bedeni tamamen yok saymayıp, onu var olarak kabul eden ama tamamen görünür bir nitelikte ele almayan bir yaklaşım sergilemiştir. Klasik sosyoloji, varlığını kabul ettiği bedene 'görünmez' bir özellik atfetmiştir; klasik sosyoloji açısından beden vardır fakat görünür değildir. Beden bu görünmez niteliğe sahip özelliğini klasik sosyologların eserlerinde de göstermiştir.

Literatüre baktığımızda klasik sosyologlar için sıkça karşılaştığımız yaygın görüş, Klasik sosyologların beden konusunu ihmal ettiği yönündedir (Timurturkan, 2008; Çelik, 2018). Buna yaygın görüşe rağmen, beden konularının sosyoloji ile yeniden keşfedildiği de dile getirilmiştir. Bazı sosyologların bedenin var olan sosyolojik değerinin ortaya çıkarılması gerektiğine kanaat getirirken, diğerleri üstü kapalı bir şekilde bedenin diğer toplumsal meseleler kadar acil durum gerektiren bir husus olmadığını, dahası bekleyebileceğini savunmuşlardır (Kara, 2016: 25).

“Klasik sosyologların beden tanısı, aslında topluma ilişkin açıklama biçimleriyle örtüşmektedir. Klasik sosyoloji, tabakalaşma, kutsal, profan, rasyonalite, bürokrasi gibi kavramlarla beden sosyolojisine, biyolojik ve antropolojik yaklaşımlardan farklı bir boyut kazandırırken, beden sosyolojisi de klasik sosyolojik temalara yeni bir perspektif kazandırmış görünmektedir” (Kara, 2016: 25).

Marx, beden kavramını, "üretim araçları, emek, sermaye ve işçi sınıfı" üzerinden temellendirmiştir. Kapitalist toplum vurgusu yaparak, bedenin kendi paylaşım ağları ve sosyal mekanlarında, kapitalist toplumlarca yeniden üretildiğini belirtmiştir. Marx'ın bu düşüncesinin ışığında işçi bedenlerin, üretimin hem aracı hem de nesnesi haline geldiğini düşünür. Marx'a göre, insan doğa karşısında hayatta kalmak için kendi temel ihtiyacı

oranında kendisi için üretmektedir. Bedeni henüz bir makineye dönüşmemişken bütün beden fonksiyonlarını kendi için kullanır. Onu henüz kiralamamıştır, ürettiği enerjiyi, akli, satılabilir nesne haline dönüştürmemiştir. Yani beden üzerindeki tek egemen güç kendisidir. Marx, doğa ve insan arasındaki bu doğal üretim ilişkisinin, tekrarı ve artmasıyla bir iş ve çalışma alanı ilişkisine dönüştüğünü ve sonuç olarak insanın '*organik beden*' i ile kaynaşan doğanın kendisi, inorganik bir üretim ilişkisine dönüştürülür (Kara, 2016: 26).

Marx'a göre, insanlar var oldukları bedenleriyle girdikleri yaşamsal mücadelede aynı zamanda bedenlerini de dönüştürürler. Bu dönüşüm sınıflar arasında bedenlerin toplum içindeki konumu, giyimi, duruşu ve kendini ifade edişinde de farklılığa sebep olmuştur. Her insan bedenini içinde yaşadığı sosyal sınıfa göre biçimlendirmektedir. Beden üzerinde kullandıkları simgeler (kolye küpe, dövme vb.), içinde mücadelesini verdikleri sınıfın izlerini taşıdığı gibi aynı zamanda bir kimlik görevi de üstlenmiştir (Canatan, 2016: 41).

Marx, insanın kendisine ve türsel varlığına yabancılaşmasını, insanın kapitalist dünyada üretim sürecine dahil olmasıyla, bedeninin ortaya çıkaracağı yeteneğinin baskılanmasıyla türsel varlığına yabancılaşacağını vurgulamaktadır (Swingewood, 2014: 67). Kapitalist toplumda zorunlu bir faaliyet olarak nitelendirilen çalışma, insan bedeninin koordinasyonunun sonucu olan yeteneğini sınırlandırır ve böylece insanı umutsuzluğa, sefalete ve tükenişe sürükleyerek insanın kendi varlığını reddine ve kendisine yabancılaşmasına neden olmaktadır.

Durkheim'in toplum üzerinden kavramsallaştırmaya çalıştığı beden olgusunu açıklayabilmek için, öncelikle bireyin toplum içindeki yeriyle ilgili düşüncelerini özetlemek yararlı olacaktır. Durkheim'e göre, insanların hayvanlardan farklı olarak var olan sınırsız arzuları, insanlarda ihtiyaçları karşılanırsa dahi bir tatminsizlik hali ortaya çıkarmaktadır. Bu yüzden insanlar kendi beden ihtiyaçlarını önde tuttukları için toplumsal birliktelikten uzak hareket etmektedirler. Bu bireysel davranışının sebebi, toplumsal birlikteliğin farkına varamamış olmalarıdır. Öte yandan bu bireysel beden arzusuna ve bencil dürtülere gem vurulmaması hem insanların kendileri için hem de toplum için önemli bir tehdit oluşturmaktadır. Durkheim, insanın bu bireyci bedensel yapısının ancak toplumsal yapı içinde kontrol altına alınabileceğini, böylece bedenin yerleşik toplum kuralları çerçevesinde kendi varlığına ve doğallığına ters düşecek durumlardan kaçınabileceğini belirtmektedir (Güneş, 2011: 90-110).

Kara (2016:26) ise, Durkheim'de akademik ilgiyi uyandıracak bir beden eğilimi olmamasına karşın, insan doğasının dualizmi ve toplum koşullarına ilişkin yaptığı vurgular, insan bedeni ile ruh arasındaki ilişkiyi kutsal ve kutsal olmayan ayrımına götürdüğünü belirtmektedir. Beden ve ruh birbirine çok yakın olmakla birlikte aynı dünyaya ait değildir. Beden duysal deneyimle insanı oluşturan maddi bütünlüğünün tamamlayıcı bir parçasını oluştururken, ruh ise kutsal dünya olarak tabir edilen yaşam ötesi dünyanın yüce, soyut varlığıdır.

Weber ise, beden olgusuna değinirken, ortaçağ din etkisindeki bedenin çileci durumunu hafızalarda tekrar yeniler. Protestanlık dini etkisi altına aldığı bedene, Tanrı'nın rızası karşısında azla yetinen, dünya zevklerinden arınarak daha çok çalışan, daha az tüketen ve lüksten kaçınan bir misyon yüklemiştir (Kara, 2016: 26). Weber'in bu düşüncelerinin temel kaynağı Protestanlık dininin kapitalizminin oluşumuna zemin hazırladığı yönündedir. Çünkü Weber'e göre, Protestanlık dini insan bedeninin, Tanrı'nın merhameti için daha çok çalışması gerektiğini ve boş her anın Tanrı'nın hoşnutluğu için geçirilmesi gerektiğini öğütlemektedir (Güneş, 2011:90-110).

Weber'e göre, dinin insan bedeni üzerindeki bu olumsuz etkisi, bedeni kapitalist üretimin aracı haline getirmiştir. Böylece kapitalist tüketim kültürü, toplumsal ve ekonomik kurumlarla birleşerek insanları, içine hapseden ve hiçbir kaçışın mümkün olmadığı '*demir kafes*' içine sokmuştur (Turner ve ark., 2010). Weber'in insana atfettiği bu çalışkanlık öğretisi bir yandan bedeni dini açıdan kontrol altında tutarken, öte taraftan insan bedenini zevklerin peşinde koşan, tüketen ve bu tüketim sonucunda dönüşen bir nesne olmaktan da alıkoymaktadır. Sonuçta beden, hem Protestanlık hem de kapitalizmin çizmiş olduğu din ve ekonomi çerçevesi içinde kontrol altında tutulan, itaat eden bir beden imajı sergilemiştir.

Toplumsal yapı kavramını üreten Simmel ise, beden kavramını insan duyguları ve bilinci üzerinden temellendirmeye çalışmıştır. Simmel'e göre duysal organlar insanlar arasında bir çeşit sosyolojik imalar oluşturmaktadır. Bunu da bedenin bileşenleriyle yaptıklarını belirtirler. İnsanların göz göze geldiklerinde birbirlerine bir şeyler aktardıklarını, iletişim kurduklarını, gözlerini kaçırdıklarında ise aksi bir durumu ima ettiklerini belirtir (Kara, 2016: 27). Simmel'in bu yaklaşımı bir nevi 'beden dili' kavramını ifade etmektedir. İnsanlar, bedenin oluşturduğu çeşitli hareketlerle duygularını açığa çıkarabilirler, kendi dışında bir bedenle aynı dili kullanarak iletişim sağlayabilmektedirler.

Simmel için çatışma ve düzeni var eden temel kaynak, toplumsal etkileşimdir. Toplum, bireylerin belirli amaçlar içine girdiklerinde varlık kazanır. Birey ve toplum arasındaki ilişkinin, her bireyin hem toplum hem de bireyin kendisi için vardır. Birey, belirli bir toplum ve toplumun sahip olduğu kültürel öğeler içinde dünyaya geldiğini, bireyin bedensel yapısını ve bedeninin kazandığı özellikleri, becerileri bu yapı içinde elde ettiğini belirtir. Aynı zamanda toplum ve kültürel öğeler her bireyin farklı şekillenmesine olanak tanır. Simmel'e göre bireyin ayrıca toplumdan bağımsız bir yönünün olduğuna ve bireyin istediğinde bağımsız hareket edebileceğine bunun bireyin özgürlüğünün karakteristik özelliği olduğunu belirtmektedir (Goodwin ve Scimecce, 2015: 198-199).

Spencer, toplumsal gelişmeye ilişkin genel bir evrimci model içerisinde, toplumu sistem olarak gören bir düşünce ile bireylerin toplamı sayan bir düşünceyi bir araya getirmiştir. Spencer'ın toplum modeli organizmacı olarak düşünülmüştür. Spencer'a göre, toplumlar farklılaşmış birlik durumundan çıkıp, Darwin'in "*doğal seleksiyon*" kuramıyla oldukça karmaşık, farklılaşmış yapılar haline gelen bedenlere benzetilmektedir (Swingewood, 2014: 53-61). Spencer, toplumsal yapıyı oluşturan parçaları, bedeni oluşturan bölümlerle özdeşleştirmiştir. Nasıl beden bütünselliğini oluşturan farklı işlevlere sahip parçalar varsa, toplumsal yapı da birçok farklı işleve sahip bütünü oluşturan alt parçalardan oluşmaktadır (Goodwin ve Scimecce, 2015: 127-134). Fakat toplum bütünselliğini oluşturan bu parçalar birbirlerine karşı karşılıklı bağımlılık taşımaktadır. Bedende olduğu gibi toplumda varlığını devam ettirebilmek için iktisadi ve siyasi kurumlara ihtiyaç duymaktadır.

Spencer, insanın içinde yaşadığı toplumu insanın bedenine benzetirken bedenin işleyen mükemmel sistemini ve ahenkle çalışmasını gözler önüne sermiştir. Direkt bedeni anlatan bir davranış sergilemese de toplumsal yapıyı beden bütünselliği ve mükemmelliği üzerinden anlatması, bedensel yapının önemini ve gelişimini üstü kapalı işlemiştir.

Klasik sosyoloji dönemi sosyologları açısından beden olgusuna yaklaşımlarını değerlendirmek gerekirse, bedeni sosyoloji içine direkt yerleştirmek yerine dönemin toplumsal ve siyasal olguları üzerinden dolaylı olarak işlemişlerdir. Marx, bedeni yabancılaşma kavramı üzerinden sömürülen bir nesneye dönüştüğünü ima ederken, Durkheim ise, bireysel bedensel arzulara ve bencil dürtülere gem vurularak toplumsallaşması ve kontrol altına alınması gereken bir şey olarak ifade eder. Weber, Protestanlık ve kapitalizmin beden üzerine kurduğu baskı sonucu, bedeni Tanrı'nın mutluluğu ve merhameti için boş her anını çalışarak ve bu durumdan şikayet etmeyen bir

varlık olarak ifade ederken; Simmel ise, bedeni insan duyguları ve bilinci üzerinden temellendirmiştir. Son olarak Spencer'ın beden yaklaşımını incelediğimizde ise, bedeni Darwin'in evrimci biyolojizmi ve organik toplum kavramı üzerinden toplum ve bedenin yapısal benzerliklerini ortaya koyarak işlemiştir.

1.1.3.2. Çağdaş dönem sosyologlarının beden olgusuna yaklaşımı

Klasik dönem sosyologlarının üstü kapalı şekilde değindiği beden, sonraki dönemin de temellerinin atıldığı, Çağdaş sosyoloji döneminde ise, sıkça konu edilen bir anlam içermiştir. 20. yüzyılın ikinci yarısından itibaren oluşan Post-modern düşünceler içerisinde beden, sıkça tartışılan konulardan biri haline gelmiştir.

Pos-endüstriyel topluma geçişle beraber, üretimin beden gücünden beyin gücüne, yani bilgi destekli üretime geçmesi, bunun etkisiyle hizmet sektörünün de önem kazanması, post-endüstriyel toplumla birlikte yeni bir tüketim kültürü oluşturmuştur. İlerleyen zaman diliminde toplum hayatına kitle iletişim araçlarının tüketim kültürü üzerine önemli bir etkisini de beraberinde gelmiştir. Koşulların yarattığı tüketim kültüründe beden, önemli bir nesne haline dönüşmüştür. 1960 sonrasında gelişen birçok toplumsal olguyla bedene artan ilgi önem kazanmıştır. Bu toplumsal olgular şöyle özetlenebilir: Kandın bedeni üzerinden yükselen feminist yaklaşımların kadın haklarını ve eşcinsel hareketlerini desteklemeleri, Avrupa'da artan yaşlı nüfusuyla birlikte yeni toplumsal, sosyal ve ekonomik düzenlemelerin getirilmesi, yeni hastalık türlerinin toplumda yarattığı biyolojik ve psikolojik etki, son dönem bilimsel araştırmaların etik sorunsalını gündeme getirmesi, sağlık sektörünün doğal durumunun dışına çıkarak insan bedeni üzerine algı üretmesi ve bunu sağlık amacının dışında dış görünüşü değiştirme olarak pazarlaması gibi faktörler sosyologların ilgisinin beden üzerine yoğunlaşmasını sağlamıştır. Beden aracılığıyla yeni kimlikler, yeni tüketim kalıpları, yeni güzellik idealleri, yeni imajlar, yeni iktidar tipleri inşa edilmiştir. Böylelikle bedenin modern dünyanın projesi haline geldiği belirtmiştir (Çelik, 2018: 82-105).

“Çağdaş sosyolojide beden ilgisi, Foucault'nun "söylemsel beden"i(1977, 1979, 1980, 1987, 1988), Turner'ın "kategorik beden"i, Bourdieu'un "bedensel sermaye"si (1997), Elias'ın "uygarlaşmış beden"i (1939), ve Baudrillard'ın "hiperreal beden"i (1983, 1988), A.W. Frank'ın "beden yönetimi" (1993), Feher'in "bedenin etiği" (1993) ile artmıştır” (Kara, 2016: 27).

Foucault'ya göre beden, biyolojik varlık olmasının dışında güç/iktidar ilişkisinin merkezinde yer alan bir konuma sahiptir (Nazlı, 2009: 63). Foucault bedenini, iktidar, bilgi ve zevk çerçevesinde bir mücadele olduğunu iktidar ve bilgi sayesinde bedenin yönetsel yordamlar aracılığıyla üretilmesi ve düzeltilmesi söz konusudur. Bu söylemini kanıtlamak adına cinsel ve tıbbi söylemler ile tıp, eğitim ve hapishane gibi toplumu disiplin altına alan kurumlar üzerine çalışmıştır.

Foucault bedeni, artık kültürün tek başına ürettiği bir ürün ve kültürün izlerini üzerinde taşıdığı bir metin olmanın dışında, toplumun baskı kurarak kontrol altına aldığı bir unsur olarak da görmektedir. Okullarda, hastanelerde, hapishanelerde, ordu ve ailelerde üretilen disiplin unsuru rejimler, iktidarın bedeni ele geçirmek istemesinin neticesi olarak ortaya çıkmış fakat sanayi toplumunda bu disiplin ya da iktidarın beden üzerine olan kontrolü, gevşemiş ve giderek yumuşamıştır (Ertan, 2017: 78).

Foucault *Deliliğin Tarihi* (2006: 435-496) adlı eserinde 17. yüzyıl Avrupa'sında zihinsel açıdan problemleri olan, kontrol edilemeyen insanların hapis edilerek kilit altında tutulduğu kurumların ortaya çıktığı bir durumun oluştuğuna işaret etmektedir. Bu hareket sadece zihinsel problemleri olan insanlara yönelik değildir; işsizleri, intihar eğilimli insanları, dul kadınları, hayat kadınlarını, toplumsal ahlak anlayışının dışında davranış sergileyenleri ve sosyal anlamda topluma zarar veren doğrudan üretime katılmayan herkesi içermektedir. Foucault, bu yapısal hareketi "*kapatılma*" olarak kavramlaştırır. Foucault'un araştırmalarının ileri evresinde insanların zamanla *panoptikonun* mantığı hastaneler, okullar, fabrikalara kadar varan geniş bir organizasyonlar ağı içinde uygulamaya tabi tutulduklarını ortaya çıkarmıştır. Foucault'un tanımladığı bu yeni düzen iktidar; psikologlar, doktorlar, yöneticiler, program uygulayıcıları gibi profesyonellerin oluşturduğu bir iktidardır. Bu iktidar, tıpkı tutukluların hapishanedeki kalış sürelerinin hukukçular tarafından belirlenmesinde olduğu gibi bireylerin hastanede, okullarda, fabrikalarda ve benzeri yerlerde ne kadar süre kalacaklarını ve nasıl davranmaları gerektiğinin kararını veren uzmanların iktidarındır. Foucault, insanların sosyal hayattan çekilerek nasıl tecrit edildiğini ve tecrit adı altında tutulan hastanın istenen davranışları gösterinceye kadar bir çok vahşete maruz kaldığını *Deliliğin Tarihi* (2006: 436-448), isimli kitabında dile getirmektedir.

Foucault *Cinselliğin Tarihi* (2007: 385-388)'inde, modern çağda farklı bir iktidar çeşidi olarak isimlendirdiği "*biyo-iktidar*" kavramını öne sürmüştür. Biyo-iktidarın diğer iktidarlardan ayrı yönü direk insan bedenine yönelmiş olmasıdır. Biyo-iktidar doğum ve

ölüm oranları, hastalık, yaşam süresi, doğurganlık, diyet ve beslenme alışkanlıkları üzerinden insanları kontrol eder ve bir nüfus planlamasına odaklanır. Bunu yaparken insanlara zarar verici, onur kırıcı davranışlar olan kapatma, eziyet etme ya da men etme değil, daha çok söylemler üreterek iktidar ve kontrolü insanların gündelik yaşamına taşıyarak ve yayarak yaparlar. Bu söylemleri, tıp, psikiyatri, sosyal hizmetler gibi pek çok uzmanlık alanlarının söylemleri yoluyla bireyleri ikna ederek itaat etmeye zorlamıştır. Bunu yaparak cinsellik alanını kontrol altına almaya çalışmışlar.

Foucault bir başka kitabı olan *Kliniğin Doğuşu* (2002: 84-109)'unda, klinik düşüncesinin yarattığı ahlaki çöküntüden bahsetmiştir. Foucault, yoksul insanların ihtiyacı olan sağlık hizmeti için hekimlerin yetiştiği yeni kurulan kliniklere götürüldüklerini ve burada deneysel derslere gebe bırakılarak ya ölümle yüzleştikleri ya da sağlığına kavuşarak toplum içine döneceklerdir. Fakat Zenginlerin sermayesiyle oluşturulmuş bu kliniklerde bir öğrenme olgusunun nesnesi haline gelen yoksul bedenler, iyi hekimlerin yetişmesine ve zenginlerin yakalandıkları hastalıklardan kurtulmaları için aynı zamanda bir araçsallık taşımaktadırlar. Diğer taraftan aynı şekilde kurulan bir başka kurum ise, doğum klinikleridir. Doğum klinikleri, evli olmayan ya da kendini evli değilmiş gibi gösteren kadınların kabul edildiğini ve toplum açısından bu kadın sınıfının utanma duygusunun en az olduğu düşüncesinin baskın olduğu belirtmektedir. Foucault, ahlaki açıdan donanımsız ve toplumsal açıdan tehlikeli olarak görülen bu kadın sınıfının doğum kliniklerinde saygıdeğer ailelerin işine yarayabilecek ve iyi hekimlerin kendi bedenleri üzerinden yapılan çalışmalar sayesinde olacağını böylelikle toplumsal ödev ve borçlarını bu şekilde ödeyeceklerini söylemektedir. Kapitalist düşüncenin ürünü olan bu özel teşebbüs kliniklerin karlı hale geldiğini ve klinik bakışın etkileri sayesinde, yardım etmenin aynı zamanda bu teşebbüsü sağlayanlar için bir nevi ödeme olduğunu belirtmiştir.

Foucault'un bu tespitleri sosyal inşacı yaklaşımın şekillenmesinde de etkili olmuştur. Sosyal inşacı yaklaşım, bedenin bütünüyle biyolojik bir varlık olduğunu reddeder ve bedenin toplumsal yapı içinde şekillendiğini, sınırlarının çizildiğini ve dahası bedenin yeniden yaratıldığını iddia etmektedir. Bedene atfedilen özellikler, anlamlar ve bedene çizilmiş sınırların hepsi sosyal ürünlerdir (Nazlı, 2009: 64).

Foucault birçok çalışmasında, bedenin nasıl dizayn edildiğini, iktidar ve diğer güç çevreleri tarafından nasıl kontrol altına alındığını, İktidarın beden üzerine oluşturduğu kodlar üzerine yoğunlaşmıştır. Foucault'un bu alandaki çalışmaları, beden kavramının

gelişmesine katkı sağladığı gibi aynı zamanda sonraki dönemin çalışmalarına da ışık tutmuştur.

Beden sosyolojisinin gelişmesinde önemli bir paya sahip olan diğer bir önemli kuramcı Bourdieu'dur. Sınıflar arası beden algısının nasıl değiştiğini ve bir sermaye haline getirilen beden, kültürel sermaye, ekonomik sermaye ve sosyal sermaye arasında nasıl farklı bir sermayeye dönüştürüldüğünü Bourdieu'nun çalışmalarında görebiliriz. Bourdieu'ya göre beden çok farklı toplumsal etkenler tarafından biçimlendirilmekte, ve geliştirilmektedir.

Bourdieu, bedeni "*habitus*" kavramı üzerinden tartışarak, değişen *habitus*larla birlikte beden algısının da değiştiğini ortaya koymuştur. *Habitus*, bedende somutlaşan ayrı ve ayrıştırıcı pratikler doğurur. Türkçede alışkanlıklar olarak çevrilen *habitus* kavramı Bourdieu'ya göre alışkanlık ya da alışmışlık kavramlarından daha geniş ve dinamik anlamlar içermektedir. *Habitus*, bireyi eyleme teşvik eden, onun hareket etmesinde motivasyonunu sağlayan kurulu sosyal yapılar sistemidir. *Habitus*, insanın varoluşu ya da bedenleşmiş toplumsallıktır. *Habitus*tan söz etmek bireysel olanın ve hatta Bourdieu'nun ifadesi ile öznel olanın kolektif olduğunu söylemektir (Çelik, 2018: 82-105). Yani *habitus* düşünürü göre toplumsallaşmış öznelliktir.

Bourdieu'nun yukarıda bahsetmiş olduğu üç sermaye tipinin en önemli olanı "*kültürel sermaye*" dir. Çünkü kültürel sermaye beğeni ve zevk gibi insana ait özellikleri bedende barındırması, kişinin kendine ait bedensel pratikleri taşımasını sağlamaktadır. Bourdieu'nun *habitusu* gibi kültürel sermaye de şöyle kavramsallaştırabilir: Kültüre ilişkin nesnel bilgi, kültürel beğeniler ve tercihler, biçimsel nitelikler (üniversite derecesi, müzik eğitimi), kültürel beceriler ve teknik ustalık (müzik aleti kullanma yetisi), zevk sahibi olma "iyi" ve "kötü" arasında ayırım yapma yetisidir.

Bourdieu'da beğeni ise, bedenin sosyal uyumunda bütünleştirici olarak, fizyolojik ve psikolojik anlamda bedenin içine aldığı her şeyi seçer ve düzenler. Beğeni anlayışı toplumlar arasında farklı yapılar oluştururken aynı toplumsal yapıda ise, farklı sosyal sınıfların, değişen spor etkinliklerinde de kendini göstermektedir. İnsanların yürüttükleri sporsal faaliyetler çeşitlilik gösterir ve bu faaliyetlere yükledikleri anlam ve önem değişmektedir. Spor faaliyeti içinde kimi güçlü bir kas görünümü elde etmeyi arzularken, kimileri ise sağlık, zarafet, rahatlık, güzellik ve ruhsal denge gibi anlamlar yüklemektedir. Toplumsal yapı içindeki bu etkinlik, sosyal ve ekonomik farklılık nedeniyle farklı anlam ve önemler arz etmektedir. Farklı sınıflar arasındaki beğeni farkı, tüketilen çeşitli malların,

yenilen yemeklerin, bunları sunma biçimlerinin, ev eşyaları ve iç dekorasyonuna kadar belirli grupların ve özellikle de sosyo-ekonomik düzeyi yüksek sınıfların farklı yaşam tarzlarını belirginleştirmek ve kendilerini diğerlerinden ayırt etmek için kullanılmaktadır.

