



BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

SPOR EĞİTMENLERİNİN NARSİSİZM EĞİLİMLERİ VE SOSYAL FİZİK KAYGI
DURUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TANSU YUCA

BURSA

2022



T.C.

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**SPOR EĞİTMENLERİNİN NARSİSİZM EĞİLİMLERİ VE SOSYAL FİZİK KAYGI
DURUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Tansu YUCA

DANIŞMAN

Prof. Dr. Nimet Haşıl KORKMAZ

BURSA

2022

BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK

Bu çalışmadaki tüm bilgilerin akademik ve etik kurallarına uygun bir şekilde elde edildiğini beyan ederim.

Tansu Yuca

YÖNERGEYE UYGUNLUK ONAYI

“Spor eğitmenlerinin narsisizm eğilimleri ve sosyal fizik kaygı durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi” adlı Yüksek Lisans tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanmıştır.

Tezi hazırlayan

Tansu YUCA

Danışman

Prof. Dr. Nimet Haşıl KORKMAZ

Beden Eğitimi ve Spor ABD Başkanı

Prof. Dr. Nimet Haşıl KORKMAZ



EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
YÜKSEK LİSANS/DOKTORA İNTİHAL YAZILIM RAPORU
ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞI'NA

Tarih: 10/02/2022

Tez Başlığı/Konusu: Spor Eğitmenlerinin Narsisizm Eğilimleri ve Sosyal Fizik Kaygı Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Yukarıda başlığı gösterilen tez çalışmamın a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 104 sayfalık kısmına ilişkin, 17/01/2022 tarihinde şahsım tarafından Turnitin adlı intihal tespit programından (Turnitin)* aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan özgünlük raporuna göre, tezimin benzerlik oranı % 12 'dur.

Uygulanan filtrelemeler:

- 1- Kaynakça hariç
- 2- Alıntılar hariç/dahil
- 3- 5 kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Çalışması Özgünlük Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esasları'nı inceledim ve bu Uygulama Esasları'nda belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Gereğini saygılarımla arz ederim.

17.01.2022

Adı Soyadı: Tansu Yuca

Öğrenci No: 801710001

Anabilim Dalı: Beden Eğitimi ve Spor

Programı: Beden Eğitimi ve Spor Tezli Yüksek Lisans

Statüsü: ☒ Y.Lisans ☐ Doktora

Danışman

Prof. Dr. Nimet Haşıl Korkmaz

* Turnitin programına Uludağ Üniversitesi Kütüphane web sayfasından ulaşılabilir.

T.C.
BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE,

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda 801710001 numara ile kayıtlı Tansu Yuca'nın hazırladığı “Spor Eğitimcilerinin Narsisizm Eğilimleri ve Sosyal Fizik Kaygı Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” konulu Yüksek Lisans çalışması ile ilgili tez savunma sınavı, 21/01/2022 günü 10.00-12.00 saatleri arasında yapılmış, sorulan sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin/çalışmasının (başarılı/başarısız) olduğuna (oybirliği/oy çokluğu) ile karar verilmiştir.

Üye (Tez Danışmanı ve Sınav Komisyonu Üye Başkanı)

Prof. Dr. Nimet Haşıl KORKMAZ

Bursa Uludağ Üniversitesi

Üye

Dr. Öğr. Üyesi. Salih ERDEN

Bursa Uludağ Üniversitesi

Üye

Doç Dr. Mehmet İLKİM

İnönü Üniversitesi

Önsöz

Yüksek lisans süresi boyunca her konuda bana destek olan değerli danışmanım Prof. Dr. Nimet Haşıl KORKMAZ' a, istatistiksel analiz konusunda yardımcı olan Doç. Dr. Deniz Sığırlı' ya ve araştırmama katılmaya gönüllü olan spor eğitmenlerine, bu süreçte her konuda desteklerini esirgemeyen sevgili aileme teşekkür ediyorum.

Özet

Yazar: Tansu YUCA

Üniversite: Uludağ Üniversitesi

Ana Bilim Dalı: Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı

Tezin Niteliği: Yüksek Lisans Tezi

Sayfa Sayısı: XVII+49

Tez: Spor Eğitmenlerinin Narsisizm Eğilimleri ve Sosyal Fizik Kaygı Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Danışmanı: Prof. Dr. Nimet Haşıl KORKMAZ

SPOR EĞİTMENLERİNİN NARSİSİZM EĞİLİMLERİ VE SOSYAL FİZİK KAYGI DURUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Spor eğitmenleri toplumsal yaşamda yer alan bireylerin fiziksel gelişimleri ve sağlık durumlarının daha iyi hale gelmesi için çalışan ve fiziksel görünümleri ile örnek olması gereken kişilerdir. Spor eğitmenlerinin fiziksel görünümleri ve davranış eğilimleri son derece önemlidir. Bu nedenle araştırmamızda spor eğitmenlerinin narsisizm eğilimleri ve sosyal fizik kaygısı arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmaya Bursa ilinde spor salonlarında düzenli olarak spor eğitmenliği yapan, yaşları 17 ve 66 arasında değişen 201 spor eğitmeni katılmıştır. Veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Fizik Kaygı Ölçeği ve Narsistik Kişilik Envanteri kullanılmıştır. İstatistiksel analizler IBM SPSS Statistics 23.0 programı kullanılarak yapılmıştır. Verilerin normal dağılıma uygunluğu Shapiro-Wilk testi ile test edilmiştir. Normal dağılım sağlanmadığı için non-parametrik istatistik testlerle analizler yapılmış ve tanımlayıcı istatistikler medyan (minimum-maksimum) değerler ile verilmiştir. İki bağımsız grup arası karşılaştırmalar Mann-Whitney U testiyle yapılmıştır. Değişkenler arası ilişkiler ise Spearman sıra korelasyon katsayısıyla incelenmiştir. İstatistik anlamlılık düzeyi $\alpha=0.05$ alınmıştır.

Ölçeklerin güvenilirliği Narsistik Kişilik Envanteri için Kuder-Richardson 21 güvenilirlik katsayısıyla, SFKE için Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısıyla incelenmiştir.

Araştırmanın sonunda, spor eğitmenlerinin narsisizm düzeyi ile sosyal fizik kaygısı arasında anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Narsisizm boyutlarından kadınlarda “Hak İddia Etme” alt boyutu dışında erkeklerde ve kadınlarda “Üstünlük”, “Teşhircilik”, “Sömürücülük”, “Kendine yeterlilik” ve “Otorite” ile cinsiyetler arasında anlamlı ilişki bulunmaktadır ($p<0,05$).

. Narsisizm ile SFK toplam ve fiziksel görünüm rahatlığı (FGR), olumsuz değerlendirilme beklentisi (ODB) alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0,05$). Araştırmaya katılanların yaşları arttıkça narsisizm düzeylerinin düştüğü belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Fizik Kaygısı, Narsisizm

Abstract

Author: Tansu YUCA
University: Uludağ University
Field: Physical Education and Sport
Degree Awarded: Master's Degree Thesis
Page Number: XVII +49
Thesis: Examination of the relationship between sports trainers' narcissism tendencies and social physical anxiety
Supervisor: Prof. Dr. Nimet Haşıl Korkmaz

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SPORTS TRAINERS' NARCISISM TENDENCIES AND SOCIAL PHYSICAL ANXIETY

Sports trainers are people who work for the physical development and health status of individuals in life and who should set an example with their physical appearance. Physical appearance and behavioral tendencies of sports trainers are extremely important. For this reason, in our research, the relationship between the narcissism tendencies of sports trainers and social physique anxiety was examined. 201 individuals aged between 17 and 66, who regularly work as sports trainers in sports halls in Bursa, participated in the research. Personal Information Form, Social Physics Anxiety Scale and Narcissistic Personality Inventory were used as data collection tools in the study. Statistical analyzes were made with the IBM SPSS Statistics 23.0 program. The conformity of the data to the normal distribution was tested with the Shapio-Wilk test. Since normal distribution was not achieved, analyzes were made with non-parametric statistical tests and descriptive statistics were given with median (minimum-maximum) values. Comparisons between two independent groups were made using the Mann-Whitney U test. The relations between the variables were examined with the Spearman rank correlation coefficient. Statistical significance level was taken as $\alpha=0.05$. The reliability of the

scales was examined with the Kuder-Richardson 21 reliability coefficient for the Narcissistic Personality Inventory and the Cronbach Alpha reliability coefficient for the SFCI.

At the end of the research, it was determined that there is a significant relationship between the narcissism levels of sports trainers and their social and physical anxiety ($p < 0,05$). Apart from the sub-dimension of "claiming rights" in women, among the narcissism dimensions, there is a significant relationship between genders with "Supremacy", "Exhibitionism", "Exploitation", "Self-sufficiency" and "Authority" in men and women ($p < 0,05$). A statistically significant relationship was found between narcissism and SFC total and physical appearance comfort (FGR), negative evaluation expectation (ODB) sub-dimensions ($p < 0,05$). It was determined that as the age of the sports trainers increased, the level of narcissism decreased.

Key words: *Social Physique Anxiety, Narcissism*

Deniz ve Derin için...

İçindekiler

BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK	iv
Önsöz.....	viii
Özet	ix
Abstract	xi
İçindekiler.....	xiv
Tablolar Listesi.....	xvi
Kısaltmalar Listesi.....	xvii
1. Bölüm	1
Giriş	1
1.1.Problem Durumu	2
1.2. Araştırma Soruları ve Hipotezler	2
1.3. Amaç	3
1.4. Önem	4
1.5. Varsayımlar	4
1.6. Sınırlılıklar	4
1.7. Tanımlar	5
2.Bölüm	6
Literatür	6
2.1 Narsisizm Tanımı	6
2.1.1. Normal (Sağlıklı) Narsisizm	9
2.1.2 Patolojik narsisizm	10
2.1.3. Narsistik kişilik bozukluğu.....	12
2.2. Kernberg’in Narsisizm Üzerine Görüşleri	13
2.3. Kohut’un Narsisizm Üzerine Görüşleri.....	14
2.4. Büyüklenmecî ve Kırılgan Narsisizm	14
2.5. Sosyal Fizik Kaygısı.....	15
3.Bölüm	19
Yöntem	19
3.1. Araştırma Modeli	19
3.2. Evren ve Örneklem.....	19
3.3. Veri toplama Araçları.....	19

3.3.1. Narsistik kişilik envanteri.....	19
3.3.2. Narsisizm boyutları.	20
3.3.3. Sosyal fizik kaygı ölçeği	22
3.4. Verilerin Toplanması ve Çözümlemesi.....	22
4.Bölüm	24
Bulgular	24
4.1. Narsisizm ve Narsisizm Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular	24
4.2. Narsisizm – Sosyal Fizik Kaygı Toplam Puanı ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular ...	25
4.3. Yaş ile Narsisizm ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular.....	26
4.4. Yaş ile sosyal fizik kaygı ve alt boyutlarına ilişkin bulgular	27
4.5. Eğitim Düzeyi ile Narsisizm ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular	28
4.6.Eğitim düzeyi ile sosyal fizik kaygı ve alt boyutlarına ilişkin bulgular.....	28
4.7. Eğitimlik Süresi ile Narsisizm ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular	29
4.8. Eğitimlik süresi ile sosyal fizik kaygı ve alt boyutlarına ilişkin bulgular	30
4.9. Narsisizm ve Alt Boyutlarının Mann-Whitney U Testi’ne İlişkin Bulguları.....	30
4.10. Sosyal Fizik Kaygı ve Alt Boyutlarının Mann-Whitney U Testine ilişkin bulguları..	32
5.Bölüm	33
Tartışma ve Sonuç	33
5.1 Tartışma.....	33
5.2 Sonuç.....	72
6. Kaynakça	39

Tablolar Listesi

Tablo

1. Narsisizm ve Narsisizm Alt boyutlarına İlişkin Bulgular.....	24
2. Narsisizm ve Sosyal Fizik Kaygı Toplam Puanı ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular.....	25
3. Yaş ile Narsisizm ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular.....	26
4. Yaş İle Sosyal Fizik Kaygı ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular.....	27
5. Eğitim Düzeyi ile Narsisizm ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular.....	28
6. Eğitim ile Sosyal Fizik Kaygı ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular.....	29
7. Eğitim Süresi ile Narsisizm ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular.....	30
8. Eğitim Düzeyi ile Sosyal Fizik Kaygı ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular.....	31
9. Mann-Whitney U Testi'ne İlişkin Bulgular.....	32
10. Cinsiyetler Arasında Sosyal Fizik Kaygı ve Alt Boyutlarının Mann-Whitney U Testi ile Karşılaştırma Sonuçları.....	33

Kısaltmalar Listesi

APA: Amerikan Psikiyatri Birliği

BESYO: Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

NKE: Narsistik Kişilik Envanteri

SFK: Sosyal Fizik Kaygısı

FGR: Fiziksel Görünüm Rahatlığı

ODB: Olumsuz Değerlendirme Beklentisi

1. Bölüm

Giriş

Bireyin bedensel ve fiziksel gelişimine katkıda bulunan spor, kişinin kendisiyle barışık olmasını ve kendisini sevmesini de sağlamaktadır. Spor yapıp güzel ve orantılı bir görünüme sahip olan bireylerin kendini değerlendirmesi spor yapmayan bireylere göre farklıdır. Geçmişten günümüze insanların dış görünüme verdiği değerler doğrultusunda çoğu kişide bu durum hoş ve beğenilir olma arzunu doğurmuştur. Bu sayede insanlar, daha güzel görünmek ve ideal vücuda kavuşmak için yoğun çabalar göstermeye başlamışlardır (Tazegül Ü. & Güven Ö.).

İnsanların kendini değerlendirmesinin yanında başka insanlarında onları nasıl değerlendirdiği oldukça önemli olmuştur. Çoğu insan dışarıya pozitif izlenim bırakmak ister ve davranışları da buna yöneliktir. Fakat bazı insanlar bu durum karşısında oldukça endişeli davranabilmektedirler. Kişinin görünümü diğer insanlar tarafından değerlendirilirken yaşadığı endişe Sosyal Fizik Kaygısı (SFK) adını almıştır (Hart, Leary ve Rejeski, 1989).

