

PAPER DETAILS

TITLE: Kadın Sporcuların Bikini Fitness Yoluyla Güçlenme ve Baskılanma Deneyimleri

AUTHORS: İrem KAVASOĞLU, Canan KOCA

PAGES: 289-307

ORIGINAL PDF URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/884366>

Kadın Sporcuların Bikini Fitness Yoluyla Güçlenme ve Baskılanma Deneyimleri*

İrem KAVASOĞLU¹, Canan KOCA²

¹Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Adana.

²Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara.

Örijinal Makale

Gönderi Tarihi: 15.10.2019

Kabul Tarihi: 13.12.2019

DOI: 10.25307/jssr.633511

Online Yayın Tarihi: 31.12.2019

Öz

Bu araştırmanın amacı bikini fitnessın kadın sporcuların yaşantılarındaki güçlendirici ve baskı kurucu yönlerini analiz etmektir. Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden fenomenoloji kullanılmıştır. On bikini fitness sporcusuyla yapılan derinlemesine bireysel görüşmeler yoluyla toplanan veriler tematik analiz yöntemiyle analiz edilmiştir. Araştırma bulguları bikini fitnessçı kadınların bedenlerinin toplumsal cinsiyetlendirilmiş normlar etrafında inşa edildiğini göstermektedir. Bununla birlikte bu inşa iktidarın beden üzerindeki denetim mekanizmalarına karşı sporcuların farklı güçlenme pratikleri olduğu anlaşılmaktadır. Araştırmanın sonunda bikini fitness normları