Bourdieu'ya göre beden, sınıfsal beğenin maddileşmiş halidir. Bu açıdan kadın ve erkek bedeni üzerindeki kültürel kodlar, cinsiyetle ilişkili olarak bedenin kullanılışını vurgular (Kara, 2016: 28). Toplumsal alanda sadece cinsiyetle alakalı olmayıp, kişinin statüsünü, farklı bir grubun üyesi olması gibi diğer faktörlerle de ilintilidir. Kuramcılar, bedensel özelliklerin sosyal sınıflar ve cinsler arasında nasıl değiştiği üzerinde durmasının yanı sıra, bedensel özelliklerin cinsler arasında bir tahakküm aracı olarak nasıl kullanıldığı yönünde fikir üretmiştir. Erkek egemen toplumsal yapı bunun en önemli örneklerinden biridir. Bourdieu erkek egemenliğini şu şekilde özetler; erkek bedensel bir zorlama ya da üstünlük kurma yöntemiyle oluşan düşünceden meydana gelmiştir. Bunun sebebi, bireyin ait olduğu toplumsal yapı içinde erkeğin egemenliğini kadının üstüne kurmuştur ve kadını erkeğin karşısında daha pasif ve edilgen olarak konumlandırmıştır (Çelik, 2018: 82-105). Erkek toplumda bunu bedenin ürettiği gücü göstererek yapmaktadır. Bunun sonucunda, cinsel tahakküm giderek bedenselleşir.

Bourdieu, kaslı bir bedenin değişen kültürel ve ekonomik yapının neticesinde anlamının da zamanla değiştiğini işaret etmektedir. Tarihsel anlamda kimi zaman güç ve eril iktidar sembolü olarak konumlandırılan kaslı beden, kimi zaman ise ağır iş gücü altında yorulmuş proleter sınıfın simgesi olarak ilişkilendirilerek, orta sınıfın beden idealinin dışında bırakılmıştır. Dönemsel olarak kaslı beden, siyah köle bedenler ile ilişkilendirilerek ırk kavramı üzerinden de anlam ve değer atfedilmiştir. Bunun dışında günümüze geldiğimizde bu gün kaslı bir beden, aşağı bir statünün simgesi değil, kültürel bir ideale işaret ettiğini, sosyal statü ve ekonomik gelişmişlik üzerinden değer biçildiği düşünülmektedir. Bunun yanı sıra enerji ve yaşamı gerektiği zaman şekillendirebilme yetisine sahip olduğu anlamı çıkartılmaktadır (Ertan, 2017: 79).

Bedeni temel anlamda 'sosyal' olarak düşünen ve dahası çalışmalarıyla bir 'beden sosyolojisi' geliştirilmesinin temellerini atan B.S. Turner'a göre, toplumsal yapı içindeki gündelik yaşam, bedenin üretimi ve yeniden üretiminden oluştuğundan, gündelik yaşamın anlaşılabilir bir duruma getirilmesi için öncelikle bedenin anlaşılıp çözümlenmesi gereklidir. Turner, bedeni doğa ile kültürün kesişme noktası olarak alıp, bu yöntem ile bedenin hem fiziki hem de sosyal niteliğini vurgular. Turner'a göre beden, yorumlama ve temsili edilen dış yüzey, yapı ve düzenlemelerin de iç çerçevesidir. Turner, bedeni iç ve dış

beden olarak iki kategoride ele alır. İç beden, 'kendi içinde beden' canlı, hareketli, deneyime dayalı bedendir. Dış beden, 'kendi başına Beden'de ise, insanın edilgenlik durumu olan dış görünüşüne ait kurumsallaştırılmış beden kavramını ifade etmektedir (Nazlı, 2009: 63). Turner'a göre iç beden, sosyal ve bireysel alışkanlıkların etkisi altındadır ve yapılacak çözümlemeye tıp, biyoloji sağlık sosyolojisi gibi alanlar dahil edilmelidir. Diğer yandan dış beden de kamusal alanda temsil edilmesi temelinde, belirli ekonomik, politik, kültürel ve sosyal süreçler bağlamında değerlendirilmelidir.

Turner'a göre, beden sosyolojisine artan bu ilgi, beden, ekonomi, teknoloji ve toplum ilişkisindeki temel değişiklikler ile gelişmiştir. Bilimsel gelişmeler, özellikle yeni üreme teknolojileri ve terapötik klonlama teknikleri, insan vücuduna sorunlu bir durum kazandırmıştır. Yaşlanma, hastalık ve ölüm artık insanın durumu hakkında değişmez gerçekler gibi görünmemektedir. Bedenin beşeri bilimler ve sosyal bilimlerde bir araştırma konusu olarak ortaya çıkması, kadınların ve eşcinsel kurtuluş hareketlerine ve çevreciliğe, hayvan haklarına, anti-küreselleşme, dini köktencilığe ve muhafazakâr politikalara da bir cevap niteliği taşımaktadır. Ayrıca, insan vücudu şimdi çeşitli biyo-teknoloji endüstrilerindeki ekonomik büyümenin merkezinde yer almaktadır. Hangi hastalığın kendisinin küresel ekonomide ve bedende üretken bir faktör haline geldiği, patent yoluyla kar elde edilebileceği bir bilgi kodu veya sistemidir. Modern sosyal teoride, beden reklam ve tüketim bağlamında, klonlama ile ilgili etik tartışmalarda, HIV / AIDS ile ilgili araştırmalarda, post-modern yansımalarda ve küresel ticaretin analizinde incelenmiştir. Beden çağdaş politikanın merkezi bir özelliğidir, çünkü belirsizlikleri, kırılganlıkları ve esneklikleri yeni genetik teknolojilerle güçlendirildiği belirtilmiştir (Turner, 2006: 223-229).

Turner'a göre, insanların birer bedene sahip olmak yerine, onlar daha çok özel tipte insanlar olarak beden kazanmıştır. İnsanların beden kazanmaları tarihsel bir süreci gerekli kılmaktadır. İnsanların bedeni kazanmaları alenen görünür bir şekilde gerçekleşmez aksine çağdaş sosyoloji kuramının ve modern tüketim yaklaşımının içinde örtük bir vaziyette gerçekleşmektedir (Çelik, 2018: 82-105). Turner'a göre beden kazanmayı öne süren analizlerin temel kavramsallaştırmaları arasında; toplumsal varoluş sorununa yönelen beden kazanmanın doğası, toplumsal aktörün doğası, alışveriş, karşılıklılık düzeyi, genel tarihsel ve kültürel formasyon düzeyleri yer almaktadır. Beden kazanma düşüncesinin beden sosyolojisinin özgün bir yanını oluşturduğunu düşünen Turner, bedenin cisimsel boyutu üzerinde de fikir oluşturmamızı sağlamaya çalışmıştır. İnsanların nasıl bir bedene

sahip olması gerektiğini ve bunun antropolojik, fenomenolojik, ve sosyolojik temeli üzerine düşünmüştür.

Çağdaş sosyolojide bitmemiş bir süreç olarak beden Baudrillard'da tüketim ve göstergeler üzerinden bir okumaya dönüşmüştür (Kara, 2016: 29). Baudrillard, bin yıllık bir püritanizm çağından sonra fiziksel ve cinsel olarak özgürleşme biçimi bağlamında bedenin "yeniden keşfi" ve kitle iletişim araçlarının yaydığı propaganda sayesinde, modada, reklamda, kitle kültüründeki mutlak varlığı ile bedenin etrafını çevreleyen sağlık, diyet kültürü, tedavi kültürü, gençlik, zariflik, cinsiyet saplantısı, bedenin değişiminde etkili olan araçlar, spor kültürü ve bedeni kuşatan arzu söylemi gibi beden üzerine direk etki edecek olguların hepsinin günümüzde beden için bir kurtuluş reçetesine dönüştürüldüğünü belirtmiştir. Baudrillard'da göre beden, ahlaki ve ideolojik işlevde tam anlamıyla ruhun yerini almıştır. Beden kültü, ruh kültüyle çelişki içinden çıkarak ruh kültürünün yerini alır ve böylece ruhun ideolojik işlevine de sahip olmuştur. (Baudrillard, 2013: 150-159).

Baudrillard, geçmişten günümüze bedenin insan zihninde çok defa değişime uğradığını belirterek yüzyıllar boyunca bedenin aşağılanarak ruhun karşısında edilgen bir nesne olarak algılandığına ve insanlara bir bedene sahip olmadıkları yönünde baskı yapıldığına, fakat günümüze geldiğimizde ise bunun tam tersi, sistemli olarak insanların bedenleri oldukları ve onu korumaları gerektiği yönünde propaganda yapıldığını ifade etmektedir (Baudrillard, 2013: 150). Baudrillard'a göre beden bir kültür olgusuna sahiptir ve beden içinde barındığı toplumun örgütlenme tarzını ve toplumsal ilişkilerin örgütlenme tarzını taşımaktadır. Kapitalist toplumlardaki özel mülkiyetin genel statüsü bedene uygulandığı gibi, aynı zamanda toplumsal pratiğe ve onun zihinsel temsiline de uygulanır.

"Beden, tüketim kültüründe psikik olarak sahip olunan, güdümlenen ve tüketilen bu nesnelerin sadece en güzelidir." (Baudrillard, 2013: 153). Tüketim toplumunda en yüce nesne haline dönüştürülen beden kapitalist amaçlara bağlı olarak aynı zamanda bir yatırım aracı olarak düşünülmektedir. Başka bir şekilde dile getirmek gerekirse, bedene yapılan yatırım onu karlı kılma amacı taşımaktadır. Tüketime bir nesnesi olarak beden, bir haz aracı ve prestij sağlayıcı olarak görülmüştür. Bedenin üzerinden sergilenen özgürleşme söyleminin ardında, bedenin emek gücünün sömürülmesinden daha derin yabancılaşmış bir emek oluşturan ilgi ve saplantı nesnesine dönüşmesidir.

Baudrillard'a göre, kitle iletişim araçlarından biri olan reklam ve modada çıplak beden, kendi varoluş bileşenleri ten, cinsiyet ve arzu erekselliği olarak reddeder, bunun

karşısında beden bütünlüğünden ayrılmış olan bu parçaları araçsallaştırır. Bu araçsallaştırmayı bedenin çağrıştırılmasındaki yüceltme, engelleme sürecinde yapılmaktadır. Beden işlevsel olarak vardır ve bu işlevsellik bedenin dış görünüşüne kurulmuştur. Bu yüzden erotiğin göstergelerde olmaması, arzuda olmaması gibi mankenlerin ya da bedenlerinin dış görünüşü ile tüketim nesnesi haline gelen bireylerin işlevsel güzellikleri bedenlerinin dış görünüşü olan 'Hat'tadır, asla ifadede değildir. Bu yüzden mankenlerin ya da gösteri dünyasında bedenleriyle ön planda olan insanların işlevsel güzelliği ifade yoksunluğudur. Baudrillard'a göre, tüketim her ne kadar cinsiyet ayrımı yapmayıp erkeğe de bir rol biçmiş olsa da daha çok kadın bedeni üzerinden gerçekleşmiştir. Bedenlerini 'yeniden keşfetme' amacıyla bedenlerini parfümlere, kürlere, masaj salonlarına atan kadınlara daha sık rastlamaktayız. Çünkü bedenin, erotizmin, güzelliğin bir alım değeri vardır. Bedenin özgürleşmesi için bedene biçilen bu değerlerin gerçekleşmesi gerekir. Emek gücünün özgürleşmesi gibi bedenin de sömürülebilmesi için özgür olması, özgürlüğüne kavuşmuş olması gerekmektedir (Baudrillard, 2013: 158-159). Bedenin özgürleştirilmesi bedeni, tüketim kültürü içinde bir ilgi nesnesine dönüştürmekte ve bedenin baskı altına alınmasına da neden olmaktadır. Bedeni tüketim nesnesi haline dönen kadın ya da erkek, beden üzerindeki hakimiyetini kaybederek, dışarıdan bedenine yönelik oluşan buyruklara dikkat etmek ve bu buyrukları yerine getirmek mecburiyetindedir. Bu buyruklar; kadının fit görünümlü olması, sağlıklı olması, estetik görünmesi, genç ve güzel olması gibi dış beden algısına yöneliktir (Nazlı, 2009: 65).

Çağdaş dönem sosyologlarının bedene bakış açılarını ve bedeni ele alış biçimlerini özetlemek gerekirse, klasik dönem sosyologlarının bedeni toplumsal olaylar neticesinde ele almalarından farklı olarak, beden odaklı bir yaklaşım sergilemişlerdir. Bunun sebepleri, bedenin toplumsal yapı içinde daha görünür bir konum elde etmesi, kendinden önceki sosyologların beden kavramına yeterince yer vermeme yönündeki düşünceleri ve sosyologların toplum yaşamı ile beden arasındaki bağlantıların ciddiyetini ancak çok yakın zamanlarda kavramaya başlamış olmalarıdır. Son dönem bilimsel araştırmaların etik sorunsalını gündeme getirmesi, sağlık sektörünün doğal durumunun dışına çıkarak insan bedeni üzerine algı üretmesi ve bunu sağlık amacının dışında dış görünüşü değiştirme olarak pazarlaması gibi faktörler sosyologların ilgisinin beden üzerine yoğunlaşmasını sağlamıştır.

Foucault bedeni, biyolojik bir varlık olmanın ötesinde iktidar ve güç odaklarının kontrolü altına girmiş, toplumsal baskıyı hissetmiş bir varlık olarak görmüştür. Bu güç

unsurlarını, hastane, okul, hapisane gibi kurumlar üzerinden gözlemlemiş ve yorumlamıştır.

Bourdieu, bedeni "habitus" kavramı üzerinden tartışarak, değişen habituslarla birlikte beden algısının da değiştiğini ortaya koyar. Sınıflar arası beden algısının nasıl değiştiğini ve bir sermaye haline getirilen beden, kültürel sermaye, ekonomik sermaye ve sosyal sermaye arasında nasıl farklı bir sermayeye dönüştürüldüğünü, Bourdieu bahsettiği bu üç sermaye tipinde göstermiştir.

Bedeni temel anlamda 'sosyal' olarak düşünen ve dahası çalışmalarıyla bir 'beden sosyolojisi' geliştirilmesinin temellerini atan B.S. Turner beden kavramını, "iç beden, dış beden ve beden kazanma" gibi kavramlarla ele almıştır.

Son olarak Baudrillard'da beden kavramı, tüketim ve göstergeler üzerinden bir okumaya dönüşmüş, tüketimin bir nesnesi haline gelen beden, kapitalist tüketim çağında kitle iletişim araçları etkisiyle, kendi öz varlık özelliklerinden sıyrılarak, nasıl bir dönüşüme uğradığını vurgulamıştır.

1.1.4. Tüketim kültürü, tüketim toplumu ve beden ilişkisi

Tüketim kültürü, tüketim toplumunu beden ile ilişkisini ele almadan önce kültürün genel anlamda tanımını yapmak gereklidir. Kültürü kısaca tanımlamak gerekirse, insanın yaşadığı çevre içinde çevresel ve toplumsal oluşan bütün koşullara uyum gösterme çabası olarak tanımlanabilir. Kültür, insanın oluşturduğu değerlerin, gösterdiği davranışların, sık tekrarladığı alışkanlıkların bütünü olarak düşünülebilir. Diğer bir ifadeyle kültür, insanın yaşam biçimidir (Nar, 2015: 37). İnsanın içinde bulunduğu çevre içinde yaşamını devam ettirebilmesi için temel ihtiyaçlarını karşılama gereksinimi duymaktadır. Bu olgu insan yeryüzünde var olduğu sürece devam edecek olan bir durumdur. Üretimin ortaya çıkmasıyla birlikte insanların ürettiklerini, tüketmelerini de beraberinde getiren bir davranış olmuştur. İnsanın bu eylemleri gerçekleştirirken kültürü de merkeze alan bir yaklaşım ile sürdürmeleri, toplumsal olarak bir üretim ve tüketim kültürünün oluşmasına zemin hazırlamıştır. Bu nedenle her kültürel yapı, oluşturduğu üretim ve buna bağlı tüketim ilişkilerinden dolayı üretim ve tüketim davranışları geliştirir. Bu bağlamda bu bölümde tüketim kültürü ve tüketim toplumu olgularını ele alacağız.

1.1.4.1. Tüketim kültürü ve tüketim toplumu

Ekonomi biliminin tanımına göre tüketim, insanların yaşamlarını sürdürebilmek için ihtiyaç duydukları mal ve hizmetlerin kullanılmasıdır. Tüketimin kapsamı sadece ekonomi bilimi ile sınırlı olmamakta, insanın antropolojik, sosyolojik, psikolojik ve biyolojik özellikleri de insanların toplumsal yapı içinde oluşturdukları tüketim davranışları üzerinde rol alan bir yapıya sahiptir. Nar'a göre tüketim, günümüze geldiğimizde sadece ekonomik süreci belirtmez, bunun dışında gösterge ve sembollerinde içinde barındığı geniş anlamda kültürel bir süreci de kapsamaktadır. Tüketim olgusu insan için psikolojik ya da maddi anlamda bir boşluk doldurma işlevi gördüğünü belirtmiştir (Nar, 2015: 37).

Sosyoloji biliminde Marx tüketimi, tüketim araçlarının sahipliği üzerinden değerlendirerek, tüketim araçlarını kapitalizmin sahip olduğu metalar olarak tanımlamaktadır. Tüketim olgusunu iki kısma ayırarak, gerekli tüketim araçları ve lüks tüketim araçları olarak sınıflandırmıştır. Lüks tüketim araçlarını, kapitalist sınıfa hizmet eden, bu sınıf için bir üretim olarak görülür. Marx, tüketim mallarının ihtiyaçtan öte pazarda satılmak amaçlı üretildiğini bunun sonucu olarak da tüketicinin ihtiyacı dışında tamamen güdüsel bir tavır ile hareket ettiğini belirtmiştir (Nar, 2015: 37). Berman'a göre Marx burjuva nihilizminin oluşturduğu yıkıcı zorbalıklardan rahatsızdır, ama bu zorbalık durumu içinde kendini aşmaya yönelik gizli bir eğilimin olduğuna inanmaktadır. Marx 'serbest piyasa' olarak adlandırdığı bu paradoksal ilkeye, yani dolaşımdaki malların sürekli, sınırsız aşkına, piyasa değerlerinin başkalaşımına, gerçekten inanmaktadır. Berman ise, burjuva sınıfının tüketim alışkanlıklarının diğer sınıfları da etkileyerek onları tüketim olgusuna çektiğini belirtmiştir (Berman, 2014: 156-160).

Psikoloji bilimi açısından değerlendirilecek olursak Freud'a göre insan davranışlarının ve düşüncelerinin derinlerine inerek tüketimi hayvani bir hazzın karşılanması olarak tanımlanmaktadır. Freud, insan özyapısı gereği bir davranış ve eyleme güdülenerek kendisi için bir doyum elde etmektedir (Nar, 2015). Kapitalizminin bu doyum isteğini kullanarak onu tüketimin bir parçası haline getirir ve ürettiği mallarla bu doyum boşluğunu doldurmayı hedeflemektedir. Öncelikle malların cazibesi üzerinden insanları tüketim alışkanlığı açısından istekli hale getirmektedir. Freud'a göre piyasaya sürülen her ürün, insanların haz duygularını tetikleyerek ekonomik anlamda yeni ihtiyaçları oluşturan koşulları doğurmuştur. Böylece yabancılaşmış ihtiyaçların tahakkümü altına giren insan, psikolojik ve fizyolojik anlamda bir makineye dönüşmüştür.

Bauman (2006: 15-17) ise, küreselleşme üzerinden tüketim olgusunu işlerken bu durumun yeni bir kültürü beraberinde getirdiğini belirtmiştir. Bu yeni kültürün (tüketim kültürü) insan iradesinin ve yaşadığı toplumun dışında geliştiğini, bir takım güç unsurlarının insanlar üzerinden teknoloji aracılığıyla bir ihtiyaç sürekliliği oluşturarak, toplumun tüketici bir kimliğe dönüşmesini sağlayan kitlesel tüketim odaklı bir yaklaşım olduğunu savunmaktadır.

Bauman, teknoloji ile tüketim ilişkisine değinirken insanların toplumdan uzaklaşmaları mümkün görülmedikçe, sahip oldukları ya da kullandıkları teknolojiden de kaçamayacaklarını, böylece bu teknolojinin tümüne sarılacaklarını ve bu 'servomekanizmalar' (hizmet eden mekanizmalar) olarak onlarla ilişkilendirileceklerini belirtmiştir. Teknolojinin toplumsal hayat üzerindeki etkisinden bahseden Bauman, büyük şirketlerin bu tüketim çarkının devamlılığı sağlaması için, tüketici tercihlerinin akışı ve dolaşımı, alışkanlıklarımızı, arzu ve davranış kalıplarımızı inceleyen büyük şirketlerin, düzenli olarak derlediği büyük verilerin parçası olduğunu söylemektedir (Bauman, 2019: 240-269).

Tüketim kültürü, ürünlerin, nesnelerin toplumsal değer atfedildiği, kültürel düzen olarak ifade edilmiştir. Bu anlamda, tüketim kültürü öncelikle ürün ön planda olmak üzere, hizmet ve enformasyon bolluğu ile ilgili bir süreci kapsamaktadır. Baudrillard, tüketim toplumunun, yaşamsal anlamda hayatta kalmak için, nesnelere ihtiyaç duyduğunu ifade etmiştir (Bilsel, 2012: 123-143). Ürünlerin ihtiyaçtan fazla üretilerek bir üretim bolluğu oluşturması, sadece daha fazla bir tüketimi ya da sınırsız bir tüketim arzusu taşımamaktadır, nesnelere duyulan şiddetli bir gereksinimi ve en önemlisi bu nesnelere bağlı değerler sistemini doğurmaktadır.

Tüketim kültürü, nesnelerin sembolik anlamlarının ortak bir kültürel değerlerle bütünleşmesine ve diğer toplumsal ilişkilere yön vermesine vurgu yapmaktadır. Bu bağlamda Guy Debord, gösteri olarak kuramsallaştırdığı tüketim için, metanın toplumsal alanı tamamen işgal etmesiyle gerçekleşeceğini belirtmiştir. Kültürün bütünüyle metalaştığını ve gösteri toplumunun da en önemli metası haline geldiğini ifade etmiştir (Debord, 2018: 142).

Teknolojinin toplumsal hayata entegre olmasıyla ticari hayatın gelişmesi ve yaygınlaşması, kentleşme ve sosyal sınıfların oluşması gibi sebeplerle tüketim kendini, kültürü ve toplumunu da geliştiren bir etki yaratmıştır. 20. yüzyılda gelişen ve dünyanın birçok bölgesinde etkisini gösteren tüketim, oluşan sosyal sınıfların kendilerine göre

özellikler kazanmasını sağlamıştır. İngiltere'de 18.yüzyıl Endüstri Devrimi ile tüketim toplumu ortaya çıkmıştır. Sanayi Devrimi sonrası yaratılan kitlesel üretim olanağı beraberinde üretilenin tüketilmesi ihtiyacının yarattığı kitlesel tüketim davranışı günümüze kadar bir çok evreden geçerek gelmiştir. Günümüze geldiğimizde ise, insanların kaliteli, pahalı, çeşitli ve insanlarda heyecan ve haz yaratan, sembolik değerler içeren ürünleri elde etmeleri ve tüketmeleri, başarıların ve bir toplumsal sınıfa aidiyetin göstergesi haline dönüşmüştür. 20. yüzyılın son çeyreğinde etkisini daha da arttırarak gösteren bu olgu, kendi kimliğini tüketim ile tanımlayan tüketim neslinin oluşturduğu tüketim toplumunun ortaya çıkmasında önemli bir etken olmuştur.

Baudrillard'a göre tüketim toplumu, aynı zamanda tüketmeyi öğrenen toplum, tüketmeyi toplumsal olarak alıştırma toplumu olarak belirtir (Odabaşı, 2012: 173-191). Tüketim toplumu 20.yüzyıl boyunca fabrika sistemi ile farklılık içermeyen malların toplu bir şekilde üretilmesi neticesinde, kendini geçmiş üretim yapısından ayırıştıran kitlesel tüketimin modern dönemini belirtmiştir. Tüketim kültürünün, geleneksel toplumları ve basit tüketim toplumlarını karmaşık ve kültürel içerikteki bir tüketim toplumuna dönüştürmedeki payı azımsanmayacak büyüklüktedir. Böyle bir yaklaşımla tüketim toplumu, salt daha fazla ürün alan ve tüketen bir toplum olarak görülmez, daha çok insanların düşlerinin tüketim davranışı etrafında şekillenmesidir. Tüketim toplumunu oluşturan önemli ekonomik etkenler arasında kalite üretiminin ve verimliliğin artması neticesinde insan hayatında daha fazla boş zaman kavramının oluşması ve bu boş zamanın tüketilerek geçirilmesinin istenmesidir.

1.1.4.2. Tüketim ve beden ilişkisi

21. yüzyılın küresel toplum yapısı içinde beden, kendi öz benliğinin dışına çıkmış, insanın üzerinde duygularını, düşüncelerini, yeteneklerini ve insana ait geliştirilmiş diğer özelliklerini icra edildiği bir yapı olmanın dışında, Sanayi Devrimi'nin getirdiği üretim ve tüketim alışkanlıklarının içine entegre olmuş, kapitalist üreticilerin ürettikleri ürünler üzerinden daha fazla kar elde etmek amacıyla kendisini, üretimin ve tüketimin aracı haline getirdiği, kendisine yabancı bir nesne olarak tanımlanabilir.