Bazı insanlar ise kendilerini aşırı şekilde beğenir ve kendilerini diğer insanlardan daha üstün görürler. Son zamanlarda sporcuların kişilikleri üzerine yapılan araştırmalarda narsisizm terimi üzerine dikkat çekilmektedir. Bireyin kendini olduğundan fazla beğenmesi, fiziksel ve zihinsel olarak diğer insanlardan kendini üstün görmesi narsisizm olarak tanımlanmaktadır. (Tazegül, 2012). Narsisizm, Kişilik Bozukluğu olarak da tanımlanan ve Narsistik Kişilik Bozukluğu adını alarak kendini olduğundan fazla önemli görüp kişinin karşı taraftan sürekli onaylanma, beğenilme ve takdir edilme ihtiyacı hissetmesi ile kavramlaştırılan kişilik yapısıdır (Kohut, 1977).

Kişinin benlik saygısı, karşı taraftan gelen onaylanma, beğenilme ve ilgi ile doğrudan ilişkilendirilmiştir (Kohut, 1977). Bireyin görünüm ve davranış biçimleri sürekli bunları elde

etmeye yöneliktir (Öztürk, 2002). Bundan ötürü çoğu insan estetik bir fiziğe sahip olmak ve daha güzel görünmek adına fazla çaba sarf eder hale gelmiştir.

Davis 1992 yılında Narsist kişilerin dış görünüşlerine fazla odaklandıklarını ve egzersizi de buna ulaşmak için bir basamak olarak gördüğünü söylemiştir. Bu nedenle sürekli spor yapan ve yaptıran spor eğitmenlerinin de narsisizm eğilimleri olduğu ve sosyal fizik kaygısı yaşamadığını, yaşıyorsa da diğer bireylere oranla daha az yaşadığı öngörülmektedir.

1.1.Problem Durumu

Narsisizm kavramı ile ilgili farklı alanlarda birçok çalışma bulunmaktadır. Ne kadar sporcular üzerine bazı çalışmalar yapılsa da daha önce spor eğitmenlerinin narsisizm düzeylerini ve sosyal fizik kaygı durumlarını belirlemek için literatürde herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Yapılan araştırmada elde edilecek olan verilerin, ileride yapılması beklenen diğer çalışmalara da ışık tutması açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Bu sebeple araştırmamızın problemini, spor eğitmenlerinin narsisizm eğilimleri ve sosyal fizik kaygı durumlarının incelenmesi oluşturmaktadır.

1.2. Araştırma Soruları ve Hipotezler

Narsisizm ile narsisizm alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

H0: Narsisizm ile narsisizm alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H1: Narsisizm ile narsisizm alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Narsisizm ile sosyal fizik kaygı ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

H0: Narsisizm ile sosyal fizik kaygı ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H1: Narsisizm ile sosyal fizik kaygı ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Narsisizm alt boyutları ile yaş arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

H0: Narsisizm alt boyutları ile yaş arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H1: Narsisizm alt boyutları ile yaş arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Sosyal fizik kaygı alt boyutları ile yaş arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

H0: Sosyal fizik kaygı alt boyutları ile yaş arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H1: Sosyal fizik kaygı alt boyutları ile yaş arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Narsisizm alt boyutları ile eğitim arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

H0: Narsisizm alt boyutları ile eğitim arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H1: Narsisizm alt boyutları ile eğitim arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Sosyal fizik kaygı alt boyutları ile eğitim arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

H0: Sosyal fizik kaygı alt boyutları ile eğitim arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H1: Sosyal fizik kaygı alt boyutları ile eğitim arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Narsisizm alt boyutları ile öğretmenlik süresi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

H0: Narsisizm alt boyutları ile öğretmenlik süresi arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H1: Narsisizm alt boyutları ile öğretmenlik süresi arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Sosyal fizik kaygı alt boyutları ile öğretmenlik süresi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

H0: Sosyal fizik kaygı alt boyutları ile öğretmenlik süresi arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H1: Sosyal fizik kaygı alt boyutları ile öğretmenlik süresi arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Kadın ve erkekler arasında narsisizm ve alt boyutları bakımından anlamlı fark var mıdır?

H0: Kadın ve erkekler arasında narsisizm ve alt boyutları bakımından anlamlı fark yoktur.

H1: Kadın ve erkekler arasında narsisizm ve alt boyutları bakımından anlamlı fark vardır.

Kadın ve erkekler arasında sosyal fizik kaygı ve alt boyutları bakımından anlamlı fark var mıdır?

H0: Kadın ve erkekler arasında sosyal fizik kaygı ve alt boyutları bakımından anlamlı fark yoktur.

H1: Kadın ve erkekler arasında sosyal fizik kaygı ve alt boyutları bakımından anlamlı fark vardır.

1.3. Amaç

Araştırmanın amacı, spor eğitmenlerinin narsisizm eğilimlerini ve sosyal fizik kaygı durumlarını belirleyip incelemektir. Ayrıca araştırmada spor eğitmenlerinin çeşitli demografik özelliklerine göre narsist kişilik özellikleri ile sosyal fizik kaygı durumları arasında bir ilişki olup olmadığı da incelenecektir.

1.4. Önem

Egzersiz her birey için oldukça önem taşımaktadır. Özel ya da devlete ait spor salonlarında görev yapan, kişilerin fiziksel yapılarına uygun olarak program hazırlayıp bu programlar eşliğinde onların vücutlarını daha verimli hale getirebilmesi için sistematik olarak spor aletleri ile çalışmasına yardımcı olan ve onları kontrol eden spor eğitmenleri kişinin en doğru şekilde egzersiz yapabilmesi için ideal bir ortam hazırlar. Narsisizm terimi spor alanında yeni yeni gündeme gelmeye başlıyor olsa da uzun zamandır psikanalistlerin ve bilim adamlarının da üzerinde çalıştığı bir konudur.

Narsisizm özelliği taşıyan spor eğitmenlerinin çeşitli beğenilme istekleri sınırsız güç, başarı doyumsuzluğu ve karşı tarafa güzel görünme isteği, eşsiz olduğuna inanç gibi narsistik özelliklerin sosyal fizik kaygı düzeylerini de doğrudan etkileyebileceği düşünülmektedir. Bu araştırmanın narsisizm ve sosyal fizik kaygısı ile ilgili yapılacak olan diğer çalışmalara ışık tutmasını bekliyoruz.

1.5. Varsayımlar

Araştırmadaki örneklem grubunun, araştırmanın evrenini oluşturduğu varsayılmıştır.

1.6. Sınırlılıklar

2020-2021 yıllarında Bursa ilinde bulunan spor merkezlerinde eğitmenlik yapan katılımcı sayısı toplamda 201 olmak üzere 91 erkek, 110 kadın spor eğitmeni ile sınırlıdır.

Öz-rapor ölçüsü, ölçmede kullanılırken doğru sonuçlar elde edilmeyebilir. Çünkü bireylerin kendi fizik algısı ile kişilikleri hakkında verdikleri cevaplar nesnel sonuçlar vermeyebilir.

Araştırmamızın verilerinin genellenebilirliği bu araştırmanın örneklemini ile sınırlandırılmıştır.

1.7. Tanımlar

Fiziksel Aktivite: Vücuttaki iskelet kasları vasıtasıyla vücudun hareketi sonucunda enerji harcamasıdır, bireyin günlük olarak yaptığı hareket miktarıdır (Rowland ve Freedson,1994).

Narsisizm: Kişinin kendi vücuduna karşı cinsel arzu ve haz duymasıdır (Özaydın, 1984).

Sosyal Fizik Kaygısı: Bireylerin vücut görünümünün diğer insanlar tarafından değerlendirilirken yaşadığı beğenilmeme endişesine sosyal fizik kaygısı denir (Hart, Leary ve Rejeski, 1989).

Spor Eğitmeni: Spor eğitmeni, kişilerin fiziksel yapısına göre, hazırladığı programlar doğrultusunda, vücutlarını daha verimli hâle getirmek için sistematik olarak çalışmalarını sağlayan, aletlerin nasıl kullanılacağına dair bilgiler vererek onları kontrol eden nitelikli kişidir (Demirci,A. Egelife Dergisi).

2.Bölüm

Literatür

2.1 Narsisizm Tanımı

Latin şair Ovidius aracılığıyla anlatılan hikayeye göre narsisizm ya da bensevi, Yunan mitolojisinde sudaki yansımasında kendini görüp kendi yüzüne ölümüne aşık olan ve bu aşka ulaşmak içinde kendi canından olan Irmak Tanrısı Kephissos'un oğlu Narkissos'dan geldiği bilinmektedir (Gürel E, Mutur C, 2007). Anlatılan bu öykünün Narsisizm terimiyle örtüşmesi rastlantı olmamakla birlikte “benmerkezcilik, kendini beğenmişlik, gösterişçilik, kibirlilik, nesne ilişkilerinden yoksunluk, başkalarının duygularına karşı duyarsızlık” ifadeleriyle tarif edilen birçok unsur bu hikayedeki Narkissos'a benzetilmektedir (Twenge ve Campbell, 2010).

Narsisizmi konu alan çalışmalarda, narsisizmi bir kişilik bozukluğu olarak değerlendiren çalışmaların yanı sıra, kişilik özelliği olarak da ele alan çalışmaların sayısı olabildiğince fazladır. Amerikan Psikiyatri Birliği, Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı'nda narsisizme bir kişilik bozukluğu olarak değinilmiş ve narsisizmi tanımlayan üç ana husustan bahsedilmiştir. Bu hususlar, hayranlık ihtiyacı, empati eksikliği ve yaygın görkemplilik motifidir (APA, 1994)

Narsisizmin kişilik özelliği ya da kişilik bozukluğu olarak değinildiği çalışmalardaki asıl farka yönelik bakış açıları birçok araştırmacı tarafından narsisizmin şiddeti ile bağlantılı olduğu kanısına varılmıştır.

Narsisizmin psikanalizdeki yeri, Freud'un fikirleriyle biçimlenmiş, Kernberg (1975, 1985) ve Kohut' un (1971, 1977) görüşleriyle de farklı bir boyut kazanmaya başlamıştır (Campbell ve Foster, 2007; Atay, 2009). Psikanalistlerin genel görüşüne göre narsisizmin asıl sebebinin çok küçük yaşlarda ortaya çıktığı, beyinde başlayan ve biten olayların bireyin kişiliğinin oluşmasını etkilediği düşünülmektedir (Lowen, 2016).

Sağlıklı bir gelişim için bebeğin gelişiminin önemli olduğu ilk yıllarında ihtiyaçlarını giderecek olan kişinin onunla yeterince ilgilenmemesi ve ihtiyaçlarını karşılayamaması sonucunda bebekle yeterli bağın oluşmaması bebekte düş kırıklığına neden olmakla birlikte zihninde olumsuz deneyimlerleri konumlandırmasına neden olmaktadır (Mahler, 1968).

Horney'e göre de narsist bireylerde görülen ego şişmesi çocukluk çağında yaşanan olumsuz ilişkiler sonucu gerçekleşmektedir (Gençtan, 2004). Ergenlik çağındaki çocukların katılmış olduğu çalışmalara bakıldığında narsisizm seviyesi yüksek çocukların kendilerinin kabul etmediği durumlar karşısında fazla savunucu tutum içerisinde olduklarını göstermektedir. Hatta bu bireyler fiziksel ya da sözel olarak şiddet içeren davranışlar sergilemekten kaçınmamaktadırlar (Temel, 2008).

Sigmund Freud narsisizmi; dış dünyadan çekilen cinsel içgüdünün bireyin kendi kişiliğine yönlendirmesiyle oluştuğunu nitelemiştir. Freud'a göre narsisizm kişinin dış dünyaya yapması gereken nesnel yatırımı iç dünyasına yapması sonucu oluştuğu yönündedir. Yapılan araştırmalarda Narsistik Kişilik Envanteri kullanılarak yapılan araştırmalarda narsistik kişilik özelliği gösteren kişilerin karşı taraftan olumsuz duygular deneyimlediğinde fazla hassas davranmaları, kendilerini yalnız hissetmeleri, aşırı ve yoğun öfkeli tutum içerisinde oldukları ortaya çıkmıştır. Psikanalitik kurama göre bu; çocukluk döneminde gelişemeyen benlik olgusunun tamamlanamamasından dolayı olduğu yönündedir. Narsistik kişilik bozukluğuna sahip kişiler çoğu zaman, içsel boşluklarını hiçbir şeyle doldurmayı başaramazlar. Diğer insanların ilgisine duydukları ihtiyaç kişinin reddedilmeye karşı fazla hassas olmalarına neden olurken aynı zamanda bu ilgi duydukları dış ortam tarafından hayal kırıklığını yaşama korkusunu da içinde barındırır (Terbaş, 2004).

Millon (1981) göre kişinin benliğindeki bozuklukların hem bireyin biyolojik yapısının hem de erken öğrenme ortamının ürünü olduğunu, özellikle narsisizmin hatalı çocuk yetiştirmenin ürünü olduğunu iddia eder.

Amerikan Psikiyatri Derneği DSM-V'te (2013) ise tanı kitabındaki değişikliklerle birlikte narsistik kişilik bozukluğu, farklı koşullarda ortaya çıkan büyüklenmeciliği, ilgi odağı olma isteği, eş duyum eksikliğini oluşturan ve aşağıda yer alan kriterlerden en az beşini kapsayan geniş bir örüntü şeklinde biçimlenmiştir. (Eldoğan 2016) Bu kriterler:

1. Kendisini önemli hissederek büyüklenmeci davranış içinde olmak,
2. Sonsuz zekâ, güzellik, güç, başarı veya ideal sevgi fantezileriyle ilgili olmak,
3. Başka insanlardan daha özel olduğuna ve yalnızca kendisi gibi özel insanlarla ilişki kurabileceğine inanmak,
4. Çevreden çok fazla hayranlık beklemek,
5. Diğer insanlardan ayrıcalıkla olduğuna inanarak farklı muamele beklemek,
6. Kişilerle ilişkilerinde çıkarıcı olmak,
7. Empati yapamamak, başkalarının duygularını görmezden gelmek,
8. Başkalarını kıskanmak ve onların kendisini kıskandığına inanmak,
9. Kibirli ve kaba davranışlar göstermek şeklinde yer almıştır (DSM-V; American Psychiatric Association, 2013).