Post-modernizm genel anlamda insan bedeninin, kapitalizmin yarattığı ekonomik düzenin bir ürünü olan tüketim toplumunun merkezinde yer aldığını ileri sürmektedir (Cirinlioğlu ve Cirinlioğlu, 2016: 395-412). Post-modernist anlayışa göre, bireyin

sağlıklı bir beden yapısına sahip olabilmesi için insan yaşamının içinde bulunduğu risklerden uzaklaşması, ancak tüketim toplumunun bir parçası olmakla ve bu kültürün gereklerini ya da harcamalarını gerçekleştirmekle olanaklı kılmaktadır. Tüketim toplumunun devam edebilmesi, insanların bedenlerine yönelik algılarının, dışarıdan müdahale ile değiştirilmesinin başarılmış olması ile mümkün olacaktır.

Foucault'a göre, bedeni disiplin altına alan 'biyo-politika' yaklaşımı, kapitalizmin gelişip yayılmasının önemli bir parçası olmuştur. Modern dönem sonrası günümüz ekonomik anlayışında, teknolojinin bilgiyle beraber üretimi destekleyici etkisiyle, ekonomik dengeyi sağlayan üretimin aksine tüketim olgusu odaklı bir durum göstermektedir. Kapitalist üreticilerin ürettikleri ürünleri satabilmeleri için üretim sürecinin önemli bir parçası olan beden, üretim işlevinden ziyade tüketim işleviyle iktidar ve üretime sahip olan kapitalist yöneticiler için önemli hale gelmiştir. kitle iletişim araçlarının ve reklam olgusunu baskın olduğu bu dönemde sağlık, kişisel bakım, genç kalma, formda görünme, iş alanlarında görünüş olarak çekici ve bakımlı olma, tüketim ekonomisinin önemli değerlerindendir ve bu değerlerin etki alanı ise, araç olarak görülen bedendir. Bu yaklaşıma göre beden, tüketim ekonomisinin yarattığı hedefler doğrultusunda dönüşüm sağlamalıdır (Kalan, 2014: 140-162). Bu dönüşümü, reklam ve diğer kitle iletişim araçları üzerinden gerçekleştirir.

Kapitalist üretim insanları toplumdan ayırarak bireysel hareket etmelerini öğütler. Üretim teknolojinin bireyselliği arttırarak imaj, reklam ve estetik dış görünüm özellikle hizmet sektöründe daha da ön plana çıkmıştır. Pazar ekonomisinin yarattığı tüketim davranışında, ürünü üreten ve tüketen insan bedenleri de bu organizasyon yapısına uyum sağlayarak değişmek ve ürünün farklılaşmasıyla bedenin yenileşmesini mecbur kılmıştır. Daha önceleri bilgi ve becerili olmak iş hayatına sahip olmak için yeterli iken, bedenin tüketimi ile birlikte, bilgi ve becerinin yanı sıra insanlar dış görünüşlerini de doyurucu hale getirmek durumundadırlar. Bu durum iş yaşamında oluşan rekabetin içinde kalabilmeleri için bedenin dönüşümünü zorunlu kılmıştır (Çetin, 2009: 77).

Köse'ye göre, tüketim kültüründe toplumsal bir kurgunun eseri olan beden, bireyin yaşadığı toplumda ya da iş hayatında statü ve itibar elde etmenin yoğun hükmü altındadır. Bireyin bedeniyle var olduğu toplum tarafından kabul görme eğilimi, bedeninin çoğunluk tarafından arzu edilebilir, çekici, bakımlı bir görünüme sahip olmasına bağlanmıştır. Özellikle kadın bedeni üzerine kurgulanmış bu düşünce, çeşitli medya teknikleriyle haz duygusu ve simgesel tüketiciliğin odağında, bir meta değeri olarak algılanmasının sonucu

olarak görülmüştür (Köse, 2011: 88). Tüketim kültürünün önemli nesnesi haline gelen beden, arzu duygusunun dolaysız bir göstergesidir. Böylece birey için gösterişli, bakımlı, incelikli bir bedenden yoksun kalmak, yaşama arzusundan da yoksun kalmak anlamı taşımaktadır. Bu arzu duygusunu inşa etmek, reklam ve moda başta olmak kaydıyla medya ve imaj endüstrisinin birçok alanı aynı anda işlev göstermektedir. Tüketim kültüründe yeniden yaratılan beden kitlesel pazar aracı olarak hazır hale getirilmiştir.

Baudrillard'ta beden, tüketilen bir çok nesne içinde en önemli ve araçsallık taşıyan tek nesnedir. Çünkü beden, tüketim nesnesi olmanın dışında diğer nesnelerin kendi üzerinden tüketilmesini sağlamaktadır. Bu yüzden beden, tüketilen fakat bitmeyen bir nesne özelliği taşımaktadır. Beden, tüketim kültürü için bir kurtuluş nesnesine dönüşmüştür. Baudrillard, bedene yatırım yapılmasının temelinde, tüketim kültürünün nesnesi olarak düzenin devamlılığını sağlamak olduğunu vurgulamıştır. Baudrillard, modern zamanda kadının hem kendi bedeninin rahibi hem de yöneticisi olduğunu, bu anlamda kadının bedenini tüketim toplumunda rekabet edecek durumda tutmaya özen göstermesi gerektiğini belirtmiştir (Baudrillard, 2013: 149-177).

Sonuç olarak, bedenin tüketim kültürü içinde bir meta haline gelmesi post-modern dönemin üretim ve tüketim ilişkileri neticesinde gerçekleşmiştir. Üretim kültürünün beraberinde getirdiği tüketim, üretimin nesnesi olan bedenin de süreç içinde rolünün değişimini zorunlu kılmıştır. Beden, ürünün üretiminde etken ve önemli bir görev üstlenmişken, üretilen ürünün tüketilmesi ihtiyacını doğurması, kapitalist yöneticilerin akıllarında üretenin aynı zamanda tüketen olarak da yer alabileceği fikrini doğurmuştur. Beden bu sürecin kilit nesnesine dönüşerek, tüketimin önemli aracı haline gelmiştir. Bu süre zarfında gelişen bilim ve teknolojinin yarattığı etki tüketimin küreselleşmesini ve buna paralel olarak bedenin de bu süreçte rolünü gözle görülür oranda arttırmıştır. Ürünün çeşitlenmesi, değişim geçirmesi ve pazara tekrar sürülmesi, beden üzerinden gerçekleştirilmiştir. Kitle iletişim araçları, reklam, moda bedeni görünür, seçici, ürünü pazarlayan ve sattıran işlevsel bir araç haline getirmiştir.

1.2. Spor, Sosyoloji ve Tüketim İlişkisi

1.2.1. Spor

Geçmişten günümüze insan yaşamının vazgeçilmez parçası olan birçok farklı değer gibi spor da yerini almış ve sosyal hayatın içinde insanların kullandıkları, zaman geçirdikleri, eğlendikleri, toplumsallaştıkları ve yeri geldiğinde üzerinden bir kültür aktarımında bulundukları önemli bir enstrüman olmuştur. Diğer kültür öğeleri gibi (din, siyaset, sanat, ticaret vs.) spor da kültürden kültüre aktarılmış ve kendisine farklı bir çok anlam yüklenmiştir. Bu yüzden anlam olarak da farklılıklar içermektedir.

Yetim, sporu şöyle tanımlar:

"Spor, ekonomik, sosyal ve kültürel kalkınmanın temel unsuru olan insanın beden ve ruh sağlığını geliştirmek, kişiliğin oluşumunu, karakter özelliklerinin gelişimini sağlamak, bilgi, beceri ve yetenek kazandırarak çevreye uyumu kolaylaştırmak, kişiler, toplumlar ve uluslar arası dayanışma, kaynaşma ve barışı sağlamak, kişinin mücadele gücünü arttırmak yanında belli kurallara göre rekabet ölçüleri içerisinde mücadele etme, heyecan duyma, yarışma ve yarışmada üstün gelme amacıyla yapılan faaliyetlerdir. Spor, bireylerin hayatında olumlu gelişmelere katkı sağlarken toplumun da sağlıklı bir yapıya kavuşmasında, diğer sosyal kurumlarla ilişki kurarak toplumun bütünlüğü, çağdaşlaşması, tanınması ve gelişmesine katkı sağlayan sosyal bir olgudur" (Yetim, 2000: 64).

Yetim'in yapmış olduğu bu tanıma bakılırsa spor, insanların bedensel yapısına dışarıdan etki ettiği gibi, sağlık açısından da bir katkı sağladığını belirtmektedir. Spor fizyolojik ve psikolojik yönlerinin dışında, bireyin sosyal yönden adaptasyonunu, motor becerilerini geliştiren ve biyolojik olarak farklılaşmasını sağlayan sosyal olgu olma özelliği taşımaktadır (Öcalan, 2003: 5-6).

Kılıç ise, sporun insan için eğlence ve oyun amacının olduğunu, bir yarış amacı taşıdığına rekabet yaratan fakat ilk olarak nerede ortaya çıktığı belli olmayan bir etkinlik olduğunu ifade etmektedir. Kültürel ve toplumsal farklılıkların etkisiyle şekillendiğini, spor ismini çok sonraki dönemlerde almış olması ve geçmişten günümüze bulunduğu toplumlarda benzer etkinlikleri barındırması, çağdaş sporla benzer insan gerçekliğine dayandığını belirtmiştir (Kılıç, 2012: 7).

Spor, farklı kültürlerin ve toplumların yaşam sahalarında çok çeşitli olarak orta çıktığı için tek bir türe ve tek bir tanıma sahip olması düşünülemez. Her toplumu tanımlayıcı spor etkinliği olabileceği gibi, tanımı da toplumun spor etkinliğine bağlı olarak değişiklik gösterir.

Sporu tanımlarken, geçmişten günümüze farklılaşan kültür gibi spor da çağın siyasi ve sosyal yapısının dönüşümüne ayak uydurarak, hem bünyesinde barındırdığı etkinlikler genişlemiş hem de ona atfedilen tanımlar çeşitlenmiştir. Bununla birlikte, geçmişteki spor düşüncesiyle günümüz küresel dünyasındaki spor düşüncesi de değişiklik göstermiştir.

Spor ilk zamanlarda insanlar için savaşa hazırlık, hayatta kalma mücadelesi, savaşta kullanacakları aletler için vücutlarını egzersizlerle kullanışlı hale getirme olarak görülürken (Şahan, 2007: 55), günümüzün modern toplumları içinde, insanların sosyal uyumunda aracı görevi gören, sosyal ve psikolojik olarak rahatlamasını sağlayan, küresel anlamda insanları bir araya getirebilen ve kültür aktarımı sağlayan, ekonomik ve siyasi rolü olan sosyal bir olgu olarak düşünülmüştür (Kılıç, 2012: 8).

Geleneksel toplumlarla modern toplumları spor olgusu bakımından karşılaştıracak olursak, geleneksel toplumlarda sportif faaliyetler yerel ve bölgesel olarak icra edilirken, modern toplumlarda küreselleşmenin hakim olmasıyla kitlesel bir biçim almıştır. Örneğin; Olimpiyatlar, dünya şampiyonaları, kıta bazlı spor faaliyetleri (Öcalan, 2003: 13).

Sanayi devrimi sonrası, üst sınıfın boş zamanını değerlendirme faaliyetine dönüşen spor, kitle iletişim araçlarının yaygınlaşp her tabakadan insana ulaşmasıyla her kesin yapabildiği bir alan haline dönüşmüştür. Bununla birlikte toplumsal statü açısından amaç ekseninde profesyonel ve amatör olarak spor ayrılmıştır. Profesyonel olarak yapılan spor kurulan spor kulüpleri altında bir ekonomik gelir getiren ve iş olarak yapılan içinde eğlence unsurunun da yer aldığı bir kimlik kazanmıştır. Amatör olarak yapılan spor ise, insanların çalışma zamanında arta kalan sürede eğlenmek, sosyal ilişki kurmak, rahatlamak, sağlıklı olmak, zinde kalmak, iş hayatın getirdiği stres durumundan kurtulmak ve dinlenmek amacı taşıyan, karşılığında maddi bir kazancı olmayan, zaman sınırlaması olmayan ve bir kulüp çatısı altında yapılamayan özellikler barındırdığı yönünde yorumlanmıştır (Akkaya, 2015: 14-15).

Küreselleşmenin etkisiyle modern insanın yaşamında daha fazla yer edinmeye başlayan spor, günümüzde sosyal hayata direk etki eden toplumsal bir olgudur. Çeşitli branşlar ve yapılan küresel bazlı etkinliklerle insan hayatında kazanmış olduğu yerini giderek arttırmakta ve sağlamlaştırmaktadır. Kitle iletişim araçları sayesinde modern yaşamda hem seyredilerek hem de kitlesel olarak icra edilerek geleneksel toplumların ötesinde tüm toplumsal sınıfların spora katılımı direk ve dolaylı olarak gerçekleşmiştir. Profesyonel olarak yapılan seyirlik spor kitle iletişim araçlarıyla takip edilirken; amatör olarak yapılan spor ise imkanlar çerçevesinde ya para verilerek spor salonlarında

yapılmakta ya da devlet imkanıyla oluşturulmuş spor yapmaya uygun saha veya spor alanlarında sağlık, rahatlama, dinlenme amaçlı gerçekleştirilmektedir. Akkaya'ya göre spor, ilk çıkış düşüncesinin çok ötesinde bir amaçla statü belirleyen, toplumsal ilişki oluşturan ve ekonomik anlamda gelir sağlayan ve modern toplumun ideolojisini yansıtan bir araç haline dönüşmüştür (Akkaya, 2015: 14-15).

Kitlelere ulaşarak küresel bir kimlik kazanan spor, aynı zamanda ekonomik bir boyut da kazanmıştır. Küresel ölçekli büyük şirketlerin tekelinde spor yatırımları yapılmış, kulüpler kurulmuş, kaynaklar yaratılmış ve spor küresel bir pazara dönüşmüştür. Sporun bu iştah kabartan ekonomik yönü beraberinde spor aletleri, ekipmanları, giysileri gibi sporun yapılmasında aracı olan bir tedarik pazarı da oluşmuştur. Artık insanlar evde spor yapmaya uygun ekipmanlarla diledikleri zaman spor yapabilir imkana sahip olduğu düşünülmektedir (Çakır, 2014: 158).

1.2.1.1. Spor sosyolojisi

Sporun geçmişten günümüze olan tarihsel yolculuğu ve gelişimi, toplumsal hayatta ekin hale gelmesi, ekonomik, siyasi, sosyal, psikolojik ve biyolojik konularda etkili bir olgu haline dönüşmesi, sosyolojinin ilgisini çekmiş ve sosyolojinin en genç alt dallarından biri olarak hem sosyoloji bilimine hem de beden eğitimine katkı sağlamıştır. Sporun yeni bir araştırma sahası olarak spor sosyolojisinin oluşmasına zemin hazırladığı belirtilmiştir (Dever, 2013: 387).

Spor sosyolojisinin ortaya çıkış nedenlerinden biri, sporun sosyal hayatta bir etki alanı yaratması ve sporun yarattığı etki alanı üzerine bilgi ve teoriler üretmesinden kaynaklanmaktadır. Sporun, sosyoloji bilimi açısından toplumsal kurallar sistemini ve yasalarını, toplumun sporla oluşturduğu ilişkiyi, sporun insan davranışı üzerine etkisini incelemek ve araştırmak, spor sosyolojisi için önemli olmuştur. Sosyoloji biliminin bir alt disiplini olarak kurulan spor sosyolojisi, sporun insan hayatındaki yeri ve işlevi, sosyal kurumlarla ilişkisi ve toplumsal işlevleri ile ilgilenmiştir (Yetim, 2000: 67). Toplumsal bir olguya dönüşen sporun içine nüfuz eden ekonomi, siyaset, din, hukuk, ticaret gibi alanların etkisini incelemek ve teorik açıklamalarda bulunmak için gerekli görülmüştür.

Spor sosyoloji kurumlaşarak, günümüzde akademik yaşam içinde, spor eğitimi dersi verilerek öğrenilmektedir. Özellikle üniversitelerde spor yöneticiliği, beden eğitimi

öğretmenliği, rekreasyon gibi bölümlerde, spor alanında uzmanlar yetiştiren üniversitelerde, spor sosyolojisine yer verildiği vurgulanmıştır (Çakır, 2014: 172).

1.2.1.2. Spor ve tüketim ilişkisi

Spor, tüm kültürlerde var olmuş, toplumların hayatlarında ayrılmaz bir parçaya dönüşmüş, gün geçtikçe her anlamda büyüyen ve hissedilen bir alan haline gelmiştir. Küreselleşme ile birlikte ekonomik bir getiriye de sahip olan spor, beraberinde birçok alt pazarların oluşmasına da zemin hazırlamıştır. Fizyolojik, psikolojik ve sosyal özelliklerinin herkesçe kabul gördüğü sporun, büyük bir ekonomik sektör haline geldiği, kabul edilen bir gerçekliktir. Bünyesinde farklı birçok branşa yer vermesi ve bu branşların uluslararası bir öneme sahip olması, kar getiren şirketlerin spor alanı üzerine düşünmelerine ve ekonomik olarak yatırım yatmalarına olanak sağlamıştır (Şahan, 2007: 78).

Oğuz (2005:197), sporun küreselleşmesi ve büyük şirketlerin spor üzerine yatırımlarını şöyle aktarmaktadır:

“Olimpiyatların, dünya kupalarının belirli periyotlarda yapılması, kitle iletişim araçlarının gelişimi ve bu spor olaylarını yayınlamalarıyla, spor kitlesel olarak takip edilen bir olgu haline gelmiştir. Özellikle futbolun daha da etkin bir alana kavuşmasının en önemli nedenlerinden biri ise 1992 yılında FIFA'nın aldığı bir karar ile Avrupa Şampiyon Kulüpler Kupası'nın, Şampiyonlar Ligi'ne dönüşmesi ve bu kupanın lig statüsünde olmasıyla birlikte, önemli Avrupa kulüplerinin birbirleriyle daha sık karşılaşmaları ve ilginin futbola önemli bir oranda çekilmesidir. Ford, Sony gibi önemli kuruluşların bu aktivitenin ana sponsorları olması da bu düzenlemenin önemini göstermektedir” (Oğuz, 2005: 197).

Dünyada önemli bir güç olarak kabul edilen kitle iletişim araçları ve medya araçlarının etkisiyle, küresel ölçekte kar sağlayan bir alan olarak görülen spor, geniş kitlelere hitap eden eğlence ve gösteri özelliği sayesinde bir tüketim sektörü haline gelirken, öte taraftan ekonomik kar elde etmek isteyen girişimciler için yeni bir yatırım alanı olmuştur. Sporun yaratmış olduğu endüstri alanı spor yapmada gerekli ekipmanları üreterek, tedarik ederek ya da spor organizasyonu düzenleyerek tüketicinin kullanımına sunar. Spor endüstrisini oluşturan farklı birçok bileşen vardır. Bunlar: Ürün, fitness, rekreasyon, serbest zaman faaliyetleri ve bunlara ilişkin ürünler, spor hizmeti, sporu gerçekleştiren insan unsuru, spor yapmaya uygun alan ve düşüncelerdir (Ekmekçi ve ark., 2013: 96).

Kapitalizm sporda tüketim olgusunu yaratmak için endüstrileşme içinde öncelikle çalışanların ürettiklerini tüketebilmeleri için boş zaman kavramını ortaya çıkarır. Eğer

Çalışanlar için boş zamanlarını dolduracak etkinlikler düzenlenip oluşturulursa orada insanlar tüketme ihtiyaı içerisine gireceklerdir. Kapitalist olgu için üretim gibi tüketim de standart bir yapıya kavuşturulmalıdır. kapitalizmin yarattığı diğerk bir olgu da popüler kültürdür. Egemenlik alanı genişletilmiş popüler kültür, toplumsal yapı içinde yaşayan bireylerin aynılaşmasına neden olmaktadır. Kapitalistler için bu sürecin sağlıklı bir şekilde işlemesini sağlayan ve popüler kültürün tüketim devamlılığı için rol alan ve bunu da reklam aracılığı ile kteler aktaran yildızlar vardır. Kapitalizmin tüketim kültürü için yaratmış olduğu yildız olgusu, üreticilerin ürünlerini sergiledikleri pazardaki ihtiyaçlarını karşılayan, tketicik kültürün nesneleştirdiği sistem içinde önemli bir görev üstlenmişlerdir (Oğuz, 2005: 202). Günümüz toplumunda bu yildızlar (Spor camiasında başarılı ve göz önünde olan sporcular), yüksek bedelli transfer ücretlerinin yanı sıra show dünyasında da yer alarak, yüksek ücretli reklamlara çıkararak, tüketim çarkının işlemesine aracı olmaktadırlar.

Yaşamakta olduğumuz dönem içerisinde spor, kendi öz tanımının dışında, ticari bir özellik kazanmış olgu olarak dünyada yerini almıştır. Kitlesele olarak insanları kendine bağlayan, iletişim kurmanın ve birliktelik duygusunun paylaşıldığı etkinlik olarak spor, spor imajı, küresele tüketim, bilgi paylaşımı yapılabilen bir alana dönüşmüştür. 21. yüzyılın önemli ekonomik glerinden biri haline gelmiştir (Yildız ve ark., 2007: 12).

Hayatımızın vazgeçilmez bir parçası haline gelen spor, 11 Mart 2020 itibariyle Dünya Sağlık rgt'nün küresele salgın ilan etmesiyle (wikipedia, 2020), spor endüstrisinin covid-19 pandemi ile tanışmasına neden olmuştur. in'in Wuhan eyaletinde ortaya çıkıp küresele bir yayılma gösteren covid-19 salgını, spor da dahil olmak üzere, birçok sektörün ekonomik anlamda kriz yaşamasına neden olmuştur.

Günümüzde devasa bir ekonomiye ulaşmış olan spor sektörü, dünyanın her ülkesinin milli gelirinde önemli bir paya sahip olmuştur. İstihdam anlamda sporcusundan en alt kademedek çalışanına kadar milyonlarca insana iş imkanı sağlayan, ülke ekonomisine ciddi anlamda katkı sağlayan, sosyal ve kültürel olarak toplumları bir araya getiren spor, salgın sonrası hayatta kalması tüm bu bileşenler için hayati önem taşımaktadır. Covid-19 salgını ile dünya genelinde spor organizasyonları iptal edilmiş, rtelenmiş, kimi ülke ligleri sona erdirilmiş, kimileri ise rtelerek kararı almıştır (Türkmen ve zsarı, 2020: 63). Bu anlamda ekonomik olarak sporun küresele ölçekte ne kadar önemli bir yere sahip olduğunu gözler önüne sermektedir. Türkmen ve zsarı (2020:63), spor endüstrisinin ne derece büyük olduğunu söyle aktarmaktadır:

“Sadece profesyonel spor hizmetlerinin 150 milyar dolara ulaştığı günümüzde, spor malzemeleri, lisanslı ürün, sağlık ve fitness merkezleri gibi alanlarla birlikte spor sektörü toplam 700 milyar dolara yaklaşan bir büyüklüğe sahip. Sponsorluklar, yayın hakları, reklam, yasal ve yasa dışı bahisleri de konunun dahilinde düşündüğümüzde rakam öngörilemeyen devasa boyutlara ulaşıyor. Spor endüstrisinin ulaştığı bu büyük rakamlar, 150 ülkenin milli gelirinden daha fazladır. Deloitte Futbol Para Ligi 2020 Raporuna göre, dünyanın en çok gelir elde eden 20 kulübün gelirlerinin toplamı 2018/2019 sezonunda bir önceki döneme oranla %11'lik artış göstermiş ve 9,3 milyar avroya ulaşmıştır” (Türkmen ve Özsarı, 2020: 63).

Hiç hesapta olmayan bir şekilde ortaya çıkan covid-19 salgını, bütün ekonomik dengeleri alt-üst ederken dünyada sayısız takipçisi ya da tüketicisi olan spor sektörünün daha fazla ekonomik kayıp vermeden geri dönüş yapma isteği, küresel şirketlerin en büyük arzusu olmuştur. Bu anlamda ülkeler spor organizasyonlarını yeniden hayata geçirmek için küresel bazda toplantılar, tele konferanslar gerçekleştirilmiştir. Ülkelerin ve kulüplerin yaşadıkları kayıpları telafi etmek adına yeni çözümler üreterek sporu insanla tekrar buluşturmaya çalıştırılmıştır. Bu anlamda Avrupa'da Fransa (tescil), Galler(tescil), Hollanda (iptal), ve İskoçya (tescil) ligleri dışında, Türkiye'nin de içinde bulunduğu birçok futbol ligi devam etme kararı aldı. "Futbola Dönüş Projeleri" adı altında ülkeler inovatif çalışmalarla spor endüstrisinin yaratmış olduğu bu tüketim ilişkisine kaldığı yerden devam etme kararlılığı göstermiştir. Bu anlamda Almanya futbol ligi ilginç bir uygulamaya öncülük etmiş oldu: "Karton Taraftar Projesi" Borussia Mönchengladbach takımının 51 yaşındaki tv reklam yönetmeni olan taraftarı Ingo Müller, eşinin öncülüğünde, Berlin'deki evinde karantina altında ortaya çıkmıştır. Bu proje kısa zamanda "evde kalın oyunda olun" sloganıyla tüm futbol dünyasında kabul görmüştür. Bu slogan bir projeye dönüştürülerek seyircilerin evde kalarak belirli bir ücret karşılığında kendi yüz resimlerinin olduğu kartonları internet üzerinden ödeme yaptıkları bir uygulama ile taraftarı oldukları kulübün maçında stadyumda koltuklara yerleştirilerek taraftarların takımlarına ekonomik olarak destek olma fırsatı sunmaktadır. Ingo Müller'in girişimiyle spor literatürüne yeni bir terim kazandırılmasının yanı sıra elde edilen gelirin salgınla mücadelede ihtiyacı olan ailelere yardım için kullanılacağı, taraftarları stadyumlardan uzak tutmak için teşvik amacı taşıdığı belirtilmiştir. Diğer yandan salgınla mücadelede ekonomik anlamda zarar gören kulüplere de gelir getirici bir yöntem olarak kullanılacağı vurgulanmıştır (Devecioğlu, 2020: 2). Ekonomik açıdan şartlar ne olursa olsun sporun devam edeceği algısı bu örneklerle bizlere bir kez daha gösterilmektedir.

Küresel salgının yarattığı ekonomik krizi spor olgusu ve beden ilişkisi üzerinden açıklayacak olursak; sporun küresel anlamda ne denli büyük bir sektör haline geldiğini

insan beden sağlığının hiçe sayılarak spor etkinliklerinin ya da diğer bir ifadeyle spor ekonomisinin devam edilmesini isteyen küresel şirketler, yaptıkları milyar dolarlık yatırımların yarattığı kayıp korkusuyla, spor ekonomisinin nedenli önemli olduğunu gözler önüne sermişlerdir. Burada asıl ironik olansa, spor ekonomisinin nesneleri olarak görülen ve sağlıkları hiçe sayıldıkları halde, Covid-19 salgın tehlikesine rağmen bedenlerinin farkında olmayan sporcuların, hiçbir şekilde kendi bedenleri üzerinden söz sahibi olarak görülmemiş olmalarıdır. Çünkü Sporcu bedenleri, bu tüketim olgusunun devamlılığını sağlayan nesnelerdir.

1.2.2. Fitness sporu

Sanayi devrimi sonrası bedenın kısmi özgürleşmesi ile insanlar dış görünüşlerine daha çok önem vermeye başlamışlardır. nceki bölümlerde sosyolojik anlamda bedenın tarihsel yolculuğunda nasıl bir dönüşüme uğradığını, nelerin etkisinde geliştiğini ve nasıl tüketim nesnesi haline geldiğine değinmiştik. Günümüzde Bedenin toplumsal hayattaki önemli konumunu, ekonomik anlamda nasıl temsil edildiğini ya da tüketime nasıl aracılık ettiğini grmştik. Çalışmamızın ikinci bölümünde bedenın sporun bir çeşidi olan fitness olgusunda ele alınışını ve fitness sporunun günümüzün teknolojik ve ekonomik etkenlerle beden üzerinde nasıl bir etki yarattığını anlatmaya çalışacağız. Bu anlamda öncelikle fitness sorunun tanımını, zelliliğini, faylarını ele alacağız daha sonra beden üzerine etkisine bakacağız.

1.2.2.1. Fitness sporunun kapsamı ve gelişimi

Modern ağ ile birlikte hayata bakışı her açıdan değişen insanların, bedenleri üzerinde daha çok söz sahibi olmaya başlamalarıyla birlikte, beden üzerinde istediklerinde değişiklik yapabilmekte, ssleyebilmekte, dış görünüş olarak fark edilmesini sağlamak için daha çok önem vermektedir. Tüketim kültürünün yaratmış olduğu imkanlar sayesinde beden, dış görünüş olarak farklı bir çok ürüne sahip olmaktadır. Kendisi de bir tüketim nesnesi olarak düşünülen beden, kapitalist düzenin yaratmış olduğu yeni dünya düzeninde değerini yitirmemek ve ayakta kalabilmek için, çeşitli yöntemlerle ve uygulamalarla tüketim değerine sahip çıkmak zorunda bırakılmıştır. İşte bu yöntemlerden biri de bedeni formda tutmaya yarayan spor olgusudur.

İnsanlar bedenlerini istenilen şekilde tutmak, dış görünüş olarak albenisi olan, daha zarif, daha bakımlı, güzel ya da daha kaslı olması için birçok farklı yöntem denemek zorunda kalmaktadır. Bunlar: cerrahi müdahale, ilaç kullanımı, akupunktur, spor, diyet tedavisi gibi insanları beden dış görünüşlerini korumak ya da kendilerinin beden algısı nedeniyle ideal gördükleri beden ölçülerine kavuşmak için denedikleri çeşitli yöntemlerdir. İnsanlar bu yöntemleri denerken aynı zamanda sağlık açısından da mantıklı ve kabul edilebilir yöntemleri tercih etme istekleri, son zamanların trendlerinden biri olan fiziksel aktivitelere yönelmelerini sağlamıştır. 90'lı yıllardan itibaren fiziksel aktiviteler, diğer formda kalma ya da vücudu şekillendirme yöntemlerinden daha çok tercih edilebilir hale gelmiştir (Özdemir, 2019: 18).

Aydın'a göre fitness, İngilizce kökenli bir kelimedir ve sözlük anlamı olarak, sağlıklı, bedensel olarak fit görünen ve formda olmak anlamlarına gelmektedir (Aydın, 2019: 8). Fitness, vücudun sahip olduğu ya da dışarıdan müdahale ile elde ettiği, fiziksel uygun olma durumudur.

Özdemir ise fitness'ı, farklı bir spor tarzı olarak, birçok egzersizi bir araya getiren, vücut kaslarının tek tek aletlerle ya da aletsiz uygulamalarla çalışılarak sıklaşması ve güçlendirilmesi amacı taşıyan, kesin bir egzersiz standardı olmayan spor olarak tanımlamıştır (Özdemir, 2019: 4).

1978'lerde Birleşik Devletler' de 3000 özel fitness kulübü mevcut olup 2002'ye geldiğimizde bu sayı 20000'e yükselmiştir. Fitness kültüründeki bu gelişme Avrupa'nın birçok ülkesinde görülmeye başlamıştır. 1970'lerden itibaren fitness endüstrisinin gelişimiyle küresel bir dönüşüme tanık olunmuştur. 19.yüzyıl sonlarında fiziksel kültür olarak nitelendirilen bu endüstri ve kaslı bedenler fikrinin derin kökleri olmuştur ve bu kökleri vücut geliştirme egzersizleri oluşturmaktadır. Erkek vücut alt kültürü olarak başlamıştır ve çağdaş dönemde de devam etmiştir. 1980'lerde kadınların da ağırlık kaldırma sporuyla ilgilenmeye başlaması vücut sporunu daha yaygın hale getirmiştir ve erkek egemen bir kültür olmanın dışına çıkarmıştır. Kadınların çok sert eleştirilere maruz kaldıkları, doğal bedenlere ve cinsiyete karşı geliştirilen kadın kaslı vücudun, bir tehdit oluşturduğu düşünülmüştür (Andreasson ve Johansson, 2013: 2-4).

Kayahan, fitness sporunun Amerika'da başlayıp sonrasında bütün Avrupa'da "Milli Gelişmenin Temeli" sloganı ile yaygınlaştığını, Spor yapmanın ilk adımı olarak görülen ve tüm sporlarında çıkış noktası olarak düşünülen "Vücut Geliştirme" sporu ve beraberinde "Fitness" ve sağlıklı yaşamak için spor yapma olgusunun yerleştiğinin, küçükten büyüğe

kitlesinin çok geniş olduğunu ve insanların evlerinden rahatça yapabilecekleri bir yaşam biçimine dönüşmüş, sağlıklı olmanın anahtarı olan bir spor çeşidi haline geldiğini belirtmiştir (Kayahan, 2016: 321).

1.2.2.2. Fitness merkezleri ve faydaları

İnsanların vücut ve kas geliştirme üzerine yoğunlaştığı 19. yüzyılın sonlarında fitness kültürü ortaya çıkmaya başlamıştır (Aydın, 2019: 34). Sağlıklı bir yaşam sürmek amacıyla ortaya çıkmış fiziksel aktivite çeşitlerinin günümüzde ortaya çıkardığı önemli tüketim sektörlerinden biri fitness yaşam merkezleridir. Fitness merkezleri, profesyonel spor aktivitelerinin dışında yer alan, bünyesinde barındırdığı sporculara yarış amacı taşımayan, sağlıklı, zinde, bedensel olarak fit görünmeleri için hizmet veren kar amacıyla kurulmuş ticari kuruluşlardır. Özdemir'e göre fitness merkezleri, insanların ideal vücut ölçülerine ulaşma arzusuyla birleşmesi sonucu küresel bir yaşam tarzı ve ekonomik pazar alanına dönüşmüştür (Özdemir, 2019: 5). İnsanların bedenlerini istedikleri forma sokabilmek için fiziksel aktiviteye verdikleri önemin her geçen gün artması ve serbest zamanlarına ilgi duymaları, bu merkezlerin oluşan bu boşluğu doldurmak için, geliştirdikleri stratejiler sayesinde gelişim göstermiştir.

Görünü ise, Fitness merkezlerinin insanlar için önemli olan sosyal yönüne vurgu yaparak, İnsanların toplumsal yaşamın getirdiği baskı, stres ve diğer psikolojik ve sosyal olumsuzluklardan kurtulmak amacıyla bu tür spor merkezlerine gitme ihtiyacı duyduğunu, fiziksel ve ruhsal açıdan ihtiyaç haline gelen bu durumu giderme arzusu içinde olduklarını belirtmiştir (Görünü, 2016: 39). Modern yaşamın yarattığı bu olumsuzluklar insanları bedensel ve ruhsal açıdan zorlamakta, insanların fiziksel uygunluklarını bozmaktadır. Fitness merkezleri insanların beden algılarında istendik yönde bir rahatlama sağlarken, öte yandan insanların sosyal varlıklar olarak diğer kullanıcılarla iletişim ve arkadaşlık kurma isteklerini de yerine getirmektedir. Fitness merkezlerinin varlığı insanların yaşadıkları zaman ve mekan problemini de çözmüştür.

Fitness Merkezlerinin kullanıcılarına sağladığı faydalardan bahsedecek olursak, bu sporu düzenli bir alışkanlık haline getiren bireylerin vücut dirençleri arttığı için az hastalandıkları, sürekli egzersiz yaptıkları için daha enerjik oldukları, psikolojik açıdan kendilerini rahat ve zinde hissettikleri belirtilmektedir. Sağlanan bu faydaların yanı sıra, kuvvet, dayanıklılık, esnek olma, stresle başa çıkma, beden algılarındaki olumlu değişim,

yaşam kalitesinin artması ve sosyal yaşantılarını düzenlenmesi gibi faydalar sağladığı vurgulanmaktadır (Özdemir, 2019: 5).

1.2.2.3. Fitness merkezlerinde verilen hizmetler

Sağlık ve spor sektörü dünya çapında hızla büyüyen bir endüstridir. Dünya çapında giderek yaygınlaşan ve ekonomik anlamda devasa bir getirisi olan fitness merkezleri, artan tüketici taleplerini ve müşterilerin yüksek hizmet beklentisini karşılamak fitness merkezleri yöneticilerini müşteri hizmetlerine odaklanmaya sevk etmiştir. Rekabetin yüksek olduğu bu tür endüstrilerde, müşterinin alması gereken en iyi hizmetin oluşturulması, kurumun ayakta kalması ve başarıyı yakalaması için zorunludur. Bu alanda yapılan çalışmalar, müşterilerin karlılığı ve devamlılığının sağlanması en iyi şekilde hizmet vermenin temel faydaları olduğunu ortaya koymuştur (Afthinos ve ark., 2005: 1-4). Fitness merkezlerinin verdiği hizmetten memnun olan müşterilerin aynı yerde kalmaya devam etmesi ve bunu çevresine önererek kuruma müşteri kazandırması, kurumun devamlılığı ve ekonomik anlamda kazanç elde etmesi açısından önem taşımaktadır.

Fitness merkezlerinde müşteriye farklı birçok hizmet verilmektedir. Müşteriler fitness merkezlerinde, spor yapacakları ekipmanlardan, grup hizmetinden, bireysel antrenörlerden ve sunulan diğer hizmetlerden yararlanmaktadır. Spor ekipmanları olarak, ağırlık istasyonları, bisiklet, koşu bandı, kürek makineleri ve mekik aletleri yer almaktadır. Bu ekipmanların bazıları günümüz ev teknolojisinin tasarımı ile sahip olunabilen ve evlerde kullanılabilen aletlerdir. Bunların dışında kullanıcının tüm bedenini çalıştırabileceği çeşitli ekipmanlarda da bulunabilmektedir. Müşterinin bireysel çalışma imkanı bulmasının dışında sosyal yönü düşünülerek ilişki kurabileceği ve iletişim sağlayarak spor zamanını daha eğlenceli geçirmesi için, grup çalışmaları da sunulan diğer hizmet çeşitlerindendir. Egzersiz grupları, pilates grupları, yüzme grupları, yoga grupları gibi faaliyetler, işletmelerin sahip olduğu müşteri popülasyonunu korumak ve yeni müşteriler kazanmak için sunulan hizmetlerdir. Fitness merkezlerinin çoğu, müşterilerine daha iyi hizmet sunabilmek için egzersizleri kişiselleştiren ve beslenme, kilo koruma gibi konularda tavsiyelerde bulunabilecek kalifiye eğitmenlere sahiptirler. Ayrıca fitness salonlarında spa, sauna, solaryum gibi farklı hizmetler de verilebilmektedir (Aydın, 2019: 36).

Özkan, fitness salonlarındaki müşteri memnuniyetini şu şekilde açıklar:

“Genellikle özel fitness klübü müşterileri, teknik ekipman, personelin dış görünüşü, mimari, soyunma odaları, temizlik, uniforma logoları, dergi ve gazeteler ve klübün genel imajı gibi fiziksel hizmet kalitesi faktörü için yüksek beklenti içerisinde. İkinci önemli faktör, personelin sertifika ve öğrenimlerini içeren bilimsel bilgisi, davranış ve hareketleri, yenilikleri takip etmeleri ile müşteride oluşturabilecekleri güven duygusudur. Güven duygusu ağızdan ağıza yayılma ve satın alma dürtüsünü önemli ölçüde etkiler. Üçüncü önemli faktör açılış-kapanış saatleri, derslerin zamanında başlayıp bitmesi, müşteri şikayetleri ile doğrudan ilgilenilmesi gibi verilen sözlerin tutulması ile oluşacak sadakat- bağlılık faktörüdür.” (Özkan, 2013: 22).

Özetlemek gerekirse, fitness merkezleri kendi geleceklerini sağlama almak adına, hem gelişen ve değişen teknolojik yenilikleri, spor çeşitlerini ve ekipmanlarını takip etmek durumundalar hem de ekonomik anlamda iyi bir kazanç sağlayan bu sektörün en önemli kaynağı olan müşterinin memnun olması ve devamlılığını sağlaması adına, hizmet faktörünün gereklerini yerine getirmek durumundalar.

1.2.3. Fitness sporu ve beden algısı

Tüketim kültürünün toplumsal hayat üzerinde yaratmış olduğu etki üzerine, insanlar son zamanlarda bedenlerinin diğer insanlar tarafından dışarıdan nasıl göründükleri ya da nasıl algılandıkları önemli bir hal almıştır. Bu durum sosyal bilimlerin son dönem çalışmalarında sıklıkla durdukları konular arasında yer almaktadır. İnsanların kendi bedenlerinden hoşnut olma ya da olmamanın asıl nedenleri olarak bedenlerini nasıl algıladıkları düşüncesidir. Bu düşünceler kimi zaman beden algısı ile uyumluluk gösterirken kimi zaman ise, algılanan beden ile sahip olunan beden arasında düşünce ve duygu anlamında farklılıklar oluşabilmektedir. İnsanların beden algısını etkileyen tüketim unsurlarından biri de spor olgusudur. Eraslan ve Aydoğan'a göre, son zamanlarda beden algısı ve spor bağlamında yapılan çalışmalarda, insanların spor yapmasında beden algılarını ve memnuniyetini olumlu yönde etki ettiği görülmüştür (Eraslan ve Aydoğan, 2016: 52). Öte yandan vücut geliştirme ve fitness salonlarında spor yapanların bedenlerinden memnun olma düzeylerinin demografik değişkenlerin yer aldığı araştırmaların literatürde yeterli sayıda olmadığı görülmektedir.

1.2.3.1. Fitness sporunun beden üzerine etkisi

Sürekli hale getirilen bir program çerçevesinde sürdürülen aktivitelerin, fiziksel ve ruhsal sağlık açısından birçok faydası olduğu bilinmektedir. Kardiyo vasküler uygunluğu iyileştirdiği, insan ömrünün uzadığı, bedenin yapısındaki eklemlerin sağlık açısından

korunmasına yardımcı olduğu ve bazı hastalık risklerini azalttığı gösterilmiştir. İnsanların ruhsal yapısı açısından da fiziksel aktiviteye katılım, anksiyetelerin azalmasına, stres odaklı rahatsızlıkların ve depresyonun azalmasına önemli ölçüde katkı sağladığı araştırmalar ile ortaya konmuştur. Fitness sporu ile yapılan egzersizlerin insan bedenine enerji verdiği, bedene rahatlık sağladığı ve insanın benlik saygısını arttırdığı belirtilmiştir (Prichard ve Tiggemann, 2008: 1-3).

Kişiliğin bir parçası olarak nitelendirilen beden algısı, insandan insana farklılık gösteren ve insanların tanımlanmasında etken olan özellikler olarak betimlenmiştir. İnsanın kendini algılaması, sahip olduğu bedensel yapısından, dış görünüşünden memnuniyet duyması ve diğer insanlar tarafından kendi bedeni hakkında edindiği olumlu değerlendirmelerdir. İnsanlar, iyi bir beden algısına sahip olmak istemektedirler. İnsanların beden algısını önemli görmelerinin altında çeşitli etkenler barınmaktadır. Görsel iletişim aygıtlarının insanların hayatlarının içinde olması ve insanların bu iletişim araçlarına zaman gözetmeksizin maruz kalması, insan hayatının gösterilen sunulardan ve verilen mesajlardan etkilenmesine sebep olmuştur (Karagöz ve Karagün, 2015: 35). İnsan bedeni üzerinde etkisini gösteren televizyon, gazete ve internet gibi iletişim araçları, tüketim kültürüne insanları adapte ederek hizmet etmektedir. Gösterimlerde kusursuz vücutlar, yüzler, ideal beden ölçülerine sahip kadın ve erkekler, bunun en iyi örnekleridir. Bununla birlikte sunulan ideal bedenlere spor yaparak ulaşabilecekleri izlenimi yaratmak insanların bu yönde davranış sergilemelerine neden olmuştur.

Karagöz ve Karagün yaptıkları çalışmada egzersiz yapma ile beden imgesi arasındaki ilişkiye şöyle değinmektedirler:

“Egzersiz yapma ile benlik saygısı ve beden imgesi arasında dolaylı bir ilişki olabileceği gibi, spora katılımın da, kişinin bedeninden elde ettiği doyumunu, görünüş yönelimini, fiziksel yeterliliğini, bedene ilişkin tutumlarını, duygu ve davranışlarını ve kişinin kendi bedenine yönelik olumlu yönde bir algı gelişiminde etkili olduğu. Beden alanlarındaki doyum üzerindeki bu olumlu etkinin; beden imajını da olumlu yönde desteklediği ortaya konmuştur” (Karagöz ve Karagün, 2015: 35).

Araştırmacılar egzersiz yapan bireylerin egzersiz yapamayanlardan daha olumlu bir beden imajına sahip olduklarını bulmuşlardır. Aynı zamanda egzersiz yapanların egzersiz yapmayanlardan daha kötü beden imajına sahip olduğunu ortaya koymuşlardır (Henry ve ark., 2006: 281).

Özetlemek gerekirse, yaşadığımız çağda spor da diğer tüketim araçları gibi bedenimiz üzerine doğrudan ya da dolaylı olarak etkide bulunan, sosyal ve psikolojik

anlamda bizim iyi hissetmemizi sağlayan önemli bir olgudur. İnsanlar, sporun bir türü olan ve insanlara geniş imkanlar, seçenekler sunan fitness, insanların bedenlerini algılanmak istendikleri yönde ya da insanların zihinlerindeki ideal beden ölçülerine ulaşmasında, belirli bir tüketim değeri karşılığında hizmet sunan önemli bir araçtır.



2. MATERİYAL VE METOT

Bu araştırmada, Sosyolojik bağlamda fitness spor salonlarına bireylerin başvuru nedenleri ile beden algısı arasındaki ilişki inceleneceğinden, araştırma nicel yöntemle dayalı tarama modeli kapsamında “betimsel araştırma” yöntemi kullanılarak desenlenmiştir. Tarama deseni araştırmada belirlenen evren içinden seçilen örneklem üzerinde gerçekleştirilen çalışmalar neticesinde evrenin tümü hakkındaki davranış ve görüşlerin nicel veya sayısal olarak ortaya konmasını sağlar. Araştırmacının örneklemde elde ettiği veriler sonucunda evren hakkında çıkarımlarda bulunur (Demir, 2018: 75-90).

Betimsel araştırma tekniklerinden biri olan anket, kısa bir zaman dilimi içinde evreni temsil edecek birçok katılımcıdan veri toplama yöntemidir. Katılımcılar kendilerine sunulmuş form aracılığı ile belirlenmiş olan bir konuda düşünce, tutum ve davranışlarını, belirli bir sıra ve yapıda oluşturulmuş sorulara cevap vererek gerçekleştirir (Gülbüz ve Şahin, 2014: 271).

Çalışmada anket ve ölçek yönteminin seçilmesindeki amaç kısa bir zaman dilimi içerisinde evreni temsil eden çok sayıda katılımcıya ulaşmak bakımından ideal bir veri toplama aracı olmasıdır. Evreni temsil eden örneklem üzerinden anket uygulanması evrene ulaşmak bakımından da uygun bulunmaktadır.

Çalışmanın evrenini, Bursa ilinde yaşayan, fitness spor salonlarında spor yapan ve 15-60 yaş grubundaki kişiler oluşturmaktadır. Örneklem ise, Yıldırım ve Nilüfer ilçelerinde Seçilen birkaç fitness merkezlerine katılan toplam 118 kişiden oluşturmaktadır. Örneklemimizi ise, olasılıksız rastgele örnekleme yöntemi ile çalışmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden toplam 118 kişiden oluşturmaktadır.

2.1. Verilerin Toplanması

Veriler araştırmacı tarafından, fitness spor salonlarında spor yapan bireyler ile yüz yüze görüşme tekniği ile toplandı. Katılımcılara araştırmanın amacı, kimler tarafından yapıldığı, anketi doldururken kimlik bilgilerin istenmediği, verilerin gizli tutulacağı konusunda bilgi verilerek sözlü onayları alındı. Kişisel bilgi formu, çalışma anketi ve beden algısı ölçek formunun doldurulması her birey için yaklaşık 10 dakika sürmüştür.

2.2. Veri Toplama Araçları

Veri toplama araçları üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde, araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu, ikinci bölümde "Beden Algısı Ölçeği" ve üçüncü bölümde ise Fitness Sporu ve Beden algısı arasındaki ilişkiyi belirlemek için, araştırmacı tarafından literatür taranarak geliştirilen "Çalışma Anket " sorularından oluşmaktadır.

2.2.1. Kişisel bilgi formu

Kişisel Bilgi Formu toplam 12 sorudan oluşmuştur ve formda yaş, cinsiyet, eğitim durumu, medeni durum, kilo, boy, alkol, sigara kullanımı, fiziksel kısıtlılıklar ve kronik hastalıklar ile ilgili sorular yer almaktadır.

2.2.2. Beden algısı ölçeği

Beden Algısı Ölçeği 1953 yılında Secord ve Jourand tarafından geliştirilmiştir (Secord and Jourand, 1953). Söz konusu ölçek Hovardaoğlu tarafından 1993 yılında geçerlik ve güvenirliği yapılarak Türk toplumuna uyarlanmıştır. Hovardaoğlu tarafından bu ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı 0.91 olarak hesaplanmıştır. Ronbach's Alpha değeri 0.93 olarak hesaplanmıştır (Hovardaoğlu, 1993). Ölçek, kişilerin bedenlerindeki çeşitli kısımlardan ve çeşitli beden işlevlerinden hoşnutluk düzeylerini ölçmeyi amaçlayan 40 maddeden oluşan beş dereceli likert tipi bir ölçme aracıdır 32 (1=Hiç beğenmiyorum ile 5=Çok beğeniyorum). En olumlu ifade 5 puan, en olumsuz ifade ise 1 puan almaktadır. Ölçekten alınan toplam puan, bireyin verdiği yanıtlara karşılık gelen puanların toplamı ile hesaplanmaktadır. Buna göre, alınabilecek en düşük toplam puan 40, en yüksek toplam puan 200'dür. Ölçekten alınan toplam puanın artması, kişinin vücut bölümlerinden ya da işlevinden duyduğu memnuniyetin artmasını, puanın azalması ise memnuniyetin azalmasını belirtmektedir. Ölçeğin kesme puanı 135 olup, 135 altında puan alanlar beden algısı düşük grup olarak tanımlanmıştır. Araştırmada beden algısı ile ilgili bulgular değerlendirilirken ortalama beden algısı puanının düşük ve yüksek olması durumuna göre değerlendirme yapılacaktır (Hovardaoğlu, 1993: 26-27).

2.2.3. Çalışma anketi

Araştırmacı tarafından literatür incelenerek hazırlanan ve sosyolojik bağlamda beden algısı ile fitness sporu arasındaki ilişkiyi inceleyen sorulardan oluşmaktadır.