Psikodinamik (davranışların altında yatan etkenlerin incelenmesi) yaklaşıma göre, yaşamın ilk yıllarında yaşanan başarısızlık, korku, bağımlılık gereksinmelerinin ebeveyn veya başka bir durum sonucu karşılanamaması, gösterdiği davranışlara karşı olumsuz eleştiriler görmesi, patolojik narsisizmin oluşmasına ve buda narsistik kişilik bozukluğunun gelişmesini etkilemektedir (Güleç ve Köroğlu, 1998).

Narsisizm kişilerin karakterlerinin bir parçası olabilir. Bir bireyin kendini beğenmesi ve önemli bir insan olarak görmesi oldukça olağan hatta ihtiyaç olan bir şeydir. Çoğu kişinin başkasının gözünde kabul onaylanmak, yaptığı şeylerin iyi olduğunu hissetmek için az da olsa narsisizme gereksinim vardır. Bazı kişilerde bu ihtiyaçlar fazla istenebilmektedir. İşte bu durumlarda narsisizm olumsuz sonuçlara neden olabilmektedir (Gençtan, 1993; Kiraz, 2011).

2.1.1. Normal (Sağlıklı) Narsisizm

Normal narsisizm, kişinin kendisi dahil çevresindeki diğer insanlarla uyum içerisinde olması ve başkalarının beklentilerini karşılayabileceği duygusunu yaşantılamasıdır (Rozenblatt, 2002). Yapılan bazı araştırmalarda kişiyi olumlu yönde motive ettiği bulgularan normal narsisizm (Campbell ve Foster, 2007), kişiyi kendisi, çevresi ve çevrenin beklentileri doğrultusunda olumsuz durumlar karşısında mücadele etmede uyumlu hale getirebilmektedir (Rozenblatt, 2002).

Normal narsisizm de bireyin kendisine güvenmesi ve değer vermesi, kişiyi dışarıdan gelen olumsuz eleştirilere karşı koruma görevi görmektedir. Buda kişinin çevresindense kendisine daha çok odaklandığını göstermektedir (Akhtar, 1989).

Seksenli yıllardan bu yana hızla yükselen ve benlik algısıyla ilişkilendirilen normal narsisizm Twenge ve Campbell in görüşüne göre (2015) kendisine ve çevresine verdiği zarardan dolayı patolojik narsisizme göre daha zararlı olabildiği görüşündedirler. Bu gibi görüşlerin ilk olarak Lasch (1979) ile başladığı, Buss ve Chiodo (1991), Bushman ve Baumeister (1998, 2000) ile de farklı bakış açıları kazandığı söylenebilir Normal narsisizme sahip bireylerin insan ilişkilerinde rahat olması, liderlik özelliğinin gelişmiş olması, kendinin ve yeteneklerinin farkında olması olumlu olarak değerlendirilse de bu narsisizmin, çevresiyle olan ilişkilerinin sürdürülmesini engellemesi veya öz benciliğin yanıltıcı olmasıyla olumsuz sonuçlara neden olabilmektedir (Foster ve Campbell, 2007).

Yapılan bazı çalışmalarda kişi için olumlu sonuçları olduğu düşünülen normal narsisizm (Campbell ve Foster, 2007), kişiyi pozitif yönde etkileyerek kendisi ve çevrenin istekleri doğrultusunda sorunlarla mücadele etmede uyumlu hale getirebilmektedir (Rozenblatt, 2002). Bunun yanında narsisizm özelliği gösteren kişilerin sosyal ve kendini sürekli geliştiren, farklı şeyler deneyimlemeyi seven kişiler olduğu bilinmektedir bunun gibi davranışlarında kişinin

kendisini başkalarına kusursuz ve mükemmel gösterme ihtiyacı olduğu bilinmektedir (Twenge, Konrath, Foster, Campbell ve Bushman, 2008).

Bireye yapılan negatif yorum ve eleştiriler bu kişide özgüven eksikliğine yol açmıyorsa bu normal narsisizmdir ve patolojik narsisizmle arasındaki en belirgin farkı bu durum yaratmaktadır (Rozenblatt, 2002).

2.1.2 Patolojik narsisizm

Patolojik narsisizme sahip bireyler dışarıdan kendine güvenen, her konuda kendinden emin hareket eden ve başka kimsenin düşüncesini önemsemez gibi görünse de aslında tamamen başkalarının düşüncelerine fazlaca önem vermeye açık kişiler olduğu söylenebilir. Bu durum patolojik narsist kişilerin içsel dünyasında kendilerine güvenmeyen kişiler olduğunu göstermektedir (Karaaziz ve Atak, 2013:46).

Patolojik narsisizmdeki en belirgin olay kişinin tamamen dışarıdan gelen onay ve yorumlarla beslenmesidir. Bu durum normal narsisizm ve patolojik narsisizmi birbirinden ayıran en belirgin özelliktir. Ayrıca patolojik narsist özelliklerine sahip kişiler kendisinde beğenmediği özelliklerini, içlerinde yaşadıkları değersizlik duygusunu ve kendilerinde eksik olan yönlerine karşı hissettikleri kızgınlığı doğrudan çevresine de yansıtmaktadır. Bu durum psikanalizde ‘savunma mekanizması’ olarak ele alınmıştır. Bu olayın bireyin bir açıdan kendindeki olumsuz duyguları bastırdığı ve rahatlamasına yardımcı olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle söylenebilir ki patolojik narsist kişiler kendilerine karşı yapılan olumsuz yorum ve eleştirilere fazla negatif tepkiler (öfke, saldırganlık vb.) göstermektedirler Kernberg, 1975, 2011).

Patolojik narsisizmin gelişmesinin nedenlerine bakıldığında kişinin çocukluğunda deneyimlediği korku, başarısızlık, ebeveyn yokluğu veya rahatsızlığındaki ihmal, çocuğun eleştirilmesi veya sürekli alayla karşılık görmesi olarak sıralanabilir (Güleç, & Köroğlu, 1998).

DSM’nin bahsedilen son basımlarında yer almış olan kriterlere göre, farklı yazarlarında belirttiği ortak görüşlere dayanarak, patolojik narsist özelliğine sahip kişilerin kendi benliğine

karşı büyüklenmeci bir duyguyla hareket ettiklerini, sınırsız güç, zeka, başarı, güzellik, özel olduğuna ve kendisi gibi özel kişilerle birlikte olması gerektiğine, yalnızca bu kişiler tarafından anlaşılabileceğine, karşıdan fazla hayranlık beklediği , her konuda haklı olduğuna inandığı, empati yapamama, paylaşmada isteksiz olma, kendi amaçları için insanları bir araç olarak görmesi, diğer insanlara karşı duyduğu kıskançlık ve kibirli davranış veya tutumlar sergilediği belirtilmiştir (örn., Rosenthal ve Pittinsky, 2006; Şahin, 2009; Eren, 2010; Eldoğan, 2016).

Patolojik narsist bireyler dışarıdan bakıldığında sevecen, her konuda fazla girişken sosyal ilişki ve faaliyetlerden zevk alır görünürler; ama aslına bakıldığında bu kişiler içsel olarak fazlaca hasarlıdır. Narsist kişiler hayatın tadını çıkarmakta zorluk çekerler çünkü hayattan aldıkları tat onların karşı taraftan ne kadar hayran olunduklarına bağlıdır. Bu kişiler eğer karşı taraftan bekledikleri onayı alırlarsa onları da fazlaca överler fakat beklediği onayı alamazsa kişiyi küçümseme eğilimine girerler (Kernberg, 1975; Ak, 2017).

“Patolojik narsisizme özel narsisistik direnç, onu normal narsisizmden ayırır. Patolojik narsisizm normal narsisizmden farklı olarak patolojik nesne ilişkilerinden kaynaklanır. Bunun yanında normal narsisizmden farklı olarak ego ve süperegoda patolojik bir ayrışma ve bütünleşme eksikliği vardır. Normal narsisizmde libidinal ve saldırgan yatırım yapılmış nesne imgeleri bütünleşmiştir. Patolojik narsisizmde ise bu içselleştirilmiş nesne imgelerinin patolojik gelişimi görülür. Patolojik narsisizmden farklı olarak normal narsisizmde eleştiri, suçlama ve başarısızlığa karşı aşırı tepkinin yanında nesnelere ilgi gösterme, nesnelere güvenme ve bağımlılık birlikte bulunur. Normal çocuksu narsisizmde çocuğun talepleri ihtiyaçlarıyla bağlantılıdır, oysa patolojik narsisizmde talepler aşırıdır ve tatmin edilemez. Narsisistik hastaların soğukluğu, mesafeliliği, küçümseme ve değersizleştirilmesi, küçük çocuğun bencilliğinden farklıdır.”

Bunun gibi özellikler incelendiğinde patolojik ve normal narsisizmin birbirinden bağımsız olduğu söylenmektedir (Kernberg, 1985).

İleri derecede patolojik narsistik özelliği gösteren kişilerde kalıcı ve uzun süreli gelişen karakteristik özellikler kişide narsistik kişilik bozukluğunun olduğunu göstermektedir (Ronningstam, 2005; Üzümcü, 2016).

2.1.3. Narsistik kişilik bozukluğu

Kişilik bireyde kendine özgü özellikler anlamına gelmektedir. Kişide düzenli ve önceden tahmin edilebilir duygusal ve davranışsal etki ve tepkileri içerir (Özçetin ve ark., 2008). Kişilik bozukluğuysa “normal kişilik” yapısının dışında davranışlar sergileme olarak ele alınabilir. Kişilik bozukluğuna toplumsal değerler, dünyaya bakış açısı vb nedenler örnek gösterilebilir. (Sayar, 2003).

Narsistik kişilik bozukluğu kişinin kendisini aşırı derecede beğenmesi ve başkalarını da küçümsemesi, umursamaz davranması ve empati eksikliğiyle ortaya çıkan bir durumdur (Doğan ve ark., 2007).

Narsist bireyler çocukluğunda yaşadığı olumsuz büyüme şartlarından dolayı ilerleyen yaşlarda olaylara karşı negatif ve saldırgan davranışlar sergileyebilmektedir Bunun sonucunda sosyal geri bildirim ve benlik çıkarımları arasındaki ön şartlar, bir şekilde belirsiz kalmakta, böylece sosyal geri bildirimin değeri ile ilgili şüpheler ortaya çıkmaktadır. Narsist bireyler ilişkilerinde karşı tarafın takdirini sürekli gözetmekte ve ilişkilerini sürekli baskı altında tutan taraf olmaktadır. Çocukluk döneminde yaşanan olumsuz olaylar sebebiyle kişi sadece karşı tarafa güvensizlik yaşamamakla birlikte başkalarını sevmekte zorlanmakta ve insanları ilişkilerinin genelinde küçümsemektedir (Gülmez, 2009).

Klinik teorisyenlerin uzun zamandır dikkat çektiği gibi, narsisizmin kökleri işlevsel olmayan ebeveyn ilişkilerindedir (Thomaes, Stegge, Bushman, Olthof ve Deissen, 2008).

Kernberg’e göre narsist bireyler sürekli kendilerini başkalarıyla kıyaslamaktadır ve bunun sonucunda duyduğu aşağılanma sebebiyle kendi içinde acı çektiklerini ve başkalarında olan şeyleri sahip olmak için sürekli bir kıskançlık ve çaba içerisindedirler. (Gençtan, 2003).

2.2. Kernberg'in Narsisizm Üzerine Görüşleri

Kernberg'in (1975) deneyimlerine göre olumsuz ebeveyn stilleri narsisizmin temellerini oluşturmaktadır. Narsisizm kişinin terkedilme ve reddedilmeye karşı oluşturduğu bir savunma mekanizmasıdır.

Kernberg (1975) sunumlarının alt yapısını Melanie Klein'in Nesne İlişkileri teorisini dikkate alıp, kendisine ait kuramı oluştururken de nesne bağlantılarını, saldırganlık, görünüş, gerçeklik testi, kişiselleştirilmiş değerler ve savunmaları ön planda tutmuştur. Kernberg'e göre patolojik narsisizmde kişi sevme enerjisini nesneler yerine, büyüklenmeci benliğe gösterir. Böylelikle birey bu duyguları bastırarak doğallıktan uzaklaşmaktadır.

Bir insanın saldırganlık duygusuyla yaratıldığını savunmuş olan Kernberg (1970), nevrotik kişilik örgütlenmesi, yüksek düzey borderline kişilik örgütlenmesi, düşük düzey borderline kişilik örgütlenmesi ve psikotik seviyedeki kişilik örgütlenmesi olarak kişilikleri çok geniş bir alanda incelemiştir.

Kişilikler incelendiğinde yüksek düzey borderline kişilik örgütlenmesine giren narsisizmi, düşük düzey borderline kişilik örgütlenmesine giren malignant narsisizmi ve antisosyal kişiliği göstermektedir. Narsisizm seviyesi yüksek bireyler kendini diğer insanlardan üstün görmekte ve empati yapamamaktadırlar.

Malignant Narsisizm'de farklı olarak egonun isteklerine uygun saldırganlık, diğer bireylerin küçültücü ve tehdit edici olduğunu düşünüp aşırı duyarlı olmak ve antisosyal davranışların bazı belirtileri öne çıkmaktadır. Fakat narsisizmde antisosyal kişiliğe göre insanlarla bağlantı kurduklarında biraz daha olumlu ilişkiler kurabilir ve olaylara göre suçluluk hissedebilmektedirler.

Ancak yine de Malignant Narsisizmde kendi çıkarları için insanları kolay harcama sık karşılaşılan bir şeydir. Antisosyal kişilikte ise karşı tarafın düşündüklerinin ne hissettiklerinin

bir anlamı olmamaktadır. Kişi başkasını anlayamaz kurallara uymakta zorluk çeker ve bundan bir sorumluluk duymaz.

2.3. Kohut'un Narsisizm Üzerine Görüşleri

Kohut'a göre (1971) narsisizm sağlıklı bir gelişim aşamasıdır, patolojik narsisizm ise gelişim sürecindeki bir duraklama olarak ele almaktadır. Kohut çalışmalarında narsistik gelişimini ki hat üzerinde ele almıştır, bunlar "büyüklenmeci kendilik" (grandiose seli) ve "idealleştirilmiş ebeveyn imagosu" (idealized parental imago) olarak adlandırılır. Bu iki hat birbiriyle doğrudan ilişkilidir ve çocuğun ileride ki hedeflerinin oluşmasına etki etmektedir.

Bu gelişim sürecinde aileler çocuklarının gelişim dönemine göre davranıp, gereksinimlerine karşılık vermezlerse çocukta sarsıcı travma kalabilmekte ve gelişiminde duraksamalara neden olabilmektedir. Çocuktaki bu sarsıcı travmalar "idealleştirilmiş ebeveyn imagosu" yüzünden olursa bu çocuk ileriki yaşlarda, stres yaşadığı anıları hatırlayıp çevresinde "kaynaşmak istenen bir güç kaynağı" peşinde olup "savunmacı büyüklenmeci kendilik" görüşleri arasında belirsizlik yaşar. Kişi benlik algısı tehlikeye girince nasıl davranacağını bilemez hale gelir bu da sınır kişilik özelliklerinin başlıca belirtisidir. Bunun sebebi olarak çocuğun erken yaşlarda anne ve babadan kazanacağı sakinleştirici özelliklerini travmalar yüzünden kendine betimleyememesinden kaynaklandığı düşünülmektedir. (Kohut, 1971).

Ebeveynler çocuğun gösterdiği büyüklenmeci tavrı anlamazsa, bireyde sarsıcı travmalar "büyüklenmeci kendilik" ile neticelenir. Bu durum çocuktaki narsisizm eğiliminin devam etmesine ve ileriki yaşlarda aşağılanma duygularına maruz kalmasına neden olabilmektedir. İç dünyada kendine güvensizlik, dış dünyada ise kendine aşırı güvenen ve mükemmel görünen kişi imajı vermeleri narsisizmin başlıca belirtileridir (Kohut, 1971).

2.4. Büyüklenmeci ve Kırılgan Narsisizm

Narsisizm kavramının çok boyutlu olduğu düşünölse de yapılan araştırmalar neticesinde narsisizmin ‘açık/büyüklenmeci/teşirci’ ve ‘örtük/kırılgan/hassas’ narsisizm olmak üzere iki boyutta ele alındığını, bu iki boyutun patolojik narsisizm boyutlarını kapsamada yeterli olabileceğinin sonucuna varılmıştır (Dickinson ve Pincus, 2003; Rose, 2002; Wink, 1991).

Kırılgan narsisizm, büyüklenmeci narsisizm ile birbirine tamamen ters özellikler göstermektedir. Kırılgan narsisizm özelliğı bulunan insanlar kendi fikir ve düşüncelerinden utanç duyarak bunları saklama yoluna gider çevresiyle bu yüzden bağlarını dahi koparabilir. (Eldoğın, 2016).

Büyüklenmeci narsisizmde kırılgan narsisizmin aksine, kişi dışarıya karşı kendini en başarılı en mükemmel insan olarak dışarıya göstermektedir. Haliyle bu kişiler çevreleri tarafından kusursuz olarak görölmektedirler. Fakat büyüklenmeci tutumları zamanla bu kişilerde empatiden yoksunluk, çıkarıcılık, kendini beğenmiş tavırları yüzeye çıkarabilmektedir. Bu kişiler özellikle kendilerine saygı gösterebilecek insanlarla ilişki içerisinde olmayı daha çok tercih ederler (Köroğlu, 2011).

Kırılgan narsisizm de ise bu özelliklerin tam tersi olabilecek fazla mütevazı olma, eleştirilere çok hassas davranma, fazla kaygılı olma, utangaç tavırlar, kendisini sürekli stresli hissetme ve başkaları ile kurduğı ilişkilerde kendini gösteren büyüklenmeci beklentiler gibi özellikler ön plana çıkmaktadır (Akhtar ve Thomson, 1982; Wink, 1991).

Büyüklenmeci tutum sürekli üstün, güçlü, karşı koyulmaz düşüncelerle kişinin benliğini olumsuz bir şekilde etkiler ve kişinin başarısızlık duygusunu yaşadığı durumlarda bunu sürekli dış faktörlere bağlayarak kendisini hiçbir zaman suçlu görmez ve başkalarını suçlamaya devam eder (Campbell, Reeder ve Sedikides, 2000). Bu özelliklerin görüldüğü bireylerde benliğin tehlikeye girdiğı (arzu edilmeme, saygı duyulmama, kabul görmeme, başarı eksikliği vb.) durumlarda agresif ve saldırgan tavırlar görülebilmektedir (Rodewolt ve Morf, 1998).

2.5. Sosyal Fizik Kaygısı

Sosyal fizik kaygısı (SFK) başkaları tarafından bireyin fiziksel değerlendirme anındaki hissettikleri olarak tanımlanır. (Hart, Leary ve Rejeski, 1989). Russell (2002).

Kişinin diğer insanlar tarafından lehine olumsuz düşünceler taşımaya inanmasıyla, bireyde SFK'nın ortaya çıktığı ve bu süreçte bayanların erkeklere oranla daha fazla sosyal fizik kaygı yaşadığı görülmektedir (Davison ve McCabe, 2005). Fakat, şimdiki zamanlarda ideal vücuda ulaşmak ve formda kalmak için erkeklere yönelik toplumsal baskıların da hızlı bir şekilde artmakta olduğu belirlenmiştir (Olivardia, 2001).

Fiziksel aktivite ve egzersizler insanların daha iyi bir vücuda sahip olmak için tercih ettiği yöntemlerdendir (Altınbas ve Aşçı, 2005). Bu sayede bireyler daha sağlıklı ve fit bir görünüme sahip olurlar.

Bireylerin başkalarının kendi fiziksel görünümüleriyle ilgili olarak var olan veya var olduğu düşünülen negatif düşünceleri, toplumun ideal fizik anlayışının getirdiği baskılar onların fiziksel gelişimine katkı sağlayıp, kendi fiziksel görünümüleri hakkındaki olumsuz düşüncelerini azaltacak olan egzersizden uzaklaşabilmelerine neden olabilmektedir (Brunet & Sabiston, 2009).

Fiziksel görünümünden memnun olmamak fiziksel aktiviteye katılımı arttıran olumlu bir etken olduğu gibi, fiziksel görünümünden dolayı karşılaşılabilecek olumsuz değerlendirmelere maruz kalmamak için fiziksel aktiviteye katılmama nedeni de olabilir (Şahin, 2018).

Son yıllarda yapılan çalışmalar incelendiğinde egzersiz yapan bireylerin yapmayan bireylere göre vücutlarını daha çok beğendikleri ortaya çıkmıştır (Çok, 1990; Aşçı ve diğ., 1993; Mülazımoğlu, Kirazcı ve Aşçı, 2002; Aşçı, 2004; Huddy, Niemann ve Johnson, 1993;). Bunun yanında spora katılan bireylerin hiç spor yapmayan bireylere göre başkaları tarafından vücutlarına yönelik aldıkları eleştiriler doğrultusunda daha az fizik kaygısı yaşadıkları bulunmuştur (Hausenblas ve Mack, 1999; Eklund ve Crawford, 1994; Mülazımoğlu ve Aşçı, 2002).

Yapılan araştırmalar SFK düzeyi yüksek olanların kalabalık ortamlardan çok yalnız fiziksel aktiviteye katılma eğiliminde olduklarını göstermiştir (Spink,1992). Calogero (2004), ev gibi özel bir mekânda egzersiz yapmanın gerekli yalnızlığı sağladığını ve yüksek SFK'ya sahip olanların yaşadığı türden olumsuz değerlendirilme potansiyelini azalttığını ileri sürmüştür (Calogro,2004). Eklund ve Crawford (1994), SFK düzeyi yüksek olan bireylerin, başkalarıyla birlikte egzersize katılma oranının düşük ve başkalarının bulunduğu sosyal ortamlara girmekte isteksiz olduğunu ortaya koymuştur (Eklund & Crawford,1994).

Crawford ve Eklund (1994) da üniversite öğrencisi olan kadınlar arasında yaptığı bir çalışmada, fiziksel görünüşü vurgulayan ya da fiziksel görünüşü ön plana çıkarmayan egzersiz ortamlarının önemli derecede SFK ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır (Crawford& Eklund,1994). Brewer ve ark. (2004) ise yüksek SFK'lı bir egzersiz katılımcısının halka açık mekan da herhangi bir spor grubuna katıldığında çoğu zaman, sınıfın ya da cimnastik salonun en arkası gibi, fiziksel değerlendirilmelerin minimum olacağı bir yeri tercih ettiğini belirtmişlerdir (Brewer ve ark.,2004).

Hart ve ark. (1989) ve Ntoumanis (2005) tarafından yapılan çalışmalarda erkeklerin kadınlara oranla daha düşük SFK düzeyine sahip olmasına rağmen daha yüksek güdülenme ve fiziksel aktivite düzeyine sahip olduğu (Hart, Leary, ve Rejeski,1989) ve egzersiz davranış basamağının daha ileri safhalarında yer aldıkları belirtilmiştir (Fox & Corbin,1989; Motl & Conroy, 2001; Page & Fox,1997). Bu bulguların paralelinde SFK düzeyi yüksek olanların fiziksel aktiviteye devam etme eğilimlerinin düşük, SFK düzeyi düşük olanların ise fiziksel aktiviteye devam etme eğilimlerinin de yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Finkenberg ve ark.,1998; Frederick ve Morrison , 1996; Lantz ve Hardy,1997).

Yapılan çalışmalarda da görüldüğü gibi insanların bedenlerine yönelik kaygılarını arttıran veya azaltan durumların başında yaptıkları egzersizlerin rolü büyük önem taşımaktadır. Yapılan egzersizin yoğunluğu ve şekli de kişilerin çabuk forma girmesi için son derece önemlidir. Bu

bağlamda spor salonlarında egzersizi yaptıran spor eğitmenlerinin tecrübesi ve bilgisi kişiyi spora bağlayan ve ideal vücuda kavuşmasında da en önemli rolü oynayan kişilerdir. Bunun yanında egzersiz yapan kişilerde de spor eğitmeninin ideal bir fiziğe sahip olması kişiyi egzersize güdüleyen bir etken olarak dikkat çekmektedir.

Toplumsal olarak belirlenmiş değerler incelendiğinde kadınlarda daha zayıf ve fit olmanın, erkeklerde ise kaslı bir vücuda sahip olmanın daha çok kabul görüldüğü belirlenmiştir (Cusumano ve Thompson,1997). Bu sebeple kusursuz fizik tanımını orantılı vücut hatlarına sahip olup aynı zamanda sağlıklı olmayı gerektirmektedir (Çepikkurt ve Coşkun 2010).

3.Bölüm

Yöntem

Bu bölümde araştırma modeli, araştırma grubu, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve çözümlenmesi konularına yer verilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli

Araştırmanın yöntemi gerçekliğin gözlenebilir, ölçülebilir ve sayılarla ifade edilebilir olgulardan oluştuğu nicel araştırma yöntemi kullanılarak yapılmıştır. Nicel araştırma yöntemlerinde temel amaç genellenebilir neden-sonuç ilişkilerini açıklayan bilgiyi üretmektir (Glesne ve Peshkin, 1992).

3.2. Evren ve Örneklem

Evren, araştırma sonuçlarının geçerli olacağı büyük gruba denir. Örneklem ise evrenle ilgili çalışmak için seçilen evrenin sınırlı bir parçasıdır (Gurbetoğlu, 2018).

Araştırma örneklemini Bursa ilinde, en az bir sene boyunca spor salonlarında eğitmenlik yapan, toplamda 201 kişinin katıldığı, yaşları 17 ve 66 arasında değişen 91 erkek, 110 kadın spor eğitmeni oluşmaktadır.

Araştırmaya katılmaya gönüllü olan kişilerle online ortamda görüşülerek yapılan araştırmanın yapılış amacı ve konusu hakkında bilgiler verilmiştir.

3.3. Veri toplama Araçları

3.3.1. Narsistik kişilik envanteri.

2005 yılında Daniel R. Ames, Paul Rose ve Cameron P. Anderson tarafından oluşturulan Narsistik Kişilik Envanteri, Salim Atay tarafından 2009 yılında, ölçek Türkçeleştirilerek geçerlilik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır. Bu uygulamanın ardından yapılan ilk çalışmada Güvenirlik katsayısı 0,57 olarak ortaya çıkmıştır. Güvenirlik katsayısının beklenen değerlerden daha düşük bulunması ile, her faktörün ölçekle korelasyonuna dikkat edilerek

ölçeğe bir yararı olmadığı tespit edilen dört ifade de yeniden incelemeye gidilmiştir. Yapılan değişikliklerden sonraki ölçümlerde Güvenilirlik katsayısı 0,652'ye çıktığı görülmüştür. Bu durumda NKE'nin 15 soruluk formunun kullanıp kullanılamayacağına yönelik NKE-16 ve NKE-15 ölçeklerindeki narsisizm puanları arasındaki Pearson Korelasyonu ölçümlenmiş ve değerin 0,987 çıktığı belirlenmiştir. Bundan dolayı düşük korelasyon gösteren bir terimin ölçekten çıkarılması sonucunda 15 sorunun yer aldığı NKE'nin Güvenilirlik katsayısı artmış ve ölçeğin 16 soruluk şekli ile korelasyonu korunmuştur (Atay, 2009).

Ölçekte otorite, hak iddia etme, üstünlük, teşhircilik, kendine yeterlilik ve sömürücülük olmak üzere 6 öge yer almaktadır (Atay, 2009). Narsisizm envanterinden alınabilecek puanlar, otorite boyutu 0-2, hak iddia etme boyutu 0-2, üstünlük boyutu 0-3, teşhircilik boyutu 0-3, kendine yeterlilik boyutu 0-3, sömürücülük boyutu 0-3, toplam narsisizm 0-16 arasında olmaktadır. Puan arttıkça narsisizm seviyesi de artmaktadır (Atay, 2010). Atay (2010) yaptığı çalışmada güvenilirlik katsayısını 0,713 olarak tespit etmiştir. Bizim yaptığımız araştırmada ise NKE için güvenilirlik katsayısı 0,746 olarak belirlenmiştir.