2.3. Verilerin Değerlendirilmesi

İstatistiksel analizler için NCSS (Number Cruncher Statistical System) 2007 (Kaysville, Utah, USA) programı kullanıldı. Çalışma verileri değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel metotların (Ortalama, Standart Sapma, Medyan, Frekans, Oran, Minimum, Maksimum) yanı sıra verilerin dağılımı Shapiro-Wilk Testi ile değerlendirilmiştir. Niceliksel verilerin normal dağılım göstermeyen üç ve üzeri grup karşılaştırmasında Kruskal Wallis testi, iki grup karşılaştırmasında ise Mann Whitney U testi kullanıldı. Niceliksel verilerin arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Spearman korelasyon testi kullanıldı. Anlamlılık $p < 0.01$ ve $p < 0.05$ düzeylerinde değerlendirilmiştir.

2.4. Araştırmanın Etik Boyutu

Araştırmaya başlamadan önce araştırmanın yürütülebilmesi için araştırmanın yapılmasını kabul eden fitness spor salonlarından kurum izni alınmıştır ve izin belgeleri ek kısmında yer almaktadır. Araştırmanın yürütülmesinde herhangi bir kuruluştan destek alınmamıştır.

3. BULGULAR VE TARTIŞMA

Bu çalışmanın sonuçlarında katılımcıların demografik özelliklerinin betimsel analizine, ve beden algısı puan ortalamalarının cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, gelir düzeyi, hastalık durumu, sigara ve alkol kullanımı gibi değişkenlere göre ilişkisini gösteren Kruskal Wallis analizi sonuçlarına, Beden Algısı Ölçeğinin madde bazında istatistiksel analizine ve anket sorularının madde ortalamalarına göre betimsel analiz sonuçlarına ve buna ait korelasyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir. Aşağıdaki Tablo 3.1’de katılımcıların demografik özelliklerinin betimsel analizi verilmiştir.

Tablo 3.1. Katılımcıların demografik özelliklerinin dağılımı

Değişken		n	%
Cinsiyet	Kadın	46	39,0
	Erkek	72	61,0
Medeni Durum	Evli	22	18,6
	Bekar	96	81,4
Eğitim Durumu	Ortaöğretim	13	11,0
	Lise	31	26,3
	Önlisans	24	20,3
	Lisans	45	38,1
	Lisansüstü	3	2,5
	Doktora	2	1,7
Gelir Durumu	1000 TL ve Altı	22	18,6
	1001-2000 TL	12	10,2
	2001-3000 TL	22	18,6
	3000 TL ve Üzeri	59	50
Hastalık Durumu	Yok	108	91,5
	Var	10	8,5
Fiziki Engel	Yok	118	100
Sigara İçme Durumu	Hayır	79	66,9
	Evet	39	33,1
Alkol Kullanım Durumu	Hayır	92	78,0
	Evet	26	22,0

Katılımcıların %39'u (n=46) kadın iken, %61'i (n=72) erkektir. Katılımcıların, %18,6'sı (n=22) evli iken %81,4'ü (n=96) bekaardır. Katılımcıların %11'i (n=13) ortaöğretim mezunu iken, %26,3'ü (n=31) lise, %20,3'ü (n=24) ön lisans, %38,1'i (n=45) lisans, %2,5'i (n=3) lisansüstü ve %1,7'si (n=2) doktora mezunudur. Katılımcıların %18,6'sı (n=22) 1000TL ve altı geliri var iken, %10,2'si (n=12) 1001-2000TL %18,6'sı (n=22) 2001-3000TL ve %50'si (n=59) 3001TL ve üzeridir. Katılımcıların %91,5'i (n=108) hasta değil iken, %8,5'i (n=10) hastadır. Katılımcıların %100'ü (n=118) fiziksel engelli değildir. Katılımcıların %66,9'u (n=79) sigara içmiyor iken, %33,1'i (n=39) içmektedir Katılımcıların %78'i (n=92) alkol kullanmıyor iken, %22'si (n=26) kullanmamaktadır. Tablo 3.2'de ise beden algısı ölçeğinin betimsel analizi sunulmaktadır.

Tablo 3.2'de Demografik Özelliklerine göre Ölçüm Ortalamalarının Betimsel Analiz Sonuçları verilmektedir.

Tablo 3. 2. Demografik özelliklerine göre ölçüm ortalamalarının betimsel analiz sonuçları

	Ort±Ss	Min-Max (Median)
Yaş	26,81±8,14	16-57 (25)
Kilo	72,42±14,88	43-125 (71)
Boy	172,52±8,59	150-193 (175)
Beden Kitle İndeksi	24,26±4,51	16,8-43,25 (23,6)
Aktif Spor Yapma Süresi (Yıl)	3,84±4,6	1-22 (1,5)
Beden Algısı Ölçek Toplam Puanı	164,42±22,49	113-200 (163,5)

Tablo 3.2'ye göre katılımcıların yaşı 16 ile 57 arasında değişmekte olup, ortalama değeri 26,81±8,14 bulunmuştur. Katılımcıların kilo değeri 43 ile 125 arasında değişmekte olup, ortalama 72,42±14,88 bulunmuştur. Boyları ise 150 ile 193 cm arasında değişmekte olup, ortalama 172,52±8,59 bulunmuştur. Beden kitle indeksi değerleri 16,8 ile 43,25 arasında değişmekte olup, ortalaması 24,26±4,51 bulunmuştur. Katılımcıların aktif spor yapma süresi 1 ile 22 arasında değişmekte olup, ortalaması 3,84±4,6 bulunmuştur. Beden algısı ölçek toplam puanı 113 ile 200 arasında değişmekte olup, ortalaması 164,42±22,49 olarak bulunmuştur.

Tablo 3.3. Demografik özelliklerine göre ölçüm ortalamalarına ait korelasyon analizi sonuçları

		YAŞ	Beden Kitle İndeksi	Aktif Spor Yapma Süresi	Beden Algısı Ölçeği
YAŞ	r	1			
	p	-			
Beden Kitle İndeksi	r	,198	1		
	p	0,031*	-		
Aktif Spor Yapma Süresi	r	,269	0,02	1	
	p	0,003**	0,828	-	
Beden Algısı Ölçeği	r	-0,021	0,103	0,176	1
	p	0,825	0,268	0,057	-

Spearman's Korelasyon *p<0,05 **p<0,01

Tablo 3.3'te verilen korelasyon analizi sonuçlarına göre, katılımcıların yaşı ile beden kitle indeksi arasında pozitif yönde ve zayıf düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=0,2$; $p<0,05$). Yaş ile aktif spor yapma süresi arasında pozitif yönde ve zayıf düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=0,27$; $p<0,01$). Diğer parametreler arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 3.4. Beden algısı ölçeğinin iç tutarlılığı

Madde Sayısı	40
Ortalama ve Standart Sapma	164,42±22,49
Cronbach Alfa Değeri	0.94

Beden algısı ölçeğinin iç tutarlılığına ilişkin bulgular Tablo 3.4.'te görülmektedir. Ölçeğin ortalamasının $164,42 \pm 22,49$; iç tutarlılık katsayısının ise 0.94 olduğu saptanmıştır.

Tablo 3.5'te katılımcıların cinsiyetine göre beden algısının farklılaşıp farklılaşmadığını göstermektedir.

Tablo 3.5. Katılımcıların cinsiyetine göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması

	N		Ort±Ss	Min-Max (Median)	^a p
Cinsiyet	Kadın	46	161,17±22,4	113-200 (158)	0,221
	Erkek	72	166,5±22,45	113-200 (169)	

^aMann Whitney U Testi * $p<0,05$ ** $p<0,01$

Tablo 3.5 incelendiğinde erkek katılımcıların beden algısından aldıkları puanların ortalamasının kadın katılımcılarınkinden fazla olduğu görülmektedir. Katılımcıların cinsiyete göre beden algıları incelendiğinde, kadın ve erkek katılımcılar arasında beden algıları puan ortalamaları açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 3.6 katılımcıların medeni durumuna göre beden algısının farklılaşıp farklılaşmadığını göstermektedir.

Tablo 3.6. Katılımcıların medeni duruma göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması

	N		Ort±Ss	Min-Max (Median)	^a p
Medeni Durum	Evli	22	166,91±22,61	120-200 (169)	0,552
	Bekar	96	163,85±22,54	113-200 (162)	

^aMann Whitney U Testi * $p<0,05$ ** $p<0,01$

Tablo 3.6’da görüldüğü üzere, evli ve bekar katılımcıların arasında beden algıları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Buna rağmen, evli katılımcıların beden algısı puan ortalamalarının bekar katılımcılardan fazla olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3.7’ de katılımcıların eğitim durumuna göre beden algısı ortalama puan ortalamalarını ve eğitim durumuna göre beden algılarının farklılaşıp farklılaşmadığını göstermektedir.

Tablo 3.7. Katılımcıların eğitim durumuna göre beden algısı ölçeğın karşılaştırılması

		N	Ort±Ss	Min-Max (Median)	^b p
Eğitim Durumu	Orta Öğretim	13	167,31±17,31	136-192 (170)	
	Lise	31	168,77±26,81	117-200 (180)	
	Lisans	45	167,21±20,25	113-197 (166,5)	0,2
	Ön Lisans	24	158,04±20,92	113-200 (154)	12
	Lisansüstü	3	173±22,65	149-194 (176)	
	Doktora	2	175,5±33,23	152-199 (175,5)	

^bKruskall Wallis Testi * $p<0,05$ ** $p<0,01$

Tablo 3.7 incelendiğinde, beden algısı puan ortalaması en yüksek olan katılımcıların lisansüstü ve doktora yapan katılımcılar olduğu göze çarpmaktadır. Ayrıca, eğitim durumuna göre beden algısı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı da tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Tablo 3.8’de katılımcıların gelir durumuna göre beden algısı puan ortalamaları ve gelir durumuna göre beden algılarının değişip değişmediği sunulmaktadır.

Tablo 3.8. Katılımcıların gelir durumuna göre beden algısı ölçeğının karşılaştırılması

		N	Ort±Ss	Min-Max (Median)	^b p
Gelir Durumu	1000 TL ve Altı	22	160,82±26,95	113-200 (158)	
	1001-2000 TL	12	161,67±21,99	131-200 (154,5)	
	2001 TL-3000 TL	22	171,55±18,24	134-200 (170,5)	0,401
	3001 TL ve Üzeri	59	164,19±22,2	113-200 (168)	

^bKruskall Wallis Testi * $p<0,05$ ** $p<0,01$

Tablo 3.8’de gelir düzeyi 2001-3000 TL ve üzeri olan katılımcıların beden algısı puan ortalamasının en yüksek, gelir düzeyi 1000 TL ve altı olanların ise en düşük olduğu görülmektedir. Gelir durumuna göre beden algısı puan ortalamalarının farklılaşmadığı yani gelir durumuna göre katılımcıların beden algısı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Tablo 3.9’da katılımcıların hasta olup olmama durumuna göre beden algısı puan ortalamalarını ve hasta olan ve olmayan katılımcıların beden algıları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olup olmadığını göstermektedir.

Tablo 3.9. Katılımcıların hastalık duruma göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması

		<i>N</i>	<i>Ort±Ss</i>	<i>Min-Max (Median)</i>	<i>^ap</i>
Hastalık Durum	Yok	108	164,19±22,47	113-200 (161)	0,747
	Var	10	166,33±25,07	122-200 (176)	
<i>^aMann Whitney U Testi *p<0,05 **p<0,01</i>					

Tablo 3.9'a göre hastalık durumu olan katılımcıların beden algısı puan ortalamalarının olmayanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca, hastalık durumu olan ve olmayan katılımcılar arasında beden algısı puan ortalamalarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı da tespit edilmiştir ($p>0.05$).

Tablo 3.10'da katılımcıların sigara içip içmeme durumuna göre beden algısı puan ortalamalarını ve sigara içip içmeyenler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olup olmadığını göstermektedir.

Tablo 3.10. Katılımcıların sigara içme duruma göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması

		<i>N</i>	<i>Ort±Ss</i>	<i>Min-Max (Median)</i>	<i>^ap</i>
Sigara İçme	Hayır	79	161,44±22,62	113-200 (159)	0,037*
	Evet	39	170,46±21,24	113-200 (173)	
<i>^aMann Whitney U Testi *p<0,05 **p<0,01</i>					

Tablo 3.10'a göre sigara içen katılımcıların beden algısı puan ortalamalarının sigara içmeyenlerinkinden daha yüksek olduğu, sigara içen ve içmeyen katılımcılar arasında beden algısı puan ortalamalarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p=0,037$; $p<0,05$).

Tablo 3.11'de ise katılımcıların alkol kullanımına göre beden algısı puan ortalamaları ve alkol kullanımına göre beden algısı puan ortalamaları arasından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığı verilmektedir.

Tablo 3.11. Katılımcıların alkol kullanımına göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması

		<i>N</i>	<i>Ort±Ss</i>	<i>Min-Max (Median)</i>	^a <i>p</i>
Alkol Kullanımı	Hayır	92	164,39±22,12	113-200 (162)	0,964
	Evet	26	164,54±24,21	113-200 (170)	

^a*Mann Whitney U Testi *p<0,05 **p<0,01*

Tablo 3.11'e göre alkol kullanan ve kullanmayan katılımcıların beden algısı puan ortalamalarının nerdeyse eşit değerde olduğu ve dolayısıyla alkol kullanan ve kullanmayan katılımcılar arasında beden algısı puan ortalamaları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($p>0,05$).

Tablo 3.12'de çalışma anketinin her bir maddesinin betimsel analizini ve ölçekteki her bir madde için katılımcıların verdikleri yanıtlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığı verilmektedir.

Tablo 3.12. Çalışma anketinin madde bazında istatistiksel analizi

	<i>N</i>		<i>Ort±Ss</i>	<i>Min-Max (Median)</i>	^a <i>p</i>
Madde 1	Kararsızım	1	157±0	157-157 (157)	0,725
	Evet	117	164,49±22,57	113-200 (164)	
Madde 2	Hayır	1	120±0	120-120 (120)	0,016*
	Kararsızım	3	132,33±14,19	117-145 (135)	
	Evet	114	165,66±21,77	113-200 (165)	
Madde 3	Hayır	17	167,47±23,99	120-200 (170)	0,071
	Kararsızım	18	153,61±18,2	117-189 (153)	
	Evet	83	166,14±22,59	113-200 (170)	
Madde 4	Hayır	69	161,14±22,5	113-200 (159)	0,016*
	Kararsızım	27	162,89±21,07	113-196 (161)	
	Evet	22	176,59±20,88	134-200 (182)	
Madde 5	Hayır	33	155,45±23,66	113-200 (155)	0,008**
	Kararsızım	24	161,25±19,11	126-194 (164,5)	
	Evet	60	170,42±21,64	113-200 (174,5)	
Madde 6	Hayır	28	164,75±21,54	113-196 (164,5)	0,060
	Kararsızım	26	156±20,84	117-197 (152,5)	
	Evet	64	167,7±22,97	113-200 (171,5)	
Madde 7	Hayır	38	160,76±20,89	122-197 (158)	0,055
	Kararsızım	16	154,13±26,61	113-196 (157,5)	

	Evet	64	169,17±21,37	120-200 (171,5)	
Madde 8	Hayır	17	163,12±17,79	120-194 (164)	0,482
	Kararsızım	17	156,94±26,47	113-196 (155)	
	Evet	83	165,89±22,35	120-200 (168)	
Madde 9	Hayır	21	161,29±23,46	113-194 (160)	0,276
	Kararsızım	17	158,18±23,67	117-200 (152)	
	Evet	80	166,58±21,92	113-200 (167)	
Madde 10	Hayır	58	160,22±22,3	113-200 (157)	0,055
	Kararsızım	22	163±23,96	113-200 (167)	
	Evet	38	171,66±20,61	131-200 (177)	
Madde 11	Hayır	7	176,14±17,17	152-194 (177)	0,243
	Kararsızım	16	158,44±26,73	113-200 (157)	
	Evet	95	164,57±21,92	113-200 (164)	
Madde 12	Hayır	79	165,24±20,41	120-200 (161)	0,092
	Kararsızım	21	154,9±26,85	113-200 (154)	
	Evet	18	171,94±23,38	122-200 (179,5)	
Madde 13	Hayır	44	161,66±22,58	113-200 (158)	0,147
	Kararsızım	29	160,79±24,78	113-197 (157)	
	Evet	45	169,47±20,33	120-200 (172)	
Madde 14	Hayır	44	161,68±23,61	113-200 (161)	0,554
	Kararsızım	21	164±18,97	133-193 (157)	
	Evet	53	166,87±22,93	113-200 (170)	
Madde 15	Hayır	92	162,22±22,71	113-200 (161)	0,023
	Kararsızım	11	161,73±18,92	134-194 (153)	
	Evet	14	179,36±18,53	149-200 (180,5)	
Madde 16	Hayır	71	165,87±21,57	113-200 (168)	0,059
	Kararsızım	17	153,41±18,15	120-193 (152)	
	Evet	29	166,9±25,9	113-200 (172)	

^a*Mann Whitney U Testi *p<0,05 **p<0,01*

Tablo 3.12 incelendiğinde, çalışma anketine ait 16 maddenin 2., 4., 5. ve 15. maddelerinde katılımcıların verdikleri yanıtlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

3.1. Bulguların Tartışılması

3.1.1. Demografik bulgularının tartışılması

Katılımcıların %39'u (n=46) kadın iken, %61'i (n=72) erkek olmak üzere toplam 118 katılımcı ile anket yapılmıştır. Araştırmanın cinsiyet dağılımına baktığımızda, erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla sayıca fazla olmaları, kadının toplumsal alandaki spor merkezlerinde kendisine henüz yeterince bir alan ayrılmadığı düşüncesiyle erkek egemen spor salonlarına katılmakta sıkıntılar yaşayacağı endişesi taşıdığı sonucuna varılabilir. Ayrıca sosyal ve kültürel çevrenin cinsiyet üzerine etkisini de düşünecek olursak, spor salonlarının bulunduğu çevrenin sosyo-kültürel yapısı bu durumun oluşmasında etkili olabilir. Literatürde bu sayısal farklılık, kadın ve erkeğin fizyolojik ve biyolojik yapısının spora uygunluğu ile açıklanmıştır. Koca ve Bulgu'ya göre, spor etkinlikleri fiziksel açıdan yüksek performans, güç, spora uygun fiziksel yapı, yetenek, dayanıklılık, başarı gibi kavramlarla tanımlandıkça ve bu tanımlamaların dışında kalanlar dışlandıkça, kadın ve erkek arasındaki biyolojik farklılık normal olarak algılanır ve kadın sahada ikincil konuma itilmiş olur (Koca ve Bulgu, 2005). Günümüz spor kültürü, erkeğin kaslı bedeninin kadın karşısında yarattığı üstünlük ve güç eksenli anlayışıyla gelişmiştir. Bu erkek egemen anlayışın etkisi karşısında kadınlar, spor aktivitelerine katılma konusunda çekingen davranıp, bu faaliyetten uzun süre yoksun kalmışlardır (Yüksel, 2014). Sağiroğlu ve Ayar ise yaptıkları çalışmada, egzersize güdülenmede cinsiyete bağlamında farklılık olan ve olmayan araştırmalara göre, kadınların daha az sosyal ilişki ve fiziksel görünüm gibi nedenlerle fitness yaptıklarını, öte yandan erkeklerin daha farklı davranarak, rekabet ve kendilerini yeterli görmek gibi içsel güdülerle egzersiz yaptıkları belirlenmiştir (Sağiroğlu ve Ayar, 2017).

Katılımcıların, %18,6'sı (n=22) evli iken %81,4'ü (n=96) bekarıdır. Katılımcıların aile içi yapısı, ekonomik durum, yeterli zamanın olup-olmama durumu eşlerin spor yapmasında etkili olduğu öngörülmektedir. Yine toplumsal ve kültürel anlamda ailenin geleneksel yapısı, kültürel tutumu ve spora bakış açısı, evli çiftlerin fitness salonuna gitmelerinde olumsuz etken oluşturduğu düşünülmektedir. Bekar katılımcılar fitness salonlarına sosyalleşmek amacıyla katılım gösterebilmektedirler.

Katılımcıların %11'i (n=13) ortaöğretim mezunu iken, %26,3'ü (n=31) lise, %20,3'ü (n=24) ön lisans, %38,1'i (n=45) lisans, %2,5'i (n=3) lisansüstü ve %1,7'si (n=2) doktora

mezunudur. Katılımcıların eğitim düzeyine göre, fitness salonlarına gitme yönündeki eğilimlerine sayısal veri anlamında baktığımızda, lise, önlisans ve lisans eğitim kademelerinde yığılma gözlenmektedir. Bunun nedeni genç yaş grubunun bu eğitim kademelerinde dağılmış olması ve bu yaş grubundaki kişilerin spor yapma eğiliminin kendini gösterme, ön planda olma, bedeni sergilenen bir araç olarak görmesi düşünülebilir. Benzer çalışmalara baktığımızda, Yetim (2014: 121)'in yaptığı çalışmada, katılımcıların genellikle öğrenciler olduğu ve bu kesimin bekar kişiler olarak daha özgüvenle spor yapmaya katılım gösterdiklerini belirtmiştir.

Katılımcıların %18,6'sı (n=22) 1000TL ve altı geliri var iken, %10,2'si (n=12) 1001-2000TL %18,6'sı (n=22) 2001-3000TL ve %50'si (n=59) 3001TL ve üzeridir. Katılımcıların gelir düzeyi hem gidecekleri fitness salonun sosyo-kültürel seviyesini, şehirdeki konumunu ve fitness merkezinin hizmet kalitesini belirlerken, öte yandan insanların gelir durumları ölçüsünde hizmet alacaklarını ve hizmete sahip olup olmayacaklarını da belirler. Bu açıdan geliri 3001 ve üzeri olan katılımcıların sayıca fazla olması ekonomik anlamda fitness salonlarına katılmakta sıkıntı yaşamadıklarını ve ekonomik güç olarak sahip olabileceklerini gösterir.

Katılımcıların %91,5'i (n=108) hasta değil iken, %8,5'i (n=10) hastadır. Katılımcıların %100'ü (n=118) fiziksel engelli bulunmamaktadır. Fitness sporunu gerçekleştirmenin ön şartlarından biri, sağlıklı bir beden yapısına ve aletleri kullanabilme becerisine sahip olmaktır. Bu anlamda katılımcıların fiziksel ve kronik rahatsızlık olarak hiçbir engellerinin olmaması spor yapmalarında önemli bir etkidir.

Katılımcıların %66,9'u (n=79) sigara içmiyor iken, %33,1'i (n=39) içmektedir. Katılımcıların %78'i (n=92) alkol kullanmıyor iken, %22'si (n=26) kullanmamaktadır. literatürde alkol ve sigara kullanımı beden algısını etkilemektedir. Bu yöndeki çalışmalar bizim net bir bilgiye ulaşmamızı sağlayamamaktadır (Öngören, 2015: 39). Katılımcılar arasında alkol ve sigara kullanımının düşük görülmesi, katılımcıların beden sağlığına önem verdikleri yönünde düşünülebilir.

3.1.2. Demografik özelliklerine göre ölçüm ortalamalarına ait korelasyon analizi sonuçları

Korelasyon analizi sonuçlarına göre, katılımcıların yaşı ile beden kitle indeksi arasında pozitif yönde ve zayıf düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur

($r=0,2$; $p<0,05$). Yaş ile aktif spor yapma süresi arasında pozitif yönde ve zayıf düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=0,27$; $p<0,01$). Diğer parametreler arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$).

Katılımcıların yaşı arttıkça beden kitle indekslerinin de artıyor olması, yaşa bağlı olarak beden yapısında bozulma (kilo alma ve vücut yağ oranının artması) olduğu anlamı taşımaktadır. Bu durum katılımcıların beden algısının bozulması sonucu spor yapma yönünde davranış sergilemelerine neden olabilmektedir. Yaş ile aktif spor süresi arasındaki ilişkide ise, insanların yaşın artmasına bağlı olarak beden algılarını bozulma kaygısı daha çok spor yapmaya yönelteceği anlamı taşımaktadır. Literatürde yaş grupları arasında beden algısı farkı olmadığı yönünde bulgular mevcuttur (Öngören, 2015). Yaş ile fiziksel aktivite arasında anlamlı ilişki bulunmayan çalışmalarda mevcuttur. Uğurlu (2019: 30), yaş grupları ile fiziksel aktivite arasında anlamlı bir ilişki bulmamasına rağmen 21-30 yaş grubu bireylerin egzersiz grubuna katılımının yüksek olduğunu belirtmiştir.

3.1.3. Katılımcıların cinsiyetine göre beden algısı ölçeğin karşılaştırılması

Erkek katılımcıların beden algısından aldıkları puanların ortalamasının kadın katılımcılarınkinden fazla olduğu görülmektedir. Katılımcıların cinsiyete göre beden algıları incelendiğinde, kadın ve erkek katılımcılar arasında beden algıları puan ortalamaları açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Günümüzde, kadının toplumsal hayattaki rolünün kendi lehine belirginleşmesiyle birlikte, kendi beden algısı üzerindeki düşüncesi değişmeye başlamıştır. Toplumsal yaşamdaki katı olan kadın ve erkek rollerinin esneklik kazanması, beraberinde yeni cinsiyet rolleri düşüncesini gündeme getirmiştir. Bu gelişmeler, özgürlükçü ve cinsiyet ayrımını kırmış toplumlarda giderek yayılmıştır. Kadın, toplumsal hayatın her alanını erkeklerle beraber paylaşmakta yeri geldiğinde inşa etmektedir. Spor mekanları bu toplumsal paylaşım alanlarından biri olarak, kadın ve erkeklerin son dönemlerde beraber ve ayrı olarak kullandıkları alanlardan biridir. Bu nedenle cinsiyet ve beden algısı arasında anlamlı bir fark olmaması, kadınların sosyal alanlarda olduğu gibi, spor alanlarında da kendilerine güven duydukları, kendilerini ifade edebildikleri ve rahat hareket edebildikleri şeklinde yorumlanabilir. Katılımcıların fitness yapmalarıyla birlikte beden algılarında olumlu anlamda değişimler görüldüğü gibi, daha az kaygı duyacakları da düşünülmektedir. Literatürde çalışmamızla aynı doğrultuda olan benzer çalışmalar olduğu gibi (Altıntaş ve

Aşçı, 2005; Kuru ve Baştuğ, 2008; Alagül, 2019) anlamlı fark bulan çalışmalar da mevcuttur (Kalafat ve Kınca, 2008; Şahin, 2018).

3.1.4. Katılımcıların medeni duruma göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması

Evli ve bekar katılımcıların arasında beden algıları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0.05$). Buna rağmen, evli katılımcıların beden algısı puan ortalamalarının bekar katılımcılardan fazla olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmanın cinsiyete göre beden algısı bulgularında olduğu gibi, medeni durum ve beden algısı bulgularında da anlamlı fark olmaması, birçok etkene bağlı olarak sonuçlanmış olabilir. Kadının toplumsal statüsündeki değişim ve elde ettiği kazanımları, bekar olduğunda yalnız bir birey olarak rahat hareket etme, özgürce karar alma gibi avantajlar sağlamaktadır. Fakat aile kurumu sadece kadın için değil erkek içinde, çiftlerin birbirine karşı çeşitli sorumluluklar getirdiği, yeni bir yaşam anlayışını benimsettiği bir durum yaratır. Bu noktada katılımcılar, evli bireyler olarak toplumsal alanda evliliğin getirdiği sorumluluklar ve sınırlılıklar çerçevesinde hareket etmektedirler. Çalışmada, evli ve bekar katılımcıların arasında beden algısı arasında bir fark olmaması, evli çiftlerin sosyal hayatta bekar durumdayken edinmiş oldukları yaşam tarzlarını sürdürdükleri ve bekar katılımcılar gibi, fitnessa katılımda hiç bir sorun yaşamadıkları ve spor yapma düşüncelerinin paralellik taşıdığı anlamı çıkartılabilir. Bulgunun bu şekilde sonuçlanması fiziksel çevrenin konumu, sosyo-kültürel yaşantı, katılımcının spora bakış açısı ve ailenin sosyal düşüncesinin modern yaşamla uyumlu olması gibi etkenlere bağlı geliştiği yönünde değerlendirilebilir. Evli katılımcıların puan ortalamalarının yüksek çıkması ise, katılımcı sayısındaki evli ve bekar dağılımından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Çalışmamıza benzer olarak beden algısında anlamlı fark bulunmayan çalışmalara (Karagöz ve Karagün, 2015; Şahin, 2018; Keskin, 2018; Yorulmaz ve Kurutçu, 2019) rastlandığı gibi, Gündoğan (2006)'ın yapmış olduğu çalışmada medeni durum ile beden algısı arasında anlamlı fark bulunmuştur.

3.1.5. Katılımcıların eğitim durumuna göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması

Beden algısı puan ortalaması en yüksek olan katılımcıların lisansüstü ve doktora yapan katılımcılar olduğu göze çarpmaktadır. Ayrıca, eğitim durumuna göre beden algısı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı da tespit edilmiştir ($p>0.05$).

Teknoloji ve bilginin etkisiyle çok hızlı değişim ve dönüşüm geçiren dünyamız, bilginin üretilmesi, kullanılması ve insanlara ulaştırılması anlamında sosyal, siyasal, ekonomik, spor ve diğer bütün alanlarda değişimlerin yaşandığı bir dönem içerisinde.

İnsanların bilgiyi elde etmeleri, kullanmaları ve somut bir şeye dönüştürmeleri, kendilerinde olan yorumlama, karar verme, harekete geçme gibi özellikleri de kazanmasını sağlamıştır. Eğitim sayesinde donanımlı hale gelen insan özgür bir birey olarak kendi iradesini kullanma cesaretini sergilemiştir (Genç ve Eryaman, 2008). Bu anlamda çalışmamızda eğitim durumu ile beden algısı arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Bu sonuç, fitness sporu yapanların eğitim durumu her ne olursa olsun, beden algıları etkilendiği anlamı vermektedir. Katılımcı sayılarının eğitim durumuna göre homojen bir dağılım göstermemesi ve fitness salonunu bulunduğu çevrenin kültürel yapısı gibi koşullar sonuca etki etmiş olabilir. Literatürde, insanların eğitim seviyelerinin yükselmesi ile durumları yorumlamaya yönelik bir tecrübenin oluştuğunu ve mevcut duruma daha özenle yaklaşıldığını, eğitim durumunun düşmesi durumunda ise, insanların bedenlerine gereken ilgi ve özeni göstermeyecekleri, bedenlerini yeterince önemsemeyecekleri yönünde görüş belirtilmiştir (Karagöz ve Karagün, 2015). Literatür incelendiğinde, çalışmamıza benzer sonuçların elde edildiği çalışmaların (Karagöz ve Karagün, 2015; Yorulmaz ve Korutçu, 2019) aksine, anlamlı sonuç elde eden çalışmalara (Kıvrak, 2008; Yılmaz, 2009; Öngören, 2015; Keskin, 2018) daha çok rastlanmıştır.

3.1.6. Katılımcıların gelir durumuna göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması

Gelir düzeyi 2001-3000 TL ve üzeri olan katılımcıların beden algısı puan ortalamasının en yüksek, gelir düzeyi 1000 TL ve altı olanların ise en düşük olduğu görülmektedir. Gelir durumuna göre beden algısı puan ortalamalarının farklılaşmadığı yani

gelir durumuna göre katılımcıların beden algısı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Günümüz toplumunun alış-veriş ve tüketen eksenli bir yapıya dönüştürülmesi sonucu, insanlar üzerinde etkili olan kapitalizm ideolojisi, her insanın aynı metayı belirli ölçüde tüketmesi için cazip alternatifler yaratmıştır. 20.yüzyıla gelindiğinde kapitalist sistem, küresel anlamda ekonomik, siyasi, sosyal ve kültürel açıdan egemen bir forma dönüşmüştür. İnsanlar üzerinde yaratılan tüketim arzusu hızla büyümüş ve tüketmek için insanlar birbiriyle yarışır hale gelmiştir. Ekonomik gücü olsun olmasın, aynı ürün her gelir seviyesine göre üretilmiş ve hizmete sunulmuştur (Akkaya, 2015). Bu bağlamda araştırmamızda gelir durumu ve beden algısı arasında anlamlı bir ilişkinin olmayışı, ekonomik gücü olanların yapabildiği spor olarak başlayan fitnessın, her gelir düzeyine sahip katılımcılar tarafından tüketilebildiği düşüncesini doğrulamaktadır. Fitness merkezleri, hem kurulduğu çevrenin alım gücü, hem de kültürel yapısına uygun hizmet verebilmektedir. Alım gücünün çeşitliliğine ve düzeyine göre hizmet içeriği çeşitlenebilmektedir. Yaptığımız çalışmada, fitness merkezinin bulunduğu semtin sosyo-kültürel ve ekonomik gelir düzeyine göre katılımcı aıdatlarının farklılık gösterdiği ve katılımcıların ekonomik alım gücüne göre seçim yaptığı belirlenmiştir. Bu anlamda gelir düzeyinin fitness sporu yapmada belirleyici olmadığı sonucu çıkmaktadır. Çalışmamızla benzer sonuçları elde eden çalışmalar (Aydın, 2015; Karagöz ve Karagün, 2015; Tatlıses, 2016; Işık, 2018) bir hayli fazla görülürken, anlamlı ilişki bulunan çalışmaların (Alagül, 2004; Merdinoğlu, 2017; Keskin, 2018) da olduğu görülmüştür. Anlamlı ilişki bulan çalışmalara göre, gelir düzeyinin beden algısı üzerinde etkisinin olduğu belirtilmektedir. İnsanların gelir artışına bağlı olarak, beden algılarının da arttığı ortaya konmuştur.

3.1.7. Katılımcıların sağlık durumuna göre beden algısı ölçeğin karşılaştırılması

Sağlıklı bedene sahip olan katılımcıların beden algısı puan ortalamalarının olmayanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca, sağlıklı bedene sahip olan ve olmayan katılımcılar arasında beden algısı puan ortalamalarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı da tespit edilmiştir ($p>0.05$).

Featherstone' a göre, sağlıklı bir bedenin toplumsal kabul açısından önemli olduğu ve insanların sosyal ilişki kurmasında da önemli olduğu belirtilmiştir. Birey sağlıklı beden

algısı ile kurduğu sosyal ilişkilerde olumlu davranış sergileyeceğini ve kurduğu ilişkiyi olumlu yönde etki edeceğini söylemiştir (Öngören, 2015). İnsan bedenini etkileyen çeşitli fiziksel rahatsızlıklar ya da kronik rahatsızlıklar insanların beden algısını olumsuz yönde etkilemektedir. Bireyin kendi hakkındaki olumsuz tutum ve davranışları beden algısını da etkilemektedir. Araştırma bulgularında, sağlıklı bedene sahip olan katılımcıların beden algıları, sağlıklı bedene sahip olmayan katılımcılardan yüksek olması, araştırmadaki sağlıklı bedene sahip olmayan katılımcı sayısı ile sağlıklı bedene sahip olan katılımcı sayısının, farklı olmasından kaynaklandığı öngörülmektedir. Sayıca az olan sağlıklı bedene sahip olmayan katılımcıların verdikleri cevaplar beden algısı ortalamasını etkilemiştir. Öte yandan, katılımcılar arasında beden algısı ile sağlık durumu arasında anlamlı bir fark bulunmamış olması, katılımcıların fitness yapmada sağlık durumu ne olursa olsun etkilenmedikleri, bunun beden algısına etki etmediği yorumunu çıkarabilir. Çalışma bulgusunun anlamlı çıkmaması, farklı etkenlerden olduğunu da düşündürmelidir. Çalışma yapılan spor salonlarında sağlık durumu iyi olmayan yeteri sayıda katılımcıya ulaşılmamış olması, insanların iyi olmayan sağlık durumunu saklama ve söylememe eğilimi göstermeleri, bu etkenlerden bazıları olabilir.

Literatüre baktığımız da ise çalışmamızla benzer sonuçları elde etmiş çalışmalar (Aydın, 2015; Tatlıses, 2016; Işık, 2018) olduğu gibi, anlamlı ilişki bulmuş çalışmalara (Mutlu, 2008; Yılmaz, 2009; Karakuş, 2016) da rastlanmıştır.

3.1.8. Katılımcıların sigara içme ve alkol kullanma durumlarına göre beden algısı ölçeğinin karşılaştırılması

Sigara içen katılımcıların beden algısı puan ortalamalarının sigara içmeyenlerinkinden daha yüksek olduğu, sigara içen ve içmeyen katılımcılar arasında beden algısı puan ortalamalarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p=0,037$; $p<0,05$).

Alkol kullanan ve kullanmayan katılımcıların beden algısı puan ortalamalarının nerdeyse eşit değerde olduğu ve dolayısıyla alkol kullanan ve kullanmayan katılımcılar arasında beden algısı puan ortalamaları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($p>0,05$).

Toplumda sosyal öğrenme yolu ile öğrenilen sigara ve alkol kullanımı, insan sağlığını tehdit eden küresel bir problem olarak görülmektedir. Son yıllarda sigara ve alkol

tüketimini azaltma konusunda batı ülkeleri çeşitli kampanyalar, yasaklar ya da önlemler alırken, gelişmekte olan ülkelerde kullanım giderek artmaktadır (Pulur ve ark.,2009). Literatürde sigara ve alkolün olumlu beden algısı oluşturduğu ve bunun nedeninin ise, insanların sigara ve alkolü, problemleri ile başa çıkma ve keyif aldıkları ve sosyal kabulü sağladığı için kullandıkları belirtilmiştir (Öngören, 2015).

Çalışmamızda sigara içen kullanıcıların beden algısı puan ortalamalarının yüksek ve arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur. Bu anlamda, kullanıcıların sigara kullanmada kendilerine olan özgüvenin ve beden algılarının yükseldiğini ve sosyal ilişki kurma ya da toplumda kabul görme açısından olumlu dönütler elde ettikleri sonucu çıkmaktadır. Çalışmamızın diğer sonucu ise alkol kullanma ve beden algısı arasında anlamlı fark olup olmadığı yönündeki bulgudur. Alkol ile beden algısı arasında anlamlı fark olmaması ise, katılımcıların alkol kullanmalarının beden algısı üzerine bir etkisinin olmadığı yönünde anlam çıkarılabilir. Çalışmamızla benzer sonuçlar elde eden araştırmaların (Pınar, 2002; Pulur, Üstün ve Karabulut, 2009) sayıca az olması ya da sık rastlanmamış olması, sigaranın beden algısı üzerinde olumlu etki ettiği yönündeki varsayımımızı desteklememektedir. Bunun aksine, sigara ve alkol kullanımının beden algısı ile bir ilişki taşımadığı, fark yaratmadığı yönünde çalışmalar (Öngören, 2015; Aydın, 2015; Karakuş, 2016) da mevcuttur.

3.2. Çalışma Anketinin Madde Bazında Ölçeğin Karşılaştırılması ve İstatistiksel Analizi

Araştırmamızda anket ve beden algısı ölçeği kıyaslamasında, ankette katılımcılara yöneltilmiş olduğumuz 16 maddeden oluşan sorular ile Secord ve Jourand tarafından geliştirilmiş beden algısı ölçeği karşılaştırılmıştır. 16 maddeden 2., 4., 5. ve 15. maddelerde katılımcıların verdikleri yanıtlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur, diğer maddelerde anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Niceliksel verilerin normal dağılım göstermeyen iki grup karşılaştırmasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Tartışmamızın ikinci bölümünü oluşturan bu kısımda, 16 maddeden oluşan çalışma anketi soruları ile beden algısı ölçeğini değerlendirilecektir.

3.2.1. Madde 1: Bedenim benim için çok önemli bir araçtır

Beden algısı ölçek değerleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$). Fitness merkezine giden katılımcılar, spor yapma amacına bağlı olarak bedeni bir araç olarak değerlendirmemekte, bedeni ön planda tutmak amacı ile spor yapmamaktadır anlamı çıkmaktadır. Katılımcılar, fitness merkezlerine zayıflamak, eğlenmek, stres atmak, problemlerden uzaklaşmak amacı ile gitmiş olabilirler. Bu bağlamda beden, katılımcı için bir araç olmaktan çıkmaktadır.

3.2.2. Madde 2: Bedenimin güzel görünmesi çok önemlidir

Beden algısı ölçek değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p=0,016$; $p<0,05$). Madde2'ye evet diyen grubun ölçek değerinin kararsız olan gruba göre yüksek olması istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p=0,017$; $p<0,05$).

Beden, günümüzde tüketim kültürüne bağlı olarak, fit olma, iyi görünme, sağlıklı olma, kadın bedeni için seksi görünme gibi yaratılan algılarla bir meta imgesi haline dönüşmüştür. Birey, dayatılan bu beden imgesini yakalayabilmek ya da koruyabilmek için çeşitli aktivitelerde bulunur. Kimileri bu beden imgesine ulaşmak için spor yaparken, kimileri estetik müdahalelerde bulunur, kimileri de güzellik salonlarının uygulamalarıyla görünüm kazanmaya çalışır. Medya sektörünün de etkisiyle birey bedenin bütünsel özelliklerinin aksine sadece bir kaç özelliği üzerine odaklanmıştır. İnsanlar dış görünüşe önem vererek ve onun üzerinde işlevler gerçekleştirerek oluşturdukları beden imgesiyle ön planda olmaya çalışmaktadırlar. Bu istenen ve arzulanan mükemmel beden imgesi, sadece toplumun üst tabakalarında değil, toplumun bütün katmanlarında kabul görür bir algı oluşturmuştur.

Bu bağlamda, çalışmamızda katılımcılara yönettiğimiz ankete madde 2 ile beden algısı ölçeği arasında anlamlı bir fark bulunması, katılımcıların dış görünüme önem vermelerinden dolayı bedenlerini istedikleri forma sokabilmek adına spor yapabilecekleri yorumu çıkarılabilir. Katılımcıların bazıları dış görünüşlerine önem verdikleri için fitness yapmaktadırlar. Bu yüzden sosyal yaşantılarında ya da diğer alanlarda (iş, okul, vs.) dış görünüm katılımcılar için önemlidir.

3.2.3. Madde 3: Bedenimin görüntüsü sosyal ilişkilerimi etkiler

Beden algısı ölçek değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$). Bu maddenin anlamlı çıkmaması, katılımcıların sosyal ilişki kurarken beden görüntülerinin çok önemli olmadığını, ilişki kurmayı beden üzerinden yapmadıklarını ya da bedene bağlı bir durum olarak oluşmadığı yönünde çıkarımda bulunulabilir. Katılımcıların beden görünümü ne olursa olsun sosyal ilişki kurmada beden dışında faktörlerin etken olduğu düşünülebilir.

3.2.4. Madde 4: Benim için ruhsal değil bedensel güzellik daha önemlidir

Beden algısı ölçek değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p=0,016$; $p<0,05$). Madde4'e evet diyen grubun beden algı değerinin diğer gruplara göre yüksek olması istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p=0,001$; $p<0,01$).

Madde 2 ile benzer anlamı içeren bu maddede de katılımcılar, bedeninin fit olması, güzel görünmesi, çekici olması, sağlıklı olması gibi özellikleri önemsemekte ve bedenlerini istedik yönde forma kavuşturmak için çeşitli uygulamalarda bulunabilecekleri düşünülmektedir. Katılımcıların bedensel güzelliklerine önem verdikleri için fitness yaptıkları düşünülebilir. Ayrıca bu maddenin anlamlı bulunması madde 2'yi destekler ve doğrular nitelikte olduğu yönünde çıkarımda bulunmamızı sağlamıştır.

3.2.5. Madde 5: Dış görünüşümle dikkat çekmekten hoşlanırım

Beden algısı ölçek değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p=0,008$; $p<0,01$). Madde5'e evet diyen grubun beden algı değerinin diğer gruplara göre yüksek olması istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p=0,001$; $p<0,01$).

Madde 2 ve madde 4 ile anlam olarak benzer içeriğe sahip olan madde 5'in, beden algısı ile dış görünüm ilişkisi anlamlı çıkmış olması, madde 2 ve madde 4'teki yorumları içermektedir. Katılımcıların bedenlerinin dışarıdan algılanmasına önem verdikleri, bedeninin dış görünüşünün fark edilmesi yönünde isteklerinin, arzularının olduğu yorumu çıkarılabilir. Katılımcıların fitness sporu yaptıkları göz önünde bulundurulursa, fitness sporu yapma amaçlarından birinin dış görünüm üzerinde etkisi olduğu yönünde bir çıkarımda bulunabiliriz.

3.2.6. Madde 6: Başkalarının bedenim hakkındaki düşünce ve önerilerini önemserim

Beden algısı ölçek değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Araştırmamızın kuramsal bölümünde sıkça bahsettiğimiz beden algısı üzerine etki eden medya, toplumsal ilişkiler, tüketim olgusu, beden in toplumsal yapı içinde kendini kabul ettirme çabası gibi durumların, beden in kendini dönüştürmesinde önemli rol oynadıkları literatür çerçevesinde ortaya konmuştur. Günümüzde davranışlarımıza yön veren dış etkenlerin olduğu, karar alma aşamasında özgür ve etkilenmeden gerçekleştiremediğimiz aşıkardır. Bu bağlamda hepimiz çevremizdeki seslere ya da görsellere kayıtsız kalamadığımız gibi, bir eylemde bulunurken bu etkenleri göz önünde bulundururuz. Madde 5'i bu bağlamda değerlendirecek olursak, katılımcıların bir karar verirken ya da eylemde bulunurken kendilerini dış etkenlere kapatmış olmaları anlamlı bulunmamaktadır. Bulgunun anlamsız çıkmış olması katılımcıların dış uyarıcılardan etkilenmedikleri ve kararlarını alırken ya da beden imgelerini oluştururken dışarıdan bir etkinin olmadığı anlamı vermektedir. Bu sonucun anlamsız bulunmuş olmasında etki eden faktörlerin olabileceği düşünülmektedir. Katılımcılar kendilerini karar alabilen özgür bireyler olarak, dışarıdan etkilenmedikleri yönünde cevaba etki etmiş olabilirler.

3.2.7. Madde 7: Toplumsal hayatta kabul görmek için fazla kilolu olmaktan kaçınırım

Beden algısı ölçek değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Aşırı kilolu insanlarda kaçınma davranışının, diğer insanlar tarafından rahatsız edici bakışlar, kilolu olmaları hakkında dedikodu ve yorum yapmaları ve ilişki kurmamak gibi davranışlara maruz kalma yüzünden gerçekleştiği belirtilmiştir. Aşırı kilolu insanların yaşadığı toplumda yok sayılma ya da sosyal ilişki dışına itilme davranışı, onlarda depresyon anksiyete ve diğer rahatsızlıkların gelişmesine neden olmaktadır (Hamurcu, 2014: 46). Günümüz tüketim toplumunda beden in bir tüketim aracı haline gelmiş olmasıyla birlikte, kitle iletişim araçlarında ve toplumsal yaşamda fit görünümün, zayıf olmanın, sağlıklı olmanın özendirilmeye çalışması ve mesaj olarak toplumda baskı

yaratmasıyla aşırı kilolu insanlar dışlanmakta ve çeşitli toplumsal uygulamalara maruz bırakılmaktadır.

Çalışmamız literatürü destekleyici nitelikte sonuca ulaşmamıştır. Bunun aksine, fazla kilolu olmanın toplumsal kabulde bir etkisinin olmadığı yönünde madde 7 ve beden algısı ölçeği arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Sonuca göre, katılımcılar toplumsal ilişki kurmakta beden yapısını ya da fazla kilolu olmayı önemsememekte ve bu durumun ilişki kurmada engel olarak görmedikleri şeklinde yorumlanabilir.

Öte yandan katılımcıların ilişki kurmada özgüvenlerinin yeterince yüksek olduklarını, literatürde bahsedildiği gibi toplumdan dışlanma yönünde bir uygulamaya maruz kalmadıkları ve ilişki kurmakta sıkıntı yaşamadıkları şeklinde de düşünülebilir.

3.2.8. Madde 8: Daha uzun ve sağlıklı yaşama isteği beni fitness ile zayıflamaya yöneltir

Beden algısı ölçek değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Sağlıklı bir yaşam sürmek amacıyla ortaya çıkmış fiziksel aktivite çeşitlerinin günümüzde ortaya çıkardığı önemli tüketim sektörlerinden biri fitness yaşam merkezleridir. Fitness merkezleri, profesyonel spor aktivitelerinin dışında yer alan, bünyesinde barındırdığı sporculara yarış amacı taşımayan, sağlıklı, zinde, bedensel olarak fit görünmeleri için hizmet veren kuruluşlardır.

Katılımcılar fitness merkezlerine çeşitli amaçlarla katılmaktadırlar. Bu amaçlardan bazıları; sağlıklı olmak, zinde kalmak, zayıflamak, stres atmak, sosyal ilişki kurmak ve spor yapmak şeklinde tanımlanabilir. Fakat her katılımcı bütün amaçları kapsayan bir davranış göstererek katılım göstermeyebilir. Bu yüzden madde 8 ile beden algısı ölçeği arasında anlamlı bir fark bulunmamış olabilir. Bu madde fitness merkezine fit bir bedenle gitmiş olan ve zayıflamanın dışında bir amaç taşıyan katılımcılar için anlam taşımamaktadır. Bu yüzden araştırmada kilo oranları açısından yeterli sayıda katılımcıya ulaşılamamış olması, ilişkinin anlamsız bulunması açısından bir handikap oluşturabilir.

3.2.9. Madde 9: İstedğim kıyafetleri giyebilmek için fitness yaparım

Beden algısı ölçek değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tüketim kültürü, devamlılığını sağlamak için, medya aracılığıyla televizyon programlarında insanlara bedenlerini nasıl giyindireceklerini öğreten, insanlara ne alıp neyi almayacaklarını ve bedenlerine neyin yakışacağını söyleyen programlar aracılığıyla insanları manipüle ederler (Özgen, 2017). Her şeyin tüketilebilir bir meta olduğunu dikte eden tüketim kültürü, modanın da tüketimin önemli bir unsuru olduğunu insanları ona bağımlı yaparak gösterir. İnsanlar medyada yer alan ünlü karakterlere öykünürler ve bedenlerini onlara benzetmek için tüketimin sunmuş olduğu metalara yönelirler. Bu yüzden insanlar, bedenlerini modaya ve onun ürettiği kıyafet, takı, çanta vb. metalara uydurmak için, çeşitli yöntemler denemektedirler. Fitness sporu da bu denenen yöntemlerden biri olarak görünmektedir.

Çalışmada madde 9'a göre, beden algısı ölçek değerleri arasında anlamlı fark bulunmaması, katılımcıların fitness sporuna yönelmelerinde giyilen kıyafetlerin önem taşımadığı yorumunu çıkarmaktadır. Yukarıda literatürde, kıyafetlerin, moda aracılığıyla insanlar için önem taşıdığı, insanların bedenlerine yakışanı giymek istediklerini ve bunun için bedenlerini bu yüzden şekillendirmek için çeşitli yöntemler denedikleri ortaya konmuştur. Fakat çalışma bulgumuzdaki madde 9'da, bu anlamda literatürü destekler nitelikte bir sonuca ulaşamamıştır.