3.3.2. Narsisizm boyutları.

3.3.2.1. Üstünlük boyutu. Narsist bireylerin kendilerini diğer insanlardan üstün görmeleri, üstünlük boyutunu narsisizmin yapı taşlarından biri haline getirmektedir. Bu kişilerin kendini üstün görme yönü, kırılgan benliği ile doğrudan alakalıdır. Narsistler de ki üstünlük daima en iyiye ve en iyi olmaya yöneliktir. Örnek verilecek olursa spor salonunda sadece en iyi en gözde antrenörle çalışmak gibi.

3.3.2.2. Otorite. Narsist bireyler başkalarına bağımlı olmak istemezler, bu da onlarda tek otoritenin kendisi olması gerektiği inancını oluşturur. Bu durum kişide otorite boyutunu geliştirirken, dışadönüklük, yakınlık, sosyal cesaret ve baskınlık gibi pozitif kişilik özelliklerini de iyi yönde etkilemektedir. Bu sayede otorite boyutu, narsist bireyin uyumlu ve pozitif yönü olarak dikkat çekmektedir (Bogart, 2004: 36).

3.3.2.3. *Teşhircilik*. Kişinin sürekli ilgi odağı olmak ve dikkatleri üzerinde toplamak olarak tanımlanır. Narsistler sürekli gözlerin üzerlerinde olmasını isterler. Diğer insanlardan daha güzel ve çekici olduklarına inandıklarından fiziksel görünümüne oldukça dikkat ederler. Fiziksel görünümüne çok önem veren, dikkat çekici ve pahalı kıyafetler giymeye ve etraflarından sürekli ilgi bekleyen kişiler olmakla birlikte fiziksel görünümünü statü kazanmak için bir araç olarak kullanırlar. (Özel, 2013).

3.3.2.4. *Sömürücülük*. Narsistler de tüm ilişkiler sömürücülükle ilişkilidir. Daima başkalarını önemsemeden çıkarları doğrultusunda onlardan fayda sağlamak isterler. Narsist kişiler bireyleri doğrudan sömürmezler bunu karmaşık bir biçime getirerek yaparlar. Bu durum kişinin zeka ve eğitim düzeyi arttıkça daha da karmaşık bir hal almaktadır. (Atay, 2010).

3.3.2.5. *Hak iddia etme*. Narsistler daima özel ilgiye layık olduğunu düşündüklerinden dolayı hak iddia etme duygusunu geliştirmişlerdir (Kets ve Vries, 2004). Başkalarına karşı olumlu kendilik imajlarını sarsmamak için her türlü maliyetten çekinmezler. Freud'a göre (1916), küçük yaşlarda yaşanan olumsuz tecrübelerin acıya dönüşmesi sonucu hayatın tatlı yanlarını hak ettiklerini ve daima güzel yaşamaları gerektiğini düşünmektedirler.

3.3.2.6. *Kendine yeterlilik*. Öz yeterlilik kişinin karşılaşılabileceği zorluklar karşısında bunlarla nasıl mücadele edeceğine dair kendine duyduğu inanç olarak tanımlanır. Bandura'nın Sosyal Öğrenme Kuramı öz yeterliliğin gelişimi için önemli bir yerdedir. Bu kuram da öz yeterlik inancı, kendini tanıma ve ilişkilerde neden sonuç bağlantısını kurabilmede kullanılan sembolik dil yoluyla etkilenir. Kişinin kognitif özellikleri, dışarıdan aldığı tepkilerle şekillenebilmektedir.

Kernberg'e göre, olumsuz durumlara karşı çaresizlik duygularını bastıramayan kişiler, kimseye ihtiyaç duymayan mükemmel bir kişilik özelliği geliştirmişlerdir. Bu sayede özgüveni yüksek başarıya her daim ihtiyaç duyan özgür ve iddialı bir yapıyı temsil eden kişilerin kendine yeterlilik boyutu ön plana çıkmaktadır (Raskin ve Terry, 1988).

3.3.3. Sosyal fizik kaygı ölçeği

Sosyal Fizik Kaygı Envanteri (Social Physique Anxiety Scale, SPSSA): 12 maddeden oluşan “Sosyal Fizik Kaygı Envanteri” Çevresi tarafından kişinin bedensel görünümü eleştirilirken hissettikleri kaygıyı ölçmek için geliştirilmiştir. Maddeler 5’li Likert tipi ölçek kullanılarak yanıtlandırılmaktadır. Envanterden alınabilecek en düşük puan 12 ve en yüksek puan 60’dır. Sosyal Fizik Kaygı Envanterinden alınan puan arttıkça bireyin fiziksel görünüşünden duyduğu kaygı seviyesi de yükselmektedir. Envanterde yer alan 5 madde fiziksel görünüm rahatlığı (FGR) ve 7 madde ise olumsuz değerlendirilme beklentisi (ODB) olarak iki alt boyutta incelenmektedir. Sosyal fizik kaygı envanterinin geçerlilik ve güvenirlik çalışması 2006 yılında 1005 katılımcı ile Mülazımoğlu ve Aşçı tarafından yapılmıştır.

Çalışmanın bulguları incelendiğinde iki faktör yapısının bulunduğu ve envanterdeki 12 maddenin 1005 kişi için envanterin %44.86’sını açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Envanterin kriter geçerliğini test etmek için Sosyal fizik kaygı ve beden imgesinden hoşnut olma puanları arasında hesaplanan korelasyon katsayısı (0.43 ile 0.57 arasında) SFK’nın kriter geçerliğini destekler niteliktedir. Envanterin test tekrar test korelasyon katsayısı tüm ölçek için kızlarda 0.88 ve erkeklerde 0.81 bulunmuştur. İç tutarlık katsayısı, tüm ölçek için iki faktörlü yapıda “fiziksel görünüm rahatlığı” alt boyutunda 0.77, olumsuz değerlendirilme beklentisi alt boyutunda ise 0.69, tek faktörlü yapıda ise 0.80 olarak saptanmıştır (Mülazımoğlu Ballı ve Aşçı, 2006).

Yaptığımız araştırmanın güvenirlik katsayısı SFKE için 0,736 olarak belirlenmiştir.

3.4. Verilerin Toplanması ve Çözümlemesi

IBM SPSS Statistics 23.0 programı kullanılarak yapılan istatistiksel analizlerde ulaşılan verilerin normal dağılıma uygunluğu Shapiro-Wilk testi ile test edilmiştir. Normal dağılım sağlanmadığı için non-parametrik istatistik testlerle analizler yapılmış ve tanımlayıcı istatistikler medyan (minimum-maksimum) değerler ile verilmiştir. İki bağımsız grup arası

karşılaştırmalar Mann-Whitney U testiyle yapılmıştır. Değişkenler arası ilişkiler ise Spearman sıra korelasyon katsayısıyla incelenmiştir. İstatistik anlamlılık düzeyi $\alpha=0.05$ alınmıştır. Ölçeklerin güvenilirliği Narsistik Kişilik Envanteri için Kuder-Richardson 21 güvenilirlik katsayısıyla, Sosyal Fizik Kaygı Envanteri için Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısıyla incelenmiştir.

4.Bölüm

Bulgular

Çalışmaya katılan 201 bireylerin medyan yaşı 28 (minimum-maksimum: 17-66) yıldır. Çalışmaya katılanların 110'u kadın (%54,5), 91'i erkek (%45,5) olup, 1 kişi soruya cevap vermemiştir. İlkokul mezunu olan 1 (%0,5), lise mezunu 7 (%3,5), ön lisans mezunu 7 (%3,5), lisans mezunu 163 (%81,5), yüksek lisans mezunu 20 (%10,0) ve doktora mezunu 2 (%1,0) kişi çalışmaya katılmıştır. Katılımcıların eğitmenlik süreleri incelendiğinde, 1-2 yıl eğitmenlik yapan 29 (%14,5) katılımcı, 3-4 yıl eğitmenlik yapan 88 (%44,0) katılımcı, 5-6 yıl eğitmenlik yapan 36 (%18,0) katılımcı, 7 ve üzeri yıl eğitmenlik yapan 47 (%23,5) katılımcı olduğu görülmüştür. Çalışmaya katılan tüm birimler için medyan NKE (narsistik kişilik envanteri) toplam puanı 12 (minimum-maksimum: 5-25), medyan sosyal fizik kaygı (SFK) toplam puanı 26.5 (minimum-maksimum: 12-45) olarak bulunmuştur.

4.1. Narsisizm ve Narsisizm Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular

Aşağıda spor eğitmenlerinin genel olarak ve her bir cinsiyet için, narsisizm toplam puanı ve narsisim alt ölçek puanları arasındaki ilişkiye ait verilerin analizinden elde edilen sonuçlar gösterilmiştir. Buna göre genel olarak tüm eğitmenler için, toplam narsisim puanı ile tüm alt boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı yönde ilişki vardır. Kadın eğitmenlerde hak iddia etme alt boyutu dışında, narsisizm toplam ölçek puanı ile tüm alt boyutlar arasında anlamlı ilişki vardır. Erkek eğitmenlerde de narsisim toplam ölçek puanı ile tüm alt boyutlar arasında anlamlı ilişki vardır.

Tablo 1.

Narsisizm toplam puanı ile Narsisizm Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular

Alt ölçek	Genel			Kadın			Erkek		
	R	p	N	R	P	n	R	p	n

Teşhircilik	0,629**	<0,001	179	0,554**	<0,001	99	0,678**	<0,001	79
Sömürücülük	0,665**	<0,001	179	0,640**	<0,001	99	0,662**	<0,001	79
Üstünlük	0,752**	<0,001	179	0,700**	<0,001	99	0,775**	<0,001	79
Kendine yeterlilik	0,513**	<0,001	179	0,533**	<0,001	99	0,518**	<0,001	79
Hak iddia etme	0,375**	<0,001	179	0,182	0,072	99	0,487**	<0,001	79
Otorite	0,690**	<0,001	179	0,659**	<0,001	99	0,700**	<0,001	79

*p<0,05 **p<0,01

4.2. Narsisizm – Sosyal Fizik Kaygı Toplam Puanı ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular

Aşağıda spor öğretmenlerinin cinsiyete göre narsisizm ile SFK toplam puanı ve SFK alt boyutları arasındaki ilişkiye ait verilerin analizinden elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Buna göre genel olarak tüm öğretmenler için, narsisizm ile SFK toplam ve fiziksel görünüm rahatlığı (FGR), olumsuz değerlendirilme beklentisi (ODB) alt ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Kadın öğretmenlerde narsisizm ile SFK toplam puanı arasında, narsisizm ile FGR, ODB alt ölçek puanları arasında anlamlı ilişki yoktur. Erkek öğretmenlerde de narsisizm ile SFK toplam ve FGR, ODB alt ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Tablo 2.

Narsisizm Toplam Puanı ile Sosyal Fizik Kaygı Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular

Değişkenler	Genel	Kadın	Erkek
-------------	-------	-------	-------

	R	P	N	R	P	n	r	P	n
SFK	-0,199**	0,008	178	-0,132	0,196	98	-0,285*	0,011	79
Total									
FGR	-0,215**	0,004	179	-0,110	0,280	99	-0,332**	0,003	79
ODB	-0,163*	0,030	178	-0,077	0,4049	98	-0,223*	0,048	79

*p<0,05 **p<0,01

4.3. Yaş ile Narsisizm ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular

Spor eğitmenlerinin yaşları ile narsisizm boyutları arasındaki ilişki tabloda gösterilmiştir. Genel olarak tüm eğitmenlerde, yaş ile hak iddia etme alt boyutu dışında bütün alt boyutlar ve toplam narsisizm puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Kadın eğitmenlerde ise yine, yaş ile hak iddia etme alt boyutu dışında bütün alt boyutlar ve toplam narsisizm puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Erkek eğitmenlerde ise yaş ile kendine yeterlilik ve hak iddia etme alt boyutu dışında bütün alt boyutlar ve toplam narsisizm puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır.

Tablo 3.

Yaş ile narsisizm ve alt boyutlarına ilişkin bulgular

Değişkenler	Genel			Kadın			Erkek		
	r	P	n	R	P	n	R	p	n
Narsisizm total	-0,303**	<0,001	179	-0,331**	0,001	99	-0,395**	<0,001	79
Teşhircilik	-0,233**	0,001	197	-0,198*	0,039	109	-0,289**	0,007	87

Sömürücülük	-0,200**	0,004	201	-0,200*	0,037	109	-0,272**	0,009	91
Üstünlük	-0,225**	0,002	189	-0,218*	0,028	102	-0,318**	0,003	86
Kendine yeterlilik	-0,156*	0,027	201	-0,246**	0,010	109	-0,151	0,152	91
Hak iddia etme	-0,004	0,954	201	0,029	0,765	109	-0,107	0,315	91
Otorite	-0,303**	<0,001	192	-0,312**	0,001	106	-0,345**	0,001	85

*p<0,05 **p<0,01

4.4. Yaş ile sosyal fizik kaygı ve alt boyutlarına ilişkin bulgular

Spor öğretmenlerinin yaşı ile sosyal fizik kaygı boyutları arasındaki ilişki tabloda gösterilmiştir. Genel olarak tüm öğretmenlerde, sadece kadınlarda ve sadece erkeklerde yaş ile SFK toplam ve alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur.

Tablo 4.

Yaş ile sosyal fizik kaygı ve alt boyutlarına ilişkin bulgular

Değişkenler	Genel			Kadın			Erkek		
	R	p	N	R	P	n	R	p	n
SFK									
Total	-0,007	0,918	200	0,040	0,681	108	-0,023	0,829	91
FGR	0,072	0,308	201	0,014	0,888	109	0,148	0,162	91
ODB	-0,019	0,786	200	0,047	0,631	108	-0,048	0,650	91

*p<0,05 **p<0,01

4.5. Eğitim Düzeyi ile Narsisizm ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular

Çalışmaya katılan spor eğitimcilerinin eğitim düzeyi ile narsisizm boyutları arasındaki ilişki tabloda gösterilmiştir. Genel olarak tüm eğitimcilerde, sadece kadınlarda ve sadece erkeklerde eğitim düzeyi ile narsisizm boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur.

Tablo 5.

Eğitim düzeyi ile narsisizm ve alt boyutlarına ilişkin bulgular

Değişkenler	Genel			Kadın			Erkek		
	R	P	N	R	P	N	R	P	n
Narsisizm total	-0,088	0,243	178	-0,142	0,160	99	-0,062	0,591	78
Teşhircilik	-0,052	0,469	196	-0,113	0,243	109	0,026	0,813	86
Sömürücülük	-0,070	0,326	200	-0,146	0,131	109	0,020	0,855	90
Üstünlük	-0,061	0,405	188	-0,089	0,373	102	-0,081	0,461	85
Kendine yeterlilik	-0,063	0,373	200	-0,095	0,324	109	-0,048	0,651	90
Hak iddia etme	-0,026	0,710	200	0,091	0,345	109	-0,161	0,129	90
Otorite	-0,075	0,300	191	-0,125	0,200	106	-0,042	0,705	84

*p<0,05 **p<0,01

4.6.Eğitim düzeyi ile sosyal fizik kaygı ve alt boyutlarına ilişkin bulgular

Çalışmaya katılanların eğitim düzeyi ile sosyal fizik kaygı boyutları arasındaki ilişki tabloda gösterilmiştir. Genel olarak tüm katılımcılarda, sadece kadınlarda ve sadece erkeklerde

eğitim düzeyi ile sosyal fizik kaygı boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur.

Tablo 6.

Eğitim düzeyi ile Sosyal Fizik Kaygı ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular

Değişkenler	Genel			Kadın			Erkek		
	R	p	N	r	P	n	R	p	n
SFK									
Total	-0,031	0,668	199	0,013	0,894	108	-0,111	0,298	90
FGR	-0,027	0,703	200	-0,024	0,801	109	-0,050	0,639	90
ODB	0,016	0,822	199	0,066	0,497	108	-0,074	0,487	90

*p<0,05 **p<0,01

4.7. Öğretmenlik Süresi ile Narsisizm ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular

Çalışmaya katılanların yaptıkları öğretmenlik süreleri ile narsisizm boyutları arasındaki ilişki tabloda gösterilmiştir. Genel olarak tüm katılımcılarda, sadece kadınlarda ve sadece erkeklerde öğretmenlik süresi ile narsisizm boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur.

Tablo 7.

Öğretmenlik süresi ile narsisizm ve alt boyutlarına ilişkin bulgular

Değişkenler	Genel			Kadın			Erkek		
	R	p	n	R	P	n	R	P	n
Narsisizm total	-0,111	0,141	178	-0,090	0,375	99	-0,149	0,189	79
Teşhircilik	-0,035	0,631	196	-0,084	0,385	109	0,028	0,797	87

Sömürücülük	-0,082	0,251	200	-0,048	0,620	109	-0,130	0,218	91
Üstünlük	-0,124	0,090	188	-0,183	0,065	102	-0,092	0,400	86
Kendine yeterlilik	-0,101	0,154	200	-0,014	0,882	109	-0,185	0,079	91
Hak iddia etme	-0,063	0,374	200	-0,011	0,912	109	-0,122	0,251	91
Otorite	-0,112	0,122	191	-0,065	0,505	106	-0,174	0,112	85

*p<0,05 **p<0,01

4.8. Eğitimlik süresi ile sosyal fizik kaygı ve alt boyutlarına ilişkin bulgular

Çalışmaya katılanların yaptıkları eğitimlik süreleri ile sosyal fizik kaygı boyutları arasındaki ilişki tabloda gösterilmiştir. Genel olarak tüm katılımcılarda, sadece kadınlarda ve sadece erkeklerde eğitimlik süreleri ile sosyal fizik kaygı alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur.

Tablo 8.

Eğitimlik süresi ile Sosyal Fizik Kaygı ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular

Değişkenler	Genel			Kadın			Erkek		
	R	p	N	r	P	n	R	p	n
SFK									
Total	0,034	0,637	199	0,094	0,333	108	-0,016	0,884	91
FGR	0,111	0,119	200	0,108	0,264	109	0,133	0,208	91
ODB	0,010	0,892	199	0,040	0,680	108	-0,007	0,947	91

*p<0,05 **p<0,01

4.9. Narsisizm ve Alt Boyutlarının Mann-Whitney U Testi'ne İlişkin Bulguları

Çalışmaya katılanların cinsiyet değişkenine göre narsisizm total puanları ve alt boyut puanları karşılaştırıldığında; narsisizm total puanı, sömürücülük, üstünlük ve kendine yeterlilik alt boyut puanları bakımından kadınlar ve erkekler arasında anlamlı fark bulunmuştur.

Tablo 9.

Cinsiyetler Arasında Narsisizm ve Alt Boyutlarının Mann-Whitney U Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

Cinsiyet		Narsisizm total	Teşhircilik	Sömürücülük	Üstünlük	Kendine yeterlilik	Hak iddia etme	Otorite
Kadın	N	99	109	109	102	109	109	106
	Medyan	5,00	1,00	1,00	1,00	1,00	0,00	1,00
	Min.	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Maks.	13,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	2,00
Erkek	N	79	87	91	86	91	91	85
	Medyan	7,00	1,00	2,00	2,00	1,00	0,00	1,00
	Min.	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Maks.	16,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	2,00
U		2989,50	4433,00	4133,00	3552,00	4041,00	4351,00	4110,50
Z		-2,71	-0,81	-2,13	-2,33	-2,39	-1,91	-1,10
P		0,007**	0,415	0,033*	0,020*	0,017*	0,057	0,270

*p<0,05 **p<0,01

4.10. Sosyal Fizik Kaygı ve Alt Boyutlarının Mann-Whitney U Testine ilişkin bulguları

Çalışmaya katılanların cinsiyet değişkenine göre sosyal fizik kaygı total puanları ve alt boyut puanları karşılaştırıldığında; SFK total puanı, FGR ve ODB alt boyut puanları bakımından kadınlar ve erkekler arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 10.

Cinsiyetler Arasında Sosyal Fizik Kaygı ve Alt Boyutlarının Mann-Whitney U Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

Cinsiyet		SFK Total	FGR	ODB
Kadın	N	108	109	108
	Medyan	27,00	12,00	15,00
	Min.	15,00	6,00	7,00
	Maks.	41,00	20,00	25,00
Erkek	N	91	91	91
	Medyan	26,00	11,00	15,00
	Min.	12,00	5,00	7,00
	Maks.	45,00	25,00	35,00
U		4551,00	4444,50	4551,50
Z		-0,90	-1,27	-0,90
P		0,369	0,204	0,369

*p<0,05 **p<0,01

5.Bölüm

Tartışma ve Sonuç

5.1 Tartışma

Spor eğitimcilerinin narsisizm düzeyi ve narsisizm alt boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda (Tablo 1) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlara göre genel olarak tüm eğitimciler için, toplam narsisim puanı ile tüm alt boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı yönde ilişki vardır.

Kadın katılımcılarda hak iddia etme alt boyutu dışında, narsisizm toplam ölçek puanı ile tüm alt boyutlar arasında anlamlı ilişki vardır. Erkek katılımcılarda narsisizm toplam ölçek puanı ile tüm alt boyutlar arasında anlamlı ilişki vardır (Tablo 1).

Literatür taraması yapıldığında ise bu sonuçları destekleyen bazı verilere rastlanmıştır. Gülmez'in (2009) Narsistik Liderlik isimli yaptığı çalışmadan elde edilen verilerin bizim çalışmamızda elde edilen verileri desteklediği görülmüştür. Aynı çalışmada teşhircilik alt ölçeğinde, kadınların erkeklerden daha yüksek puan aldığı gözlenmiştir.

Yapılan diğer çalışmalar incelendiğinde bizim ulaştığımız bulguların tersi sonuçlara ulaşıldığı görülmüş ve cinsiyetin genel narsistik yapılanma ve alt ölçekler üzerinde bir farklılaşmaya sebep olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Atay, 2009; Kiraz, 2011).

Spor eğitimcilerinin cinsiyete göre narsisizm ile sosyal fizik kaygı toplam puanı ve sosyal fizik kaygı alt boyutları arasındaki ilişkiye ait verilerin analizinden elde edilen sonuçlar incelendiğinde (Tablo 2) genel olarak tüm eğitimciler için, narsisizm ile sosyal fizik kaygı toplam ve fiziksel görünüm rahatlığı (FGR), olumsuz değerlendirilme beklentisi (ODB) alt ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Kadın eğitimcilerde narsisizm ile sosyal fizik kaygı toplam puanı arasında, narsisizm ile FGR, ODB alt ölçek puanları arasında anlamlı ilişki yoktur.

Erkek katılımcılarda narsisizm ile sosyal fizik kaygı toplam ve FGR, ODB alt ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Sosyal görünüşe ilişkin kaygıda cinsiyet farklılıklarını inceleyen bir dizi çalışmada, bizim çalışmamızda da olduğu gibi kadınların erkeklerden daha yoğun kaygı yaşadıkları bulunmuştur (Hagger ve Stevenson, 2010; Eklund, Kelley ve Wilson, 1997; Frederick ve Morrison, 1996; Martin ve Mack, 1996; Lantz, Hardy, Ainsworth, 1997; Haase ve Prapavessis, 1998 ; Aşçı, 2002; Kruisselbrink, Dodge, Swanburg, MacLeod, 2004; Mack, Strong, Kowalski, Crocker, 2007 ; Berry ve Howe, 2004; Mülazımoğlu ve Aşçı, 2006 ; Çepikkurt ve Coşkun, 2010;).

Birçok çalışmada beklenen sonuç, sosyal görünüş kaygısının kadınlarda erkeklere göre daha yüksek olacağıydı. Örneğin Labanskaya ve Pogontseva (2018) görünüş mükemmeliyetçiliği, memnuniyet ve görünümle ilgilenme üzerine yapılan çalışmada, farklı düzeylerde görsel mükemmeliyetçiliğe sahip kadınların görünüşleriyle ilgili farklı düzeylerde memnuniyet ve kaygı sergilediklerini, mükemmeliyetçiliği yüksek kadınların dış görünüşlerinden yüksek düzeyde memnuniyet ve ilgi gösterdiklerini, ancak bu durumun erkekler için geçerli olmadığını belirtmişlerdir. Görünüm mükemmeliyetçiliği konusunda kadın ve erkek arasındaki bu farklılığın, bireylerin dış görünüşlerine, doyumlarına, ilgilerine ve değişime yönelik eğilimlerine yönelik tutumlarında da farklılıklara yol açtığını vurgulamışlardır.

Ancak bazı araştırmaların sonuçları erkeklerin kadınlara göre daha fazla sosyal görünüş kaygısı olduğunu göstermiştir (Birchwood ve ark. 2006; Doğan, 2009; Alemdar ve Öncü, 2015). Yukarıda verilen örneklerin ve beklentilerin aksine, kız ve erkek üniversite öğrencilerinde görünüş mükemmeliyetçiliği ve sosyal görünüş kaygısı üzerine daha önce yapılmış olan farklı çalışmalar da sosyal görünüş kaygısında cinsiyete göre anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir (Fayhout ve ark. 2005; Yang ve Stoeber, 2012; Yang ve ark. 2017). Yang ve Stoeber (2012) fiziksel görünüm mükemmeliyetçiliği ölçeğinde ve Yang ve ark. (2017) 9-18 yaş okul

öğrencilerinde fiziksel görünüş mükemmelliği ile beden memnuniyetsizliği arasında ki ilişkinin incelendiği çalışmada, kız ve erkek öğrencilerin mükemmeliyetçilik ve sosyal görünüş kaygısı puanlarının farklılaşmadığını ortaya koymuş ancak bu iki değişken arasında pozitif bir ilişki olduğunu belirtmiştir. (Altıntaş ve Aşçı, 2005). Mülsazımoğlu ve Aşçı (2004) Sosyal Fizik Kaygı Envanteri'nin geçerlik ve güvenirlik çalışmasında, düzenli fiziksel aktiviteye katılan ve katılmayan bireylerin cinsiyete göre bedenlerine yönelik algıları arasında anlamlı bir fark olmadığını bulgulamışlardır.

Narsisizm ve narsisizm alt ölçek puanlarına ilişkin bulgular cinsiyet değişkenine göre değerlendirildiğinde ise (Tablo 9) erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla daha fazla narsistik eğilim gösterdikleri belirlenmiştir. Eren Z (2012) yapmış olduğu çalışmasında da spor salonuna giden erkek katılımcıların, kadın katılımcılara oranla narsisizm seviyelerinin yüksek olduğu bulunmuştur.

Bu araştırmada, egzersizle iç içe olan spor eğitmenlerinin sosyal fizik kaygı arasında anlamlı bir ilişki olduğu, her iki bulgunun da daha önceki çalışmalarda elde edilen bulgularla uyumlu olduğu bulunmuştur (örn., Tiggemann, 2001; Hausenblas ve Fallon, 2002; Mülazımoğlu, Kirazcı. Aşçı, 2002; Alemdar ve Öncü, 2015; Yalçın ve Ayhan, 2020). Yalçın ve Ayhan (2020) sportif rekreasyonel etkinliklere katılan kadınlarda fiziksel görünüş mükemmeliyetçiliği ve psikolojik iyi oluşun öz güven üzerine etkisini incelediği çalışma da, sportif faaliyetlere katılan kadınların fiziksel görünüm mükemmeliyetçiliğinin ve psikolojik iyilik hallerinin iç ve dış özgüvenleri üzerinde önemli bir etkisi olduğu sonucuna varmışlardır.

Bulgularımıza göre, fiziksel aktivite yapmanın sosyal fizik kaygısını olumlu yönde azaltması beklenir. Düzenli egzersiz özgüven ve öz yeterliliği artırırken, özgüvenle birlikte vücut doyumunu artar ve egzersiz sırasında ve sonrasında zevk hormonları salgılanır.