3.2.10. Madde 10: Arkadaş çevresinde beğenilmek ve dikkat çekmek için fitness merkezlerine giderim

Beden algısı ölçek değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Madde 10 ile madde 5 soru içeriği olarak yakın anlam içermektedir. Madde 5'in beden ölçeği ile karşılaştırılmasında anlamlı farklılık bulunması, Katılımcıların dış görünüşlerine önem verdikleri ve fitness sporunun yapmalarındaki etkenlerden biri olarak dış görünüşlerini çekici hale getirme arzusu olarak yorumlamıştık. Madde 10'da ise katılımcıların çevrelerince beğenilme ve dikkat çekme arzusu fitness sporu yapmalarında bir önem taşımadığı yönünde anlamsız bulunmuştur. Bu anlamca birbirine yakın olan

maddeler arasındaki çelişki bize, madde 10'un katılımcılar tarafından cevaplandırılırken, gerçek anlamda kendilerini yeterince soruya veremedikleri izlenimi vermektedir. Diğer taraftan "arkadaş çevresince beğenilmek" 6. ve 7. maddelerle tutarlı bir sonuç sağlamaktadır. 6. madde de katılımcıların, başkaları tarafından bedenleri hakkındaki yorumları önemsemedikleri ve başkalarınca yapılan yorumların fitness sporu yapmalarında ve beden algısında etkili olmadığı sonucunu vermiştir. Bu bağlamda, bu sorularda "evet, hayır ve kararsızım" cevaplarına verilen katılımcı sayı dağılımı göz önüne alındığında, bulguların düşük düzeyde anlamlı farklı veya anlamsız bulunması, maddeler arasında tutarsız sonuçların çıkmasına neden olmuştur.

3.2.11. Madde 11: Fitness merkezlerine gitmek beni ruhsal olarak rahatlatır

Beden algısı ölçek değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Günümüzde, insanların bedenleriyle ilgili duydukları memnuniyet, dış görünüşleri hakkındaki kaygıları gibi bedenle ilintili psikolojik özellikler ve oluşan bu psikolojik özelliklerin fiziksel aktiviteye katılım ile olan ilişkisi araştırılmaya değer olarak sıklıkla yer almaktadır. İnsanların kendi bedenleriyle ilgili başkaları tarafından yapılan negatif yorumlar, toplumun ve medyanın oluşturduğu ideal beden anlayışının yaratmış olduğu baskı ve insanların kendi beden algıları hakkında oluşturdukları memnuniyetsizlik, insanları bu olumsuz durumları azaltmak için fiziksel aktiviteye yönelmesinde teşvik etmiştir (Şahin, 2018). İnsanların beden algılarının oluşumunda toplumsal ve sosyal alanlar etkili olduğu gibi psikolojik durumlarda önemli görülmektedir. Literatürde, "fiziksel aktivitede bulunma psikolojik açıdan insanlarda olumlu etkiler yaratır" görüşüne sıkça yer verilmiştir. Bu anlamda insanların rahatlamak, stres atmak, olumsuz duygu durumlarından uzaklaşmak ve problemlerle başa çıkabilmek için spor yaptıkları, sporun insanlar üzerinde psikolojik açıdan olumlu etki yarattı bilinen bir gerçek olmuştur.

Çalışmamızın bu maddesinde elde edilen bulgu literatürle paralellik taşımamaktadır. Katılımcıların beden algılarının üzerine fitness merkezlerine ruhsal olarak rahatlatmanın etkide bulunmadığı, aralarında anlamlı bir farklılık oluşmadığı sonucu çıkmıştır. Bu maddeye verilen cevapları bulgular kısmında incelediğimizde, "evet" yanıtı verenlerin (95 kişi) toplam katılımcıya (118 kişi) oranla hayli yüksek olduğu görülmüştür.

"Kararsız"ların (16 kişi) sayısının, "hayır" cevabı veren katılımcılardan (7 kişi) fazla olması, sonuca etki ettiği düşünülmektedir.

3.2.12. Madde 12: Popüler dergilerinden ve internet sitelerinden etkilendiğim için fitness sporu yaparım

Beden algısı ölçek değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Medya, günümüzde kapitalist tüketim pazarla kurduğu ilişkiler ve geliştirmiş olduğu ortak çıkarlar çerçevesinde belirli durum ve yaratılan imajları kitlesel olarak yayan, düzenleyen ve pazarlayan güçlü bir kuruluştur. İnsanlar, medyanın etkin ve çeşitli yayınları ile iletişim halindedirler ve bu medya araçlarının yaydıkları mesajlara maruz kalmaktadırlar. Bu durum, tüketim ilişkisini devam ettiren bir etki yaratır. Medyanın aracılığı ile sunulan ideal beden modelleri, insanların kendi bedenlerini model üzerinden özdeşim kurmaya ve modelin bedenini içselleştirmesine neden olmakta, bu durum kişinin kendi bedeninden memnuniyetsizlik duymasına neden olmaktadır (Eke, 2013).

Günümüze geldiğimizde ise, medyanın toplum üzerine etkisi konusunda insanlarda bilinçlenme gelişmiş, özellikle bedenin tüketim nesnesi haline gelen kadınların medyanın bu etkisine direniş gösterdikleri ve "beden olumlama hareketi" ile sosyal medyada hızla yayılmaya başlamıştır. Kadınlar bu hareketle, medya ve moda gibi kadın bedeni üzerine etki eden ve kadın bedenini yaftalayan, idealize eden, kötü gösteren ve kadınları bu algı üzerinden tüketime yönelten etkenlere, kadın bedeninin kendi başına ideal olduğunu ve bedenlerinin özgür olduklarını, kendilerine ait olduklarını vurgulamaktadırlar (İmren, 2018).

Çalışmamızın bu maddesindeki bulgulara değinecek olursak; katılımcıların madde 12 ile beden algısı ölçeği arasında anlamlı bir farklılık olmadığını, görsel ve yazılı medyanın kadın bedenini, yaratılan algılardan etkilenecek fitness'a yöneldiğini düşünmemektedir. Çalışma son zamanlarda oluşan bilinçlenme olgusuyla paralellik taşımaktadır.

3.2.13. Madde 13: Spor programlarındaki uzmanların söylemleri beni fitness yapmaya yöneltir

Beden algısı ölçek değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$). Bu madde, madde 12 ile benzer anlam taşıdığından sonuç olarak da benzerlik taşımaktadır. Katılımcıların medyada yer alan programlardan etkilenmedikleri düşünülmektedir. Bu sonucu, 12. maddeyi tartışırken yararlanmış olduğumuz literatür çerçevesinde elde etmekteyiz. İnsanlar, son zamanlarda medyanın bedenleri üzerine yarattığı etkinin ve dönüştürdükleri tüketim nesnesinin parçası olduğunun farkına varmaktalar ve bu bilinçle medya üzerinden gönderilen her mesajı anlamlı bulmama eğilimi gösterebilirler. Bu yüzden, madde 13 ile beden algısı ölçeği arasında anlamlı fark oluşmamıştır.

3.2.14. Madde 14: Ünlü sporcuları televizyon ya da reklamlarda gördüğümde onların sportif yapıları beni cezbeder

Beden algısı ölçek değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Madde 14'de, Madde 12 ve 13 ile aynı anlamı içermektedir. Medyanın beden üzerine etkisini ve tüketim ilişkisini madde 12 de literatür çerçevesinde değinilmiştir. Bu bağlamda madde 14 de beden algısı ölçeği ile anlamlı farklılık içermemesi, madde 12 ve madde 13'ü yorum olarak desteklemektedir.

3.2.15. Madde 15: Vücudumu forma koyabilmek için kimyasal ilaçlar kullanırım

Beden algısı ölçek değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p=0,023$; $p<0,05$). Madde 15'e evet diyen grubun beden algı değerinin diğer gruplara göre yüksek olması istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p=0,001$; $p<0,01$).

Günlük hayatta insanlar kendilerini bedenlen yıpratıcı ve ruhsal olarak yorucu bir temponun içerisinde bulmaktadır. Bu gibi durumlardan kurtulmanın yolu, spor kulüplerine üye olmak ve sosyal ihtiyaçları gidermek olarak belirtilmiştir. Fitness sporu insanlara

sosyalleşme imkanı sağlayarak insanların sağlıklı, huzurlu, ve başarılı çevre oluşumuna imkan sağlamaktadır. Sporun bir tüketim kültürü haline gelmesiyle açılan fitness ve benzeri spor salonlarında, antrenörler eşliğinde egzersiz yapıldığı gibi, sporcuların kas kütlelerini arttırmak için yan ürünler takviye olarak kullanılmaktadır. Sporcular başarıya ulaşmak, performanslarını arttırmak için ilaç veya besin takviyeleri almaktadırlar. Günümüzde de hem spor salonlarında hem de eczane, spor ürünleri pazarlayan yerlerde bu tür ürünlere ulaşım oldukça kolay olmaktadır (Mermerlitaş, 2019).

Babal'in yaptığı araştırmaya göre, yüksek oranda protein kullanımı, karaciğer ve böbreklerin yorulmasına ve vücuttan kalsiyum atımına da neden olduğu saptanmıştır.

Çalışmamızın 15.maddesi ile beden algısı ölçeği arasında anlamlı farklılık bulunması, katılımcıların fitness sporu yaparken beden algıları açısından destekleyici protein içeren içecekler, besinler ya da ilaçlar kullandıkları, bunun beden algısı açısından olumlu bir durum yarattığı yorumuna ulaşılabilir. Literatürde çalışmamızla benzerlik taşıyan çalışmalar (Babal, 2015; Mermerlitaş, 2019) olmasına karşın, alanda bu konuda çok fazla çalışmaya rastlanmamıştır.

3.2.16. Madde 16: Güzelleşmek için vücudumun hoşlanmadığım herhangi bir bölgesine estetik operasyon yaptırmayı düşünebilirim

Beden algısı ölçek değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tüketim kültürünün yarattığı ideal beden algısı, insanların beden üzerinde ideal bedene ulaşmak için istendik yönde müdahalelerde bulunma anlayışını yaratmaktadır. Bedeni istendik ideal ölçülere getirmek için, makinelerden başlayan geniş diyet anlayışına ve hatta tıp biliminin tüketicilere sunduğu plastik cerrahi operasyonlarda dahil olmak üzere, bedenin bir dönüşüm ağı tarafından çevrelendiği ve kontrol altına alındığı görülmektedir. İnsanlar bedenleri üzerindeki hakimiyetini giderek kaybetmektedirler. İnşa edilen bedenin ideolojilere bağımlı hale getirilmiş olması, onun inşa sürecinde ideolojilerin sağladığı imkanlarla şekilleneceği anlamını vermektedir. Beden tüketim kültürü içerisinde diğer alanlara boyun eğdiği gibi, tıp alanının da tahakkümü altına girmiştir. Bu anlamda insanlar, beden algılarını istendik yönde değiştirmek için tıp biliminden de yararlanma düşüncesi içerisinde girmektedirler (Keskin, 2018: 2).

Çalışmamızda madde 16 ile beden algısı ölçeği arasında anlamlı farklılık bulunmaması, katılımcıların estetik operasyonu, beden algısı açısından önemli bulmadıkları yorumu çıkarılabilir. Ya da bir başka deyişle beden algılarını estetik operasyon yaptıracak kadar kötü bulmadıkları düşünülebilir.



4. SONUÇ VE ÖNERİLER

Biyolojik ve fizyolojik nesne olmanın ötesinde bir anlamı olan beden, geçmişten günümüze, çeşitli anlamlar ve farklı uygulamalara tabi tutularak birçok bilime konu olmuştur. Beden algısı ise, bireyin kendi bedenini nasıl algıladığı ve başkaları tarafından bedeninin nasıl algılandığı şeklinde tanımlanmıştır (Kızılelmas Mezarcı, 2018: 6).

Post-modernite ile insan bedeni, önemli bir inşa süreci geçirerek ön plana çıkmıştır. Modern ve Post-modern dönemler ile birlikte gelişen genetik yöntemler, tıp biliminin bir kolu olan estetik cerrahi, ve yeni tüketim alanı olan spor, bireylerin bedenleri üzerinde hakimiyet kurarak bedenlerin kişiselleştirilmesine olanak sunmuşlardır. Bunun neticesinde sosyal bilimler mikro alanlara yönelerek, bedeni araştırılmaya değer bir çalışma konusu olarak ele almışlardır. Klasik dönem teorisyenlerinden Marx bedeni, iş bölümü, üretim araçları, yabancılaşma gibi kavramlarla işçi bedeni üzerinden temellendirerek, kültür ve ekonomi alanındaki gelişmeler sonucu işlevleri ve kalıpları olan bir nesne olarak karşımıza çıkartmıştır (Benzer, 2019: 49).

Postmodern dönem ile birlikte, bedenin klasik dönem sosyologlarının görüş alanından uzaklaşması ve anlamsal değişim geçirmesi, bilim, tıp, teknoloji ve spor gibi alanların çalışmalarıyla, bireylerin kendi bedenleri üzerinde değişim yapabilme gücünü elde etmesi, yeni bir toplumsal yapı ortaya çıkarmış ve beden politik anlamda önem kazanmıştır. Bu nedenle Turner günümüz toplumunu, bedenin siyasal ve kültürel faaliyetlerin alanı haline geldiğini açıklayan *bedensel toplum* kavramını ortaya atmıştır.

Tüketim kültürünün etkisiyle bir arzu nesnesine dönüşen beden, üretimin tüketilmesi gerektiği düşüncesinin fark edilmesiyle, üreten beden özelliğinin yanına tüketen beden özelliğini de ekleyerek, çok işlevsel bir nesneye dönüştürülmüştür.

Kitle iletişim araçları ve medya araçlarının etkisiyle küresel ölçekte kar sağlayan bir alan olarak görülen spor, geniş kitlelere hitap eden eğlence ve gösteri özelliği sayesinde bir tüketim sektörü haline gelirken, öte taraftan ekonomik kar elde etmek isteyen girişimciler için yeni bir yatırım alanı olmuştur. Sporun yaratmış olduğu endüstri alanı, spor yapmada gerekli ekipmanları üreterek, tedarik ederek ya da spor organizasyonu düzenleyerek tüketicinin kullanımına sunmuştur (Ekmekçi ve ark., 2013: 96).

İnsan hayatının merkezine yerleşen spor olgusu, sağlık, stres atma, eğlence, zayıflama ve problemlerden uzaklaşma gibi amaçlarla insanların vazgeçilmez aktivitelerinden biri olmuştur. Beden üzerine tüketim kültürünün oluşması, spor alanında

da yeni tüketilebilir cazip ürünlerin, insanların hizmetine sunulmasını sağlamıştır. Son dönem spor trendlerinden olan fitness, yeni bir tüketim ve hizmet alanı olarak toplumsal hayatta yerini almıştır. Günümüz spor olgusunda, insanların istedikleri her an ulaşabilecekleri, ekonomik gelir durumlarına göre istedikleri hizmete sahip olacakları ve çeşitli amaçlarla gidebilecekleri fitness merkezleri, tüketim kültürünün büyüyen ve vazgeçilmez unsurlarından biri haline gelmiştir.

Bu kuramsal anlatı çerçevesinde beden ve fitness sporu, bir değer olarak araştırılmaya uygun görülmüş ve fitness sporu yapan bireylerin beden algıları hakkındaki istatistiksel değerleri ortaya konmaya çalışılmıştır. Çalışma, belirlenen fitness merkezlerini kullanan bireylere uygulanan demografik bilgi formu, beden algısı ölçeği ve anket formu, katılımcıların fitness sporu ve beden algısı ilişkisini saptamaya yönelik gerçekleştirilmiştir.

Bu anlamda demografik verilerde, katılımcıların yaşı arttıkça beden kitle indekslerinin de artıyor olması, yaşa bağlı olarak beden yapısında bozulma (kilo alma ve vücut yağ oranının artması) olduğu anlamı çıkarılmış, cinsiyet ve beden algısı arasında anlamlı bir fark bulunmayarak, kadınların sosyal alanlarda olduğu gibi, spor alanlarında da kendilerine güven duydukları, kendilerini ifade edebildikleri ve rahat hareket edebildikleri düşünülmüştür. Bunu sonucu Bourdieu'nun *Alan ve Habitus kavramları* üzerinden okumak gerekirse, alan ve birey arasındaki ilişkinin özelliğinde, alanın izin verdiği veya vermediği ölçüde bireyin eylemlerinin şekillendiği, ve alanın birey üzerinde etkide bulunduğu söylenebilir. Alan olarak fitness salonları, kültürel kimliği, cinsiyet olgusuna göre hizmet anlayışı, bulunduğu yerin kültürel kimliğini göz önünde bulundurup bulundurmaması bakımından bireyin *habitusunu* belirlemede etkili olmaktadır.

Alan, eylem ve yapıyı dışarıdan şekillendirir. İçinde tuttuğu bireye benimseyebileceği kazançlar, bedeller ve hareket eşitliliği sunar (Benzer, 2019: 56).

Fitness katılımcılarının bireysel düzeyde sahip olduğu sermaye türü ve miktarı farklılık taşıdığından, her katılımcı kendi bireysel güçlü yanlarını ve özelliklerini kullanarak özgün stratejiler geliştirerek diğer her bir katılımcılardan farklı benliklere sahip olmaktadır. Bu durum katılımcılar için bireysel özgürlük alanları yaratır. Bu bağlamda katılımcıların hayatlarında oluşturdukları düşünceleri, zevkleri, beğenileri, tutumları ve konuşma tarzları gibi değerlerinin kurucusu habitustur ve insanlar spor yaptıkları çevreyi belirlerken bu habitusun etkisi altında gerçekleştirir.

Fitness sporu ile ilgili farklı organizasyonlar ve bu organizasyonların yapmış oldukları aktiviteler, fitness alanının meşru kılan, alandaki katılımcılara *sosyal sermaye*

sunan ağlar olarak nitelendirilebilir. Her *alanın* kendi iç dinamikleri olduğu varsayıldığında, fitness *alanını* meşrulaştıran bu tür aktiviteler katılımcılar için önemli bir değere sahip olduğu belirtilebilir (Benzer, 2019: 217).

Yaptığımız çalışmada, fitness merkezinin bulunduğu semtin sosyo-kültürel ve ekonomik gelir düzeyine göre katılımcı ailelerinin farklılık gösterdiği ve katılımcıların ekonomik alım gücüne göre seçim yapması, Bourdieu'ya göre, bireyler sosyal alandaki eylemlerini hem kendi sahip oldukları sermayeye göre hem de içinde bulundukları alanın gerektirdiği sermaye türüne göre belirler yaklaşımıyla ifade edilebilir. Kapitalist üretici, metalaştırdığı ürünü pazarın gücüne göre düzenlemiştir. Ürün, tüm ekonomik gücü farklı tüketicilerce tüketilmeli ilkesiyle pazarlanır. Bu anlamda ekonomik gücü ne olursa olsun spor yapmak isteyen her kullanıcı, gücü ve kendi habitusu ölçüsünde gidebileceği bir fitness salonuna sahip olmaktadır. Bu durum Bourdieu'nun insanların alandaki mücadelelerini sahip oldukları sermayeler bağlamında verdiklerini desteklemektedir.

Yine demografik özellikler kapsamında, medeni durum, eğitim durumu, sağlık durumu ve alkol gibi maddelerin kullanımı beden algısı üzerinde etki etmediği yönünde bulgular elde edilmiştir. Bu bağlamda, Bourdieu' nun *sermaye kuramı* ile açıklamak gerekirse, fitness sporu için katılım gösterenler, temelde *kültürel sermaye*, *bedensel sermaye*, *sosyal sermaye* ve *ekonomik sermaye* gibi çeşitli sermaye türlerine sahip olmaları gerekmektedir. Katılımcılar ekonomik sermayeye sahip olmaları katılım gösterecekleri fitness salonlarının özelliklerini, donanımını, kaliteli hizmeti ve bulunduğu çevreyi belirlemede önem taşımaktadır. Diğer bir değişle, kişinin sahip olduğu *habitus*, ne yönde davranış göstereceği konusunda belirleyici olmaktadır. Bourdieu'da eğitim durumu kültürel sermayeye denk gelirken, medeni durum da sosyal sermaye ile nitelendirilebilir. Ayrıca her gelir grubuna ve hatta geliri olmayan öğrencilerin de bir fitness salonuna katılım göstermesi, tüketim kültürünün her yaş, cinsiyet, sosyal sınıf ve her gelir gurubundan olan katılımcılar için fitness sporu yapmalarını sağlaması ve bu tüketim ilişkisini devam ettirmelerini istemeleriyle ilişkilendirebiliriz.

Günümüzde insanların yaratılan beden algısı etkisiyle, bedenlerini istedik şekle sokabilmek için, yeni tüketim alanı olan fitness kültürünü sosyal hayatlarının önemli bir parçası haline getirmeleri, ve bedenlerini sosyal ilişki kurmada belirleyici bir unsur olarak görmeleri, Turner'ın *bedenselleşmiş toplum* kavramını desteklemektedir. Vücut geliştirme ve fitness sporunun insanların hayatlarına yerleşmesine etki eden medya ve küresel boyuta ulaşan spor endüstrisi, kitle iletişim araçlarının kapitalizm ile birleşerek kültürü bir

endüstriye dönüştürme düşüncesi, Frankfurt okulunun savunduğu bu yaygın görüşünü desteklemektedir (Benzer, 2019: 240-241).

Çalışma anketi formu ve beden algısı ölçeği kıyaslamasında, 2., 4., 5. ve 15. maddeler anlamlı bulunmuş diğer maddeler ile beden algısı ölçeği arasında anlamlı fark bulunamamıştır. M2 (madde 2), M4 ve M5'te katılımcıların bedenlerinin dış görünümünün önemli olduğunu, dış görünüşle beden algılarının yükseldiğini yönündeki görüşleri Featherstone'un *beden imajı* kavramı ile ilişkilendirilebilir. M15'te kimyasal tozlar ve ilaçlar yardımıyla bedenin istenilen ölçülere getirilmek için kullanılması diğer maddelerle aynı amaca hizmet ettiği için bu bağlamda değerlendirilmektedir. Beden dış görünümde istenilen ölçülere kavuşturularak, bir sunum ya da tüketim göstergelerine dönüştürüldüğü belirtilir. Katılımcıların bedenleri üzerindeki değişim isteği, kendilerini bedenleri aracılığıyla var etme yönünde arzu taşıdıklarını, ve bu yüzden bedenin dışarıdan algılanışı ya da yarattığı izlenim önemli görülmektedir.

Foucault'un *iktidar* kuramını ele aldığımızda fitness salonlarını, insanların beden algılarını onların istediği şekilde düzene sokan ve görünüm kazandıran *pozitif iktidarlar* ve *disipline edici iktidar* olarak ilişkilendirebiliriz. Bu anlamda fitness salonları pozitif iktidar olarak, kullanıcılara telkinde bulunur ve onların bedenleriyle olan problemlerinin çözümünde yardımcı olmaktadır. Bu anlamda Foucault' un iktidarı sadece insanlar tarafından seçilmiş ve yöneten olarak değil, her yerde bulunan ve baskılayıcı olmayan, üretici olan, en basit sosyal ilişkilerde dahi yer alan bir yapıdır (Ulusoy, 2012: 130).

Sonuç olarak, insanlar içine doğduğu toplumun yarattığı kültür öğeleriyle şekillenmesinin yanı sıra, zamanla gelişen teknoloji, bilim, ekonomik koşullar bu kültür öğelerinin değişmesine, yeni bir kimlik kazanmasına neden olmaktadır. Zamanla kendi kimliklerini oluşturan insanlar, hayatlarının aktif aktörleri olarak bedenleri üzerinde söz sahibi olurlar ve istedik yönde kendi ilgi alanları belirleyerek toplumsal yapı içinde rol almaktadırlar. Üretim ve tüketimin yarattığı yeni dünya düzeni ekonomik temelli yeni yaşam alanları dizayn etmektedir. Bu alanlardan biri de fitness salonlarıdır. Çeşitli amaçlara hizmet ve ekonomik temelli amaçlar ekseninde kurulan bu spor merkezleri, insanların tüketim kültürüne bağımlı olarak, beden algılarının istedik yönde değişimine yardımcı olmakta ve insanların toplumsal sosyalizasyonuna katkı sunmaktadır.

Spor, insanlar için bedensel bir aktivite ötesinde, kendilerine özgüven sağlama, özgür hissetme, rahatlama, pozitif düşünme ve hareket etme, eğlenme, keyif alma, sosyal olma ve ilişki kurma gibi birçok fayda sağlamaktadır. Bu özelliklerin dışında son

zamanlarda fitness kültürüyle birlikte, zayıflık, düşük beden algısı, ideal beden ölçülerine kavuşmak gibi, tüketimin insanlar üzerinde oluşturduğu baskı unsurları nedeniyle de yapılmaktadır. İdeal beden olarak dikte ettirilen zayıflık, incelik gibi özellikler toplumda başarılı olmak ve itibar elde etmek için önemli olarak görülürken, kilolu olmak, Dış görünüş olarak ilgi çekmiyor olmak utanç verici, iradesizlik ve başarısız olmak ile değerlendirilmektedir. Yaratılan bu algı, araştırılmaya ve bir sonuca ulaşmaya değer görülmiştir.