Beden bilincinin gelişmesi ve fiziksel aktivite ile uyarılan dikkat odağının değişmesi, bireyin kaygılardan ve olumsuz düşüncelerden uzaklaşmasını sağlar. Bu sonuçları dikkate almak, bu çalışmada elde edilen bulguları daha net bir şekilde yorumlamamızı sağlar.

Spor eğitmenlerinin yaşları ile narsisizm boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde (Tablo 3) genel olarak tüm eğitmenlerde, yaş ile hak iddia etme alt boyutu dışında bütün alt boyutlar ve toplam narsisim puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Kadın eğitmenlerde ise yine, yaş ile hak iddia etme alt boyutu dışında bütün alt boyutlar ve toplam narsisim puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Erkeklerde ise yaş ile kendine yeterlilik ve hak iddia etme alt boyutu dışında bütün alt boyutlar ve toplam narsisim puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Bu sonuçlar ışığında eğitmenlerin yaşı arttıkça narsisizm düzeyinin düştüğü söylenebilir. Akıncı İ (2015) tarafından yaş değişkeni açısından üniversite öğrencileri ile yapılan çalışma incelendiğinde bizim bulgularımıza benzer şekilde sonuçlara ulaşıldığı görülmüştür. Çalışmada 20'li yaşlarında olan ergenlerin kendilerinden daha büyük olan ergenlere oranla daha narsistik eğilimlerinin olduğu sonucuna rastlanmıştır.

Foster ve arkadaşlarının yapmış olduğu, Kişilik Araştırmaları Dergisi'nde yayımlanan Narsisizmde Bireysel Farklılıklar (2003) isimli çalışmada da yaş ile birlikte narsisizmin düştüğü bulunmuştur. Bu bulgular bizim sonuçlarımızı destekler niteliktedir. Cramer, Kişilik Araştırmaları Dergisinde yayımlanan Çağlar Boyu Narsisizm (2011) isimli çalışmasında narsisizm seviyesinin yaş ilerledikçe karakteristik özelliklerinde bir düşüş olduğunu bulgulanmıştır. Yaş ile narsisizm arasında ki ilişkiye bakıldığında (Tablo 3) yaşı ilerlemesiyle kişinin narsistik eğiliminin de buna paralel olarak azaldığı söylenebilir.

Eğitmenlerin yaşı ile sosyal fizik kaygı boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde (Tablo 4) ise genel olarak tüm spor eğitmenlerinde, sadece kadınlarda ve sadece erkeklerde yaş ile SFK

toplam ve alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Eren Z (2012) narsisizm ve sosyal fizik kaygısı ile yaş değişkenini spor salonuna giden bireyler ile karşılaştırdığı çalışmasında bizimle aynı bulguları elde etmiştir.

Çalışmaya katılan spor eğitimcilerinin eğitim düzeyi ile narsisizm boyutları arasındaki ilişkiye bakıldığında (Tablo 5) genel olarak tüm katılımcılarda, sadece kadınlarda ve sadece erkeklerde eğitim düzeyi ile narsisizm boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir. Eğitim durumu değişkenini konu alan farklı çalışmalarda da benzer sonuçlar elde edildiği görülmüştür (Atay, 2009; Gülmez, 2009).

Eğitmenlerin eğitim düzeyi ile sosyal fizik kaygı boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde (Tablo 6) genel olarak tüm katılımcılarda, sadece kadınlarda ve sadece erkeklerde eğitim düzeyi ile sosyal fizik kaygı boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir. Şahin A (2018) spor salonuna giden yetişkinlerin sosyal fizik kaygısı üzerine yaptığı çalışmasında da bizimle aynı bulguları elde ettiği görülmüştür.

Spor eğitimcilerinin eğitimlik süreleri ile narsisizm boyutları arasındaki ilişki (Tablo7) ve sosyal fizik kaygı boyutları arasındaki ilişki (Tablo 8) incelendiğinde ise genel olarak tüm katılımcılarda, sadece kadınlarda ve sadece erkeklerde eğitimlik süresi ile narsisizm boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Altıntaş ve Aşçı (2005) fitness uzmanlarının bedenlerine yönelik algı düzeylerini inceledikleri çalışmasında bizim çalışmamızla benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Çalışmada elde edilen sonuçlara göre mesleki sürenin katılımcıların bedenlerine yönelik algılarında bir etkisi olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulguların aksine, yapılmış olan diğer çalışmalar incelendiğinde ise Aşçı ve arkadaşları spor deneyimi fazla olan sporcuların beden imgelerinden hoşnut olma puanlarının, spor deneyimi daha az olan sporculara oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır

Koca, Aşçı ve Oyar (2003) yapmış olduğu elit sporcuların denetim odağı ve fiziksel benlik algısının cinsiyete, yapılan spor branşına ve spor deneyimine göre karşılaştırdığı çalışma

incelendiğinde ise spor tecrübesi fazla olan sporcuların, az olanlara oranla vücut çekiciliği alt boyutunda daha yüksek puan aldıkları görülmüştür.

Sosyal fizik kaygı ve alt boyutlarına ilişkin bulgular cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde ise (Tablo 10) SFK total puanı, FGR ve ODB alt boyut puanları bakımından kadınlar ve erkekler arasında anlamlı fark bulunamamıştır.

5.2. Sonuç

Araştırmamızda sonuç olarak spor eğitmenlerinin narsisizm düzeyi ile sosyal fizik kaygısı arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Narsisizm boyutlarından kadınlarda “Hak İddia Etme” alt boyutu dışında erkeklerde ve kadınlarda “Üstünlük”, “Teşhircilik”, “Sömürücülük”, “Kendine yeterlilik” ve “Otorite” ile cinsiyetler arasında anlamlı ilişki bulunmaktadır. Narsisizm ile SFK toplam ve fiziksel görünüm rahatlığı (FGR), olumsuz değerlendirilme beklentisi (ODB) alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Erkek eğitmenlerin kadın eğitmenlere göre daha fazla narsistik eğilim gösterdikleri belirlenmiştir. Eğitim düzeyinin ve mesleki deneyimin spor eğitmenlerinin sosyal fizik kaygı düzeylerine ve narsisizm eğilimlerine bir etkisi olmadığı ortaya çıkmıştır. Araştırmaya katılan spor eğitmenlerinin yaşları arttıkça narsisizm düzeylerinin düştüğü bulunmuştur.

Bu çalışmanın sonuçları doğrultusunda, spor eğitmenleri, narsisizm ve sosyal fizik kaygı konusunda daha geniş katılımlı çalışmalar düzenlenmelidir.

6. Kaynakça

- Akıncı İ., (2015). *Narsisizm Türleri ve Psikolojik İyi Hali Arasındaki İlişki: Duyguların ve Duygu Düzenleme Güçlüklerinin Rolü*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Ankara: Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). *Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı*, Beşinci Baskı (Dsm-V). (Çev. Ed.: E Köroğlu). Ankara, Hekimler Yayın Birliği, 2013.
- Atay, S. (2009). “Narsist Kişilik Envanterinin Türkçeye Standardizasyonu”, *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*. 11/1, 181-196.
- Atay, S. (2010). *Çalışan Narsist*, 1. Baskı. İstanbul: Namar Yayınları.
- Birchwood, M., Trower, P., Brunet, K., Gilbert, P., Iqbal, Z., & Jacson, C. (2006). Social anxiety and the shame of psychosis: A study in first episode psychosis. *Behaviour Research Therapy*, 52: 55–68.
- Bogart, L. M. ,Benetosch, E. G. & Pavlovic, J. D. (2004). Feeling Superior but Threatened: The Relation of Narcissism to Social Comparison, *Basic and Applied Social Psychology*, 26 (1), 35-44
- Brewer, B. W., Diehl, N. S., Cornelius, A. E., Joshua, M. D. & Van Raalte, J. L. (2004). Exercising caution: Social physique anxiety and protective selfpresentational behavior. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 7: 47– 55.
- Buss, D. M., & Chiodo, L. M. (1991). Narcissistic acts in everyday life. *Journal of Personality*, 59(2), 179–215.
- Calogero, R. M. (2004). A test of objectification theory: The effect of the male gaze on appearance concerns in college women. *Psychology of Women Quarterly*, 28: 16-21.
- Campbell, W. K., & Foster, J. D. (2007). “The Narcissistic Self: Background, An Extended Agency Model, and Ongoing Controversies”, *The Self*, 115-138

Campbell, W. K., Reeder, G. D., Sedikides, C. & Elliot, A. J. (2000). Narcissism and comparative self-enhancement strategies. *Journal of Research in Personality*, 34, 329-347.

CRAMER, P. (2011). “Narcissism through the ages: What happens when narcissists grow older?”, *Journal of Research in Personality*, 45(5), 479-492. doi:10.1016/j.jrp.2011.06.003

Cusumano, D. L. & Thompson, J. K. (1997). Body image and body shape ideals in magazines: Exposure, awareness, and internalization. *Sex Roles*, 37: 701–721.

Çepikkurt, F. & Coşkun, F. (2010). Üniversiteli dansçıların sosyal fizik kaygı ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 1 (2), 17-24.

Dickinson, K. & Pincus, A. (2003). Interpersonal analysis of grandiose and vulnerable narcissism. *Journal of Personality Disorders*, 17(3), 188-207.

Eklund, R.C. & Crawford, S. (1994). Active women, social physique anxiety, and exercise. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16: 431-448.

Eklund, R.C., Kelley, B. & Wilson, P. (1997). The social physique anxiety scale: Men, women, and the effects of the modifying item. *J Sport Exercise Psy*, 19, 188-196.

Eldoğan, D. (2016). Hangi narsisizm? Büyüklenmeci ve kırılgan narsizmin karşılaştırılmasına ilişkin bir gözden geçirme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 19(37), 1-10.

Eren, Z. (2012). Spor salonuna giden yetişkinlerin yeme tutumları, sosyal fizik kaygıları ve narsistik yapılanmaları arasındaki ilişki / Adults to fitness center the relation among the social physique anxiety, eating attitudes and narcissistic personality structure (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Frederick, C. M. & Morrison, C. S. (1996). Social physical anxiety, personality construct, motivations, exercise attitudes, behaviors. *Perceptual and Motor Skills*, 82: 963-972.

Freud, S., (2007). Narsizm Üzerine ve Schreber Vakası, (Çev. B. Büyükkal, ve S. M. Tura), İstanbul: Metis Yayınları.

Freud, S. (1914). On Narcissism. The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XIV (1914-1916): On the History of the Psycho-Analytic Movement, Papers on Metapsychology and Other Works, 67-102

Gençtan, E. (1993). *Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar*. İstanbul: Remzi Kitapevi.

Geçtan, E. (2004). *Varoluş ve Psikiyatri*. İstanbul: Metis Yayınları.

Gençtan, E. (2003). *Psikodinamik Psikiyatri ve Normal Dışı Davranışlar*. İstanbul: Metis Yayınları.

Glesne, C. & Peshkin, A. (1992) *Becoming Qualitative Researchers: An Introduction*, London: Longman.

Güleç, C. & Köroğlu, E. (1998). *Psikiyatri Temel Kitabı Cilt 2, 1. Baskı*, Ankara: Hekimler Yayın Birliği, 742.

Gülmez, N. (2009). *Narsistik liderlik*. İstanbul: T.C. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı Yönetim ve Organizasyon Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.

Gürel, E. & Mutel, C. (2007). Psikomitolojik Terimler: Psikoloji Literatüründe Mitolojinin Kullanılması. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 1.

Haase, A. M. & Prapavessis, H. (1998). Social physique anxiety and eating attitudes: Moderating effects of body mass and gender. *Psychology, Health and Medicine*, 3, 201–210.

Hagger, M.S. & Stevenson, A. (2010). Social physique anxiety and physical self-esteem: Gender and age effects. *Psychology & Health*, 25 (1) 89 – 110.

Hart, E.A., Leary, M.R., & Rejeski, W.J. (1989). The measurement of social physique anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 94–104

Hausenblas, H.A., & Fallon, E.A. (2002). Relationship among body image, exercise behavior, and exercise dependence symptoms. *International Journal of Eating Disorders*, 32, 179–185.

Hausenblas, H.A., & Mack, D.E. (1999). Social physique anxiety and eating disorder correlates among female athletic and non-athletic populations. *Journal of Sport Behavior*, 22, 502–513.

Karaaziz, M., & Atak, İ. E. (2013). Narsisizm ve Narsisizmle İlgili Araştırmalar Üzerine Bir Gözden Geçirme. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 1(2), 44-59

Kernberg, O. (1967). “Borderline Personality Organization”, *Journal of the American psychoanalytic Association*, 15(3), 641-685.

Kernberg, O. (1970). Factors in the psychoanalytic treatment of narcissistic personalities. *J Am Psychoanal Ass* 18: 51-85.

Kernberg, O. (1975). *Sınır Durumlar ve Patolojik Narsisizm*. (Çev. M. Atakay), Birinci Baskı, Metis Kitabevi.

Kernberg, O. (1985). *Borderline conditions and pathological narcissism*. Northvale London: Jason Aronson Inc. <http://www.sevdasari.com/narsisistik.htm>. 1.11.2012 tarihinde edinilmiştir.

Kiraz, C. (2011). Eğitim fakültesi öğrencilerinin empatik eğilimleri ile Narsistik kişilik özellikleri. İstanbul: T.C. Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi Ve Denetimi Yüksek Lisans Programı Yüksek Lisans Tezi.

Koca, C., Aşçı, F. H. & Oyar, Z. B. (2003). “Elit Sporcuların Denetim Odağı ve Fiziksel Benlik Algısının Cinsiyete, Yapılan Spor Branşına ve Spor Deneyimine Göre Karşılaştırılması”, *Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Dergisi*, 8, s. 3-12.

Kohut, H. (1971). Kendiliğin Çözümlemesi, Narsisistik Kişilik Bozukluklarının Tedavisine Sistemli Bir Yaklaşım, Çev. Cem Atbaşoğlu, Banu Büyükkal, Cüneyt İşcan, İstanbul, Metis.

Kohut, H. (1977). Kendiliğin Yeniden Yapılanması, Çev. Oğuz Cebeci,

Köroğlu, E. (2011). Psikiyatri Elkitabı, 4. Basım, Ankara: Hyb Basım Yayın.

Köroğlu, E. & Bayraktar, S. (2007). Kişilik Bozuklukları, Hyb Yayıncılık, Ankara.

Kruisselbrink, D.L., Dodge, A.M., Swanburg, S.L., & MacLeod, A.L. (2004). Influence of same-sex and mixed-sex exercise settings on the social physique anxiety of males and females. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26, 616–622.

Labunskaya, V. & Pogontseva, D. (2018). Appearance perfectionism, satisfaction and concern with appearance as factors of lookism accessibility in everyday interaction. Section Psychology & Psychiatry. 5th SGEM International Multidisciplinary Scientific Conferences on SOCIAL SCIENCES and ARTS.

Lantz, C.D., Hardy, C.J. & Ainsworth, B.E. (1997). Social physique anxiety and perceived exercise behavior. *Journal of Sport Behavior*, 20, 83–93.

Lasch, C. L. (1979). The culture of narcissism. New York: Norton.

Lowen, A. (2016). Narsisizm: Gerçek Benliğin İnkarı. Cem Yayınevi.

Mack, D.E., Strong, H.A., Kowalski, K.C. & Crocker, P.R.E. (2007). Does friendship matter? An examination of social physique anxiety in adolescence. *Journal of Applied Social Psychology*, 37, 1248–1264.

Mahler, M. S. (1968). On Human Sybiosis and The Vicissitudes of Individuation. New York: International University Press.

Mülazımoğlu, Ö, Ballı, Ö. & Aşçı, F. H. (2006). Sosyal Fizik Kaygı Envanteri'nin geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 17 (1), 11-19.

Mülazımoğlu, , Kirazcı, S. & Aşçı, F.H., (2002) Sporcu ve sporcu olmayan bayanların sosyal fizik kaygı ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri. 7. Spor Bilimleri Kongresi, 27-29 Ekim 2002, Kemer- ANTALYA.

Ntoumanis, N. (2005). A prospective study of participation in optional school physical education using a self- determination theory framework. *Journal of educational psychology*, 97(3), 444.

Olivardia, R. (2001). Mirror, mirror on the wall, who's the largest of them all? The features and phenomelogy of muscle dsymorphia. *Harvard Review of Psychiatry*, 9: 254-259.

zaydın, S (1984), *Psikiyatri*, Sanal Matbaacılık, cilt:7, İstanbul.

zel, İ. (2013). Kur'ân Ekseninde Narsizm ve Din. *Journal Of International Social Research*, 6(28).

ztrk, O. (2002). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*, Feryal Matbaası, 9. Baskı, Ankara

Raskin, R. & Terry, H. (1988). A principal-components analysis of the Narcissistic Personality Inventory and further evidence of its construct validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(5), 890–902

Ronningstam, E. F. (2005). *Identifying and understand the narcissistic personality*. New York: Oxford Univ. Press

Rose, P. (2002). The Happy And Unhappy Faces Of Narcissism. *Personality And Individual Differences*, 33, 379-391.

Rosenthal, S. A., & Pittinsky, T. L. (2006). Narcissistic leadership. *The Leadership Quarterly*, 17(6), 617–633.

Rozenblatt, S. (2002). *In Defence Of Self: The Relationship Of Self- Esteem And Narcissim To Aggressive Behavior* Long Island University, Psychology, Yayınlanmış Doktora Tezi, Usa.

Rowland, P. W. & Freedson, P. (1994). Physical activity, fitness and health in children: A close Look. *Pediatrics*, 93, (4), 669-672.

Russell, W. D. (2002). Comparison of self esteem, body satisfaction, and social physique anxiety across males of different exercise frequency and racial back round. *Journal of Sport Behaviours*, 26, 298-313.

Sayar, K. (2003). Benlik; o yakın soru, o uzak ülke. *Bilge Adam*;1: 11,17.

Spink, K.S. (1992). Relation of anxiety about social physique to location of participation in physical activity. *Percept Motor Skill*, 74, 1075-1078.

Şahin, M. (2018). Narsistik özellik, öz-şefkat ve duygu düzenleme gücü arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 5(6), 362-374.

Tazegül, Ü. (2012). Bireysel Sporlardaki Sporcuların Narsisizm Düzeylerinin Sosyo Demografik Özelliklerine Göre Karşılaştırılması. In *2nd International Social Sciences In Physical Education And Sport Congress*, May.

Tazegül, Ü. & Güven, Ö.(2015). Vücut Geliştirme Sporcuları ile Farklı Spor Dallarındaki Elit Sporcuların ve Spor Yapmayan Bireylerin Narsisizm Seviyelerinin Karşılaştırılması. *The Journal Of Academic Social Science*, 33, 465-473.

Temel, D. (2008). The Role Of Perceived Social Problem Solving, Narcissism, Self esteem And Gender In Predicting Aggressive Behaviors Of High School Students. A Thesis Submitted To The Graduate School Of Social Science Of Middle East Technical University.

Terbaş, Ö. (2004). Kendilik Psikolojisi Kuramına Göre Kendilik Bozukluklar : Bir Olgu Sunumu. *Türk Psikiyatri Dergisi*. Sayı: 15.

Thomaes, S., Stegge, H. & Olthof, T. (2007). Externalizing Shame Responses In Children:The Role Of Fragile-Positive SelfEsteem, *British Journal of Developmental Psychology*, 25, 559– 577.

Tiggemann, M. (2001). Media influences on body image development. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research and clinical practice* (pp.91–98). New York: Guilford Press.

Twenge, J. M. & Campbell, W. K. (2010). *Asrın Vebası Narsisizm İleti* (Ö. Korkmaz, Çev.) İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Twenge, J. M., Konrath, S., Foster, J. D., Campbell, W. K. & Bushman, B. J. (2008). Further evidence of an increase in narcissism among college students. *Journal of Personality*, 76(4), 919–928.

Üzümcü, E. (2016). *Büyüklenmeci ve kırılgan narsistik kişilik özellikleri ile ilişkili faktörlerin şema terapi modeli çerçevesinde incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Yalçın, İ. & Ayhan, C.(2020).Sportif rekreasyonel etkinliklere katılan kadınlarda fiziksel görünüş mükemmelliyetçiliği ve psikolojik iyi oluşun öz güven üzerine etkisi . *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(1):205-212.

Yang, H. & Stoeber, J. (2012). The Physical Appearance Perfectionism Scale: Development and preliminary validation. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 34, 69-83.

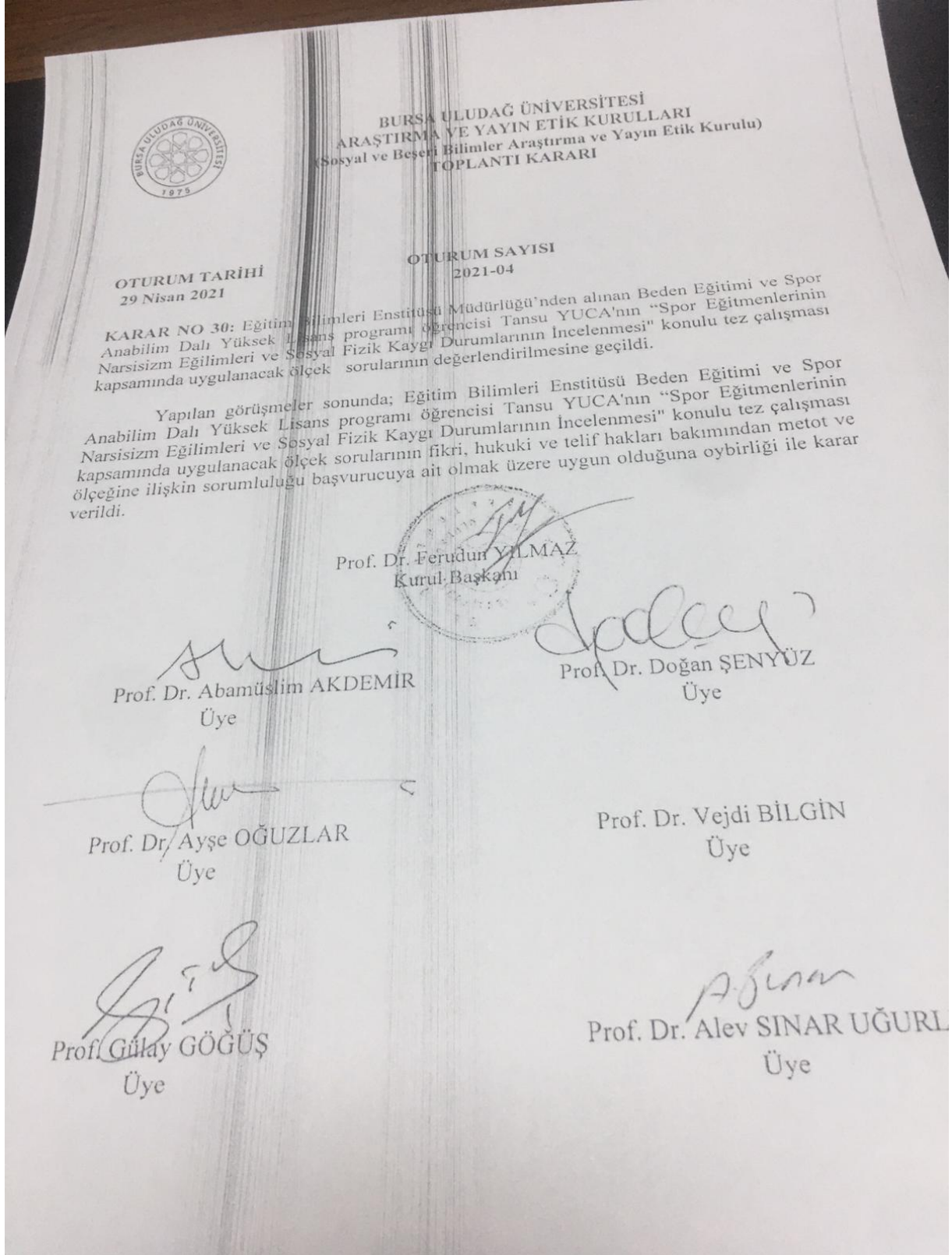
Yang, H., Yang, Y., Xu, L., Wu, Oianwen, Xu, J.Weng, E., Wang, K. & Cai, S. (2017). The relation of physical appearance perfectionism with body dissatisfaction among school students 9-18 years of age. *Personality and Individual Differences*, 116, 399-404.

Wink, P. (1991). Two Faces Of Narcissism. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 61(4), 590-597.

Wonneberg, D. A. (2007) The Nature of Narcissism and the Gaze: Narcissism, Aggression and Aging, *Substance*, 18 (1), 74-78.

EKLER

EK 1. Etik Kurul İzni



EK 2. Narsistik Kişilik Envanteri

Yönerge: Aşağıdaki her bir tutum çifti içinden, lütfen size en uygun olanı belirtiniz.

1	İnsanlar bana iltifat ettiklerinde bazen utanırım.
	İyi biri olduğumu biliyorum, çünkü herkes böyle söyler.
2	Kalabalık içinde herkesten biri olmayı tercih ederim.
	İlgi merkezi olmayı severim.
3	Pek çok insandan ne daha iyi ne de daha kötüyüm.
	Özel biri olduğumu düşünüyorum.
4	İnsanlar üzerinde otorite kurmaktan hoşlanırım.
	Emirlere uymaktan rahatsız olmam.
5	İnsanları kolayca manipüle ederim.
	İnsanları manipüle ettiğimi fark ettiğimde rahatsız olurum.
6	Layık olduğum saygıyı elde etme konusunda ısrarcıyım.
	Hak ettiğim saygıyı genellikle görürüm.
7	Gösterişten kaçınırım.
	Genellikle fırsatını bulduğumda şov yaparım.
8*	Her zaman ne yaptığımı bilirim.
	Bazen yaptığım şeyden emin değilimdir.
9	Bazen iyi hikaye anlatırım.
	Herkes hikayelerimi dinlemekten hoşlanır.
10	İnsanlardan çok şey beklerim.
	Başkaları için bir şeyler yapmaktan hoşlanırım.
11	İlgi merkezi olmaktan hoşlanırım.
	İlgi merkezi olmak beni rahatsız eder.
12	Otorite olmanın benim için pek bir anlamı yoktur.
	İnsanlar daima otoritemi kabul ediyor görünürler.
13	Önemli bir insan olacağım.
	Başarılı olmayı umuyorum.
14	İnsanlar söylediklerimin bazılarına inanır.
	İnsanları istediğim her şeye inandırabilirim.
15	Kendi kendime yeterim.
	Başkalarından öğrenebileceğim çok şey var.
16	Herkes gibi biriyim.
	Sıra dışı biriyim.

* Ölçekle düşük korelasyon gösteren soruyu belirtmektedir.

EK 3. Sosyal Fizik Kaygı Envanteri

	Hiç bir zaman	Çok az	Ara sıra	Çoğunlukla	Her zaman
1. Fiziksel görünüşümden hoşnutum.					
2. Beni çok zayıf veya çok şişmangösteren kıyafetleri giymekten hiç endişe duymam.					
3. Fiziki görünümüm hakkında takıntılı olmamayı isterdim.					
4. Diğer insanların kilom veya kas gelişimim hakkında olumsuz yargıları olduğu konusunda endişeye kapıldığım zamanlar olur.					
5. Aynaya baktığım zaman fiziksel görünüşümden dolayı kendimi iyi hissedirim.					
6. Fiziksel görünüşümün çekici olmayan bölgeleri, belirli sosyal ortamlarda sinirli olmama neden olur.					
7. Başkalarının yanında fiziksel görünüşümden endişelenirim.					
8. Diğer insanlara, fiziğimin ne kadar hoş görüldüğü konusunda son derece rahatım.					
9. Diğer insanların fiziğimi incelediğini bilmek beni rahatsız eder.					
10. Fiziksel görünümümü diğer insanlara göstereceğim zaman çok utangaç olurum.					
11. Başkaları bariz bir biçimde vücuduma baktıklarında kendimi genellikle rahat hissedirim.					
12. Mayoluyken vücudumun şekline dolayı kendimi sıklıkla sinirli hissedirim					