Çalışma ele alınan literatür ve elde edilen bulguların sonucu neticesinde şu öneriler, önemli görülmektedir:

Spor salonlarında, sporun yaşam için önemli bir aktivite olduğunu, temelde sağlık, mutlu olmak, eğlenmek ve sosyalleşmek amaçlı yapılması gerektiği katılımcılara çeşitli yöntemlerle (spor salonlarında duvar afişleri, bilgi afişleri, broşür vs.) anlatılması spor konusunda bilinçlenilmesi açısından önemli görülmektedir.

Spor, mekansal olarak belirli çevre düzenlemelerle her yaştan insanlar için uygun tasarımlar yapılmalıdır.

İnsanların maruz kaldığı medya aracılığıyla, sporun yaşam tarzı olarak sağlık amaçlı yapılması gerektiğinin öğretilmesi, insanların spor olgusuna bakışı ve sporu doğru değerlendirmeleri açısından önemlidir.

Spor salonlarında Psikolog bulundurularak insanların sosyal destek almaları, bedenini doğru algılaması açısından önemli görülmektedir.

İnsanlara beden algılarını olumlu görmelerini sağlayacak eğitimler, seminerler verilmesi, toplumda beden üzerine oluşan olumsuz yargıların kırılmasında önemli görülmektedir.

Beden algısı ve toplumsal değer konulu araştırmalar desteklenmesi ve akademide bu konudaki araştırmalara daha çok yer verilmesi, insanların beden algılarını algılayışında daha bilinçli hareket etmeleri ve kendi beden algılarına bakış açılarını önemsemelerinde önemli görülmektedir.

Spor yapan bireylerin alkol, sigara, vücudu şekillendirmede destekleyici kimyasallar içeren içecekler ve doping gibi maddelerin kullanımı konusunda eğitim ve psikolojik destek almaları, bedenini sağlığı açısından önemli görülmektedir.

5. KAYNAKLAR

- Afthinos, Y., Theodorakis, N.D., Nassis, P.,** 2005. Customers expectations of service in Greek fitness centers. *Managing Service Quality: An International Journal*, 7:1-17.
- Akkaya, C.,** 2015. Yaşam bağlamında spora yönelen bireylerin sosyo-ekonomik durumları: Antalya'da spor merkezlerinde sosyolojik bir araştırma. *Doktora Tezi*, Akdeniz Üniversitesi, Antalya, 14-21s.
- Alagül, Ö.,** 2004. Farklı spor branşlarındaki sporcuların atılganlık ile beden algısı ilişkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Ege Üniversitesi, İzmir, 30-37s.
- Altıntaş, A., Aşçı, F.H.,** 2005. Fitnes uzmanlarının bedenlerine yönelik algıları. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3:101-104.
- Andreasson, J., Johansson, T.,** 2013. Female fitness in the blogosphere: Gender, *Health and the body*, 3:2-4s.
- Aydın, A.,** 2019. Fitness salonu kullanan bireylerin fiziksel aktiviteden beklentilerinin ölçülmesi (Yalova örneği). *Yüksek Lisans Tezi*, Uludağ Üniversitesi, Bursa, 8-36s.
- Aydın, Y.,** 2015. Alkol ve madde bağımlılığında beden algısı, benlik saygısı düzeyleri ve sosyal fobi görülme sıklığı: karşılaştırmalı bir çalışma. *Yüksek Lisans Tezi*, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 34s
- Babal, A.F.,** 2015. Egzersiz yapan bireylerde beslenme durumu ve supleman kullanımının araştırılması. *Doktora Tezi*, Haliç Üniversitesi, İstanbul, 14s.
- Bauman, Z., May, T.,** 2019. *Sosyolojik Düşünmek*. (Çev. Akın Emre Pilgir) Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 158-269s.
- Bauman, Z.,** 2006. *Küreselleşme*. Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 15-16s.
- Baudrillard, J.,** 2013. En güzel tüketim nesnesi: Beden. *Tüketim toplumu*. Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 150-159s.
- Benzer, D.,** 2019. Fitness alanındaki kişisel antrenörlerin Instagram'daki bedensel sermaye sunumlarının Bourdieu ve Goffman'ın yaklaşımı çerçevesinde değerlendirilmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir, 49-73s.
- Berman, M.,** 2014 *Katı olan her şey buharlaşıyor*. (Çev.: Ümit Altuğ, Bülent Peker). İletişim Yayınları, İstanbul, 150-160s.
- Beyazyüz, M., Göka, E.,** 2016. Psikolojik beden imajı. *Beden sosyolojisi*. ed. Kadir Canatan, Açılım Kitap, İstanbul, 372-375s.

- Birsel, H.**, 2012. Kültürün toplumsal simge üretme özelliği: kalıcı ve dönüştürücü öğeler. *Kültür sosyolojisi*. Anadolu Üniversitesi, Eskişehir, 123-143s.
- Bütün, M., Demir, S.B.**, 2018. Nitel araştırma ve değerlendirme yöntemleri. Pegem Akademi, Ankara.
- Canatan, K.**, 2016. Medeniyet değişimi nefis terbiyesinden beden terbiyesine. *Beden sosyolojisi*. ed. Kadir Canatan, Açılım Kitap, İstanbul, 345-367s.
- Canatan, K.**, 2016. Proferik dinlerde dünya ve beden değeri: Kar ıla tırmalı bir yaklaşım. *Beden sosyolojisi*. ed. Kadir Canatan, Açılım Kitap, İstanbul, 191-217s.
- Cirhinlioğlu, Z., Cirhinlioğlu, F.G.**, 2016. Post-modern sağlığın y kseli i ve d     . *Beden sosyolojisi*. ed. Kadir Canatan, Açılım Kitap, İstanbul, 395-412s.
- Creswell, J.W.**, 2017. *Nitel araştırma yöntemleri*. ( ev. M. Bütün ve S.B. Demir). Siyasal, Ankara.
-  akır, V.O.**, 2014. Spor sosyolojisinin doğuşu. Geleneksel beden eğitimi usul ve yaklaşımlarında dönüşüm. *Doktora Tezi*, İstanbul Üniversitesi, İstanbul, 158-172s.
-  elik, S.**, 2018. Geleneksel ve modern değerler bağlamında beden algısı ve tüketim. *Doktora Tezi*, İnönü Üniversitesi, Malatya, 25-105s.
-  etin, E.**, 2009. Çalışma yaşamında beden değişen görünümü. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1):73-83.
-  okbankir, N.**, 2009. Antik Dönem'de beden terbiyesi ve sporun gelişimi. *Toplum Bilim Beden Sosyolojisi  zel Sayısı*, 24:77-83.
- Debord, G.**, 2018. *Gösteri toplumu*. ( ev.: Ekmekçi ve O. Taşkent). Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 142s.
- DEVEC OğLU, S.**, 2020. Karton taraftar.
<http://www.futbolekonomi.com/index.php/haberler-makaleler/genel/125-sebahattin-devecioglu/4860-karton-taraftar.html>. Futbol Ekonomisi ve Endüstriyel Futbol.com. 24 mayıs 2020
- Dever, A.**, 2013. Endüstriyel futbol ve taraftarlık: Kayseri ili  rneği. *Doktora Tezi*, Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas, 387s.
- Eke, N.P.**, 2013. Bedene müdahalenin bir yolu olarak moda ve medyada sunulan beden algısı. *Yüksek Lisans Tezi*, Selçuk Üniversitesi, Konya, 169s.
- Ekmekçi, Y., Ekmekçi, R.,  rmi , A.**, 2013. Küreselleşme ve spor endüstrisi. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 4(1):91-117.
- Elçik, G.,  ze n , T.B.**, 2010. *Bedende k pırdanmalar*. Varlık Yayınları, İstanbul, 7s.

- Eraslan, M., Aydoğan, H.,** 2016. Vücut geliştirme ve fitness merkezinde spor yapan bireylerin beden bölgelerinden hoşnut olma düzeylerinin yaş ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(2):50-57.
- Ertan, C.,** 2017. *Dövmeli bedenler*. Bir beden sosyolojisi kitabı. Phoenix Yayınevi, Ankara. 67-80s.
- Foucault, M.,** 2002. *Kliniğin doğuşu*. (Çev.: İnci Malak Uysal). Epos yayınları, Ankara, 84-109s.
- Foucault, M.,** 2006. *Deliliğin tarihi*. (Çev.: Mehmet Ali Kılıçbay). İmge Kitabevi, Ankara, 435-499s.
- Foucault, M.,** 2007. *Cinselliğin tarihi*. (Çev.: Hülya Uğur Tanrıöver). Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 385-388s.
- Genç, S.Z., Eryaman, M.Y.,** 2008. Değişen değerler ve yeni eğitim paradigması. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(1):89-102.
- Goodwin, G.A., Scimecca, J.A.,** 2015. Sosyoloji vaadini yeniden keşfi. *Klasik sosyoloji teorileri*. Say Yayınları, İstanbul, 198-199s.
- Görünü, R.M.,** 2016. İstanbul'daki özel fitness merkezlerine devam eden bireylerin spor ekonomisine katkısı. *Yüksek Lisans Tezi*. Marmara Üniversitesi, İstanbul, 39s.
- Gündoğan, F.,** 2006. Sirozlu hastaların beden imajı ve benlik saygılarının değerlendirilmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu, 22-64s.
- Güneş, F.,** 2011. Klasik sosyolojide temel yaklaşımlar-II. Emilie Durkheim. *Klasik sosyoloji tarihi*. AÜ Yayınları, Eskişehir, 90-110s.
- Gürbüz, S., Şahin, F.,** 2014. *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık, Ankara, 271s.
- Hamurcu, P.,** 2014. Obez bireylerde benlik saygısı ve beden algısının değerlendirilmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul, 51-77s.
- Henry, R.N., Anshel, M.H., Michael, T.,** 2006. Aerobik ve devre antrenmanının kadınlarda kondisyon ve vücut imajı üzerine etkileri. *Spor Davranışları Dergisi*, 29(4):281.
- Hovardaoğlu, S.,** 1993. Vücut algısı ölçeği. *Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi*, 1(1):26-27.
- Işık, N.,** 2018. Düzenli sporun beden algısı ve benlik saygısı üzerine etkisinin değerlendirilmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 6-17s.

- İmren, M.**, 2018. İşte benim kimliğim: moda ve medyanın kadınların kimlik inşası ve ideal beden söylemlerindeki rolü üzerine. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(1):103-111.
- Kalafat, T., Kıncal, R.Y.**, 2006. Üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8:23.
- Kalan, Ö.**, 2014. Foucault'un biyo-politika kavramı bağlamında moda ve beden. *Vogue dergisi* üzerinden bir söylem analizi. *Selçuk İletişim*, Konya, 8(3):140-162.
- Kara, Z.**, 2016. Beden sosyolojisinden ölüm sosyolojisine interdisipliner bir yaklaşım. *Beden sosyolojisi*. ed. Kadir Canatan, Açılım Kitap, İstanbul.23-45s.
- Karagöz, N., Karagün, E.**, 2015. Profesyonel sporcuların beden imajı üzerine betimsel bir çalışma. *Sport Sciences*, 10(4):34-43.
- Karakuş, İ.G.**, 2016. Kronik hastalığı olan bireylerde beden algısı ve benlik saygısının değerlendirilmesi. *Uzmanlık Tezi*, İnönü Üniversitesi, Malatya, 4-33s.
- Kayahan, K.**, 2016. Açık alan fitness aletlerinin ahşap malzemeden yapılabilişliğinin araştırılması. *International Journal of Sport Culture and Science*, 4(1):319-328.
- Kesim, S., Kar, A.**, 2010. Plastik cerrahi, tanrım beni baştan yarat! Metaforunu mümkün kılabilir mi? Dişilik güzellik ve şiddet sarmalında kadın ve bedeni. Der. Y. İnceoğlu, A. 173-196s.
- Keskin, B.**, 2018. Estetik operasyon geçirmiş bireylerde beden algısı ve sosyal kaygı arasındaki ilişki. *Yayınlanmamış doktora tezi*, Haliç Üniversitesi, İstanbul, 8-50s.
- Kılıç, M.**, 2012. Sosyal bütünleşme ve çatışma ekseninde etnisite-spor ilişkisi. *Doktora Tezi*, Marmara Üniversitesi, İstanbul, 7-8s.
- Kıvrak, B.**, 2008. Diyaliz ve Renal Transplantasyon hastalarında beden imaj algısının kişilerarası ilişkiler açısından incelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi*, Maltepe Üniversitesi, İstanbul, 21-53s.
- Kızılelmas Mezarcı, F.**, 2018. Kadınların spor yapmasında toplumsal beden algısının etkisi: Düzce örnekleme. *Yüksek Lisans Tezi*, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu, 6-8s.
- Koca, C., Bulgu, N.**, 2005. Spor ve toplumsal cinsiyet, genel bir bakış. *Spor Bilimleri*. Academia, 5s.
- Köse, H.**, 2011. Tüketim toplumunda bir sosyal beden kurgusu olarak kadın. <http://acikerisimarsiv.selcuk.edu.tr>, 20 Ağustos 2020.

- Kuru, E., Baştuğ, G.,** 2008. Futbolcuların kişilik özellikleri ve bedenlerini algılama düzeylerinin incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(2):95-101.
- Martı, H.,** 2016. Hz. Peygamberin hadislerinde bir değer simgesi olarak beden ve mahremiyeti. *Beden sosyolojisi*. ed. Kadir Canatan. Açılım Kitap, İstanbul, 233-247s.
- Mermertaş, A.,** 2019. Spor merkezlerinde fitness egzersizi yapan bireylerin doping ve gıda takviyeleri hakkındaki bilgi düzeylerinin belirlenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Hitit Üniversitesi, Çorum, 7s.
- Mersinoğlu, A.,** 2017. Aerobik egzersize bağlı yetişkin kadın ve erkek bireylerde beden algısı ve benlik saygısı değerlerinin araştırılması. *Yüksek Lisans Tezi*, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla, 11-26s.
- Mutlu, İ.,** 2008. Egzersiz yapan kişilerin boş zaman faaliyetlerine yönelik tutumları üzerine bir araştırma: Kayseri ili örneği. *Yüksek Lisans Tezi*, Niğde Üniversitesi, Niğde.
- Nar, M.Ş.,** 2015. Küreselleşmenin tüketim kültürü üzerindeki etkisi: Teknoloji tüketimi. *Journal of International Social Research*, 8(37):18-20.
- Nazlı, A.,** 2009. Sosyolojik bakışın eşiğindeki beden. *Toplumbilim Dergisi*, 24:61-68.
- Odabaşı, Y.,** 2012. Tüketim toplumu. *Ekonomi sosyolojisi*. Anadolu Üniversitesi, Eskişehir, 173-191s.
- Oğuz, T.,** 2005. Popüler kültür ve sporun endüstrileşme süreci. *Kurgu Dergisi*. 21:195-204.
- Okumuş, E.,** 2016. Bedene müdahalenin sosyolojisi. *Beden sosyolojisi*, ed: Kadir Canatan, Açılım Kitap, İstanbul, 45-66s.
- Öcalan, M.,** 2003. Sporda fanatizm: Futbol seyircileri üzerine sosyolojik bir araştırma, Elazığ örneği. *Doktora Tezi*. Fırat Üniversitesi, Elazığ, 5-13s.
- Öngören, B.,** 2015. Sosyolojik açıdan sağlıklı beden imgesi. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 34: 25-45.
- Özdemir, Ş.,** 2019. Büyük ölçekli fitness merkezi kullanıcılarının tatmininin, ilgilenim ve mutluluk düzeylerine etkisinin belirlenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul Okan Üniversitesi, İstanbul, 4-18s.
- Özgen, İ.,** 2017. Tüketim kültürü ve medyada güzellik söylemi: Bir alımlama Çalışması. *Global Media Journal TR Edition*, 8:15.
- Özkan, S.E.,** 2013. Türkiye'deki fitness merkezlerinde hizmet kalitesi beklentilerinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul, 22s.

- Öztürk, B.N.**, 2016. En güzel tüketim nesnesi: Beden. *In Congress Book*. 461-469s.
- Pınar, R.**, 2002. Obezlerde depresyon, benlik saygısı ve beden imajı: Karşılaştırmalı bir çalışma. *Cumhuriyet Üniversitesi, Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 6(1):30-41.
- Prichard, I., Tiggemann, M.**, 2008. Relations among exercise type, self-objectification, and body image in the fitness centre environment: The role of reasons for exercise. *Psychology of Sport And Exercise*, 9(6):855-866.
- Pulur, A., Üstün, E., Karabulut, E.O.**, 2009. Üniversiteli üst düzey halkoyunları sporcuların sigara ve alkol kullanımlarının bedenlerini algılama düzeylerine etkisi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(3):833-850.
- Secord, P.F., Jourard, S.M.**, 1953. The appraisal of body-cathexis: Body-cathexis and the self. *Journal of Consulting Psychology*, 17(5):343-347.
- Sağiroğlu, İ., Avar, H.**, 2017. Fitness ve crossfit merkezlerine rekreatif egzersiz amaçlı katılımda etkili olan motivasyon faktörlerinin incelenmesi. *Uluslararası Anadolu Spor Bilimleri*, (3) 175s.
- Sümer, S.Z.**, 2009. Tarih içinde görünürlükten, kadınların tarihine: Amerikan kadın romanında feminist bilinç ve politika. *Doktora Tezi*, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Swingewood, A., Akınhay, O.**, 2014. *Sosyolojik düşüncenin kısa tarihi*. Agora Yayınevi, İstanbul, 53-67s.
- Şahan, S.**, 2019. Ankyra spor merkezinde fitness egzersizine katılan kadın ve erkek üyelerin beden imgelerinin bazı değişkenler bakımından incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Ankara, 49-78s.
- Şahin, A.**, 2018. Spor salonuna giden yetişkinlerin sosyal fiziki kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1):14-26.
- Şişman, N.**, 2006. *Emanetten mülke/ kadın, beden*. Siyaset İz Yayıncılık, İstanbul, 23s.
- Tatlises, M.**, 2016. Spor salonunda düzenli spor yapan kişilerin Ortoreksiya Nevroza belirtileri ile beden algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Beykent Üniversitesi, İstanbul, 37-72s.
- Timurturkan, M.G.**, 2008. Felsefi bedenden sosyolojik bedene. *Ethos*, 1(4):1-14.
- Turner, B. S.**, 2006. *Body*. London. *Sage Publications*. Cilt: 23(3):223-229.
- Turner, J.H., Beeghley, L., Powers, C.H., Tatlıcan, Ü.**, 2010. *Sosyolojik teorinin oluşumu*. Sentez Yayıncılık, Bursa, 63-273s.
- Türkmen, M., Özsan, A.**, 2020. Covid-19 salgını ve spor sektörüne etkileri. *International Journal of Sport Culture and Science*, 8(2):2148-1148.

- Uğurlu, O.**, 2019. Fitness merkezlerinde egzersiz yapan bireylerin fiziksel aktivite düzeyi ve yaşam kalitesi ilişkisi. Anadolu Üniversitesi, Eskişehir, 30s.
- Ulusoy, M.D.**, 2012. Post-yapısalcılık: Micheal Foucault ve Jacques Derrida. *Çağdaş sosyoloji kuramları*. AÜ Yayınları, Eskişehir, 130s.
- URL-1**, 2020. <http://www.futbolekonomi.com/index.php/haberlermakaleler/genel/125-sebahattin-devecioglu/4860-karton-tarafar.html> /, 12 Nisan 2020.
- URL-2**, 2020. <http://www.goal.com/tr/haber/futbolda-hangi-lig-ne-zaman-baslayacak-hangi-ligler-iptal/niboyl6fy8q15okgogboixbc> /, 12 Mayıs 2020.
- URL-3**, 2020. tr.wikipedia.org/, Covid-19 Pandemisi. 12 Mayıs 2020.
- Yanıklar, C.**, 2010. Tüketim kültürü, kapitalizm ve insan ihtiyaçları arasındaki ilişki üzerine bir tartışma. *Sosyal Bilimler Dergisi/Journal of Social Sciences*, 34(1):11.
- Yetim, A.**, 2000. Sporun sosyal görünümü. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1):63-72.
- Yetim, G.**, 2014. Boş zaman ilgileniminin boş zaman tatmini ve sadakati üzerine etkisi: Eskişehir'deki fitness merkezleri üzerine araştırma. *Yüksek Lisans Tezi*, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir, 121s.
- Yıldız, Y., Çetinöz, F., Kaplan, Y., Türkmen, M.**, 2007. Tv. reklamlarında spor imajının kullanılması ve tüketici davranışları üzerine etkisi. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 2(1):8-12s.
- Yılmaz, Ş.**, 2009. Plastik ve Rekonstrüktif cerrahi hastalarında Preop ve Postop dönemde beden imajı ve benlik saygısının değerlendirilmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Afyon, 27-73s.
- Yorulmaz, M., Kurutçu, Ş.**, 2019. Vücut algısı ve sosyal görünüş kaygısı ilişkisinin incelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(2):195-208.
- Yüksel, M.**, 2014. Cinsiyet ve spor. *Tarih Okulu Dergisi*, 7(19):663-684.

EKLER

EK 1 KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Değerli katılımcı, bu anket formu “Sosyolojik Bağlamda Fitness Sporunun Beden Algısı Üzerine Etkisi: Bursa Örneği” isimli Yüksek lisans çalışmasında kullanılacaktır. Çalışma kapsamında vereceğiniz bilgileriniz, sadece bu çalışma için kullanılacak hiçbir şekilde başkaları ile paylaşılmayacaktır. Soruları herhangi bir etki altında kalmadan, içtenlikle cevaplamak suretiyle göstereceğiniz ilgi ve yardım için teşekkür ederim.

Murat DURMAZ

Aşağıdaki soruların eksiksiz ve doğru bir şekilde doldurulması rica olunur.

1-Yaşınız?..... Cinsiyetiniz.....

2-Kilonuz?..... 3 Boyunuz?.....cm

4- Mesleğiniz?

5- Medeni Durumunuz?

Evli ☐ Bekar ☐

6-Eğitim Düzeyiniz?

Orta Öğretim ☐ Ön Lisans ☐ Lisans ☐ Lisansüstü ☐ Doktora ☐

7-Ortalama aylık geliriniz?

1000 TL ve altı ☐ 1001–2.000 TL ☐

2.001–3.000 TL ☐ 3.000 TL ve üzeri ☐

8-Kaç yıldır Aktif Spor yapıyorsunuz?

.....

9-Kronik bir probleminiz var mıdır?

.....

10-Herhangi bir fiziksel engel durumunuz var mıdır?

.....

11-Sigara kullanıyor musunuz?

evet ☐ hayır ☐

12-Alkol kullanıyor musunuz?

evet ☐ hayır ☐

	EK 2 ÇALIŞMA ANKETİ	Evet	Kararı zım	Hayır
	Maddelere yanıt olarak, size en uygun seçeneği işaretleyiniz.			
1	Bedenim benim için çok önemli bir araçtır.			
2	Bedenimin güzel görünmesi çok önemlidir.			
3	Bedenimin görüntüsü sosyal ilişkilerimi etkiler.			
4	Benim için ruhsal değil bedensel güzellik daha önemlidir.			
5	Dış görünüşümle dikkat çekmekten hoşlanırım			
6	Başkalarının bedenim hakkındaki düşünce ve önerilerini önemserim.			
7	Toplumsal hayatta kabul görmek için fazla kilolu olmaktan kaçınırım			
8	Daha uzun ve sağlıklı yaşama isteği beni fitness ile zayıflamaya yöneltir.			
9	İstediğim kıyafetleri giyebilmek için fitness yaparım.			
10	Arkadaş çevresinde beğenilmek ve dikkat çekmek için fitness merkezlerine giderim.			
11	Fitness merkezlerine gitmek beni ruhsal olarak rahatlatır.			
12	Popüler dergilerinden ve internet sitelerinden etkilendiğim için fitness sporu yaparım.			
13	Spor programlarındaki uzmanların söylemleri beni fitness yapmaya yöneltir.			
14	Ünlü sporcuları televizyon ya da reklamlarda gördüğümde onların sportif yapıları beni cezbeder.			
15	Vücudumu forma koyabilmek için kimyasal ilaçlar kullanırım.			
16	Güzelleşmek için vücudumun hoşlanmadığım herhangi bir bölgesine estetik cerrahi yaptırmayı düşünebilirim.			

EK 3 BEDEN ALGISI ÖLÇEĞİ

		(5) Çok beğeniyoru m	(4) Oldukça beğeniyorum	(3) Kararsızım	(2) Beğenmiyorum	(1) Hiç beğenmiyorum
1	Saçlarımı					
2	Yüzümün rengini					
3	İştahımı					
4	Ellerimi					
5	Vücudumun kıl dağılımını					
6	Bumumu					
7	Fiziksel gücümü					
8	İdrar dışkı düzenimi					
9	Kas kuvvetimi					
10	Belimi					
11	Enerji düzeyimi					
12	Sırtımı					
13	Kulaklarımı					
14	Yaşımı					
15	Çenemi					
16	Vücut yapımı					
17	Profilimi					
18	Boyumu					
19	Duygularımın keskinliğini					
20	Ağrıya dayanıklılığımı					
21	Omuzlarımın genişliğini					
22	Kollarımı					
23	Göğüslerim					
24	Gözlerimin Şeklini					
25	Sindirim sistemim					
26	Kalçalarımı					
27	Hastalığa direncimi					
28	Bacaklarımı					
29	Dişlerimin Şeklini					
30	Cinsel gücümü					
31	Ayaklarımı					
32	Uyku düzenimi					

33	Sesimi					
34	Sağlığını					
35	Cinsel faaliyetlerimi					
36	Dizlerimi					
37	Vücudumun duruş şeklini					
38	Yüzümün Şeklini					
39	Kilomu					
40	Cinsel organlarım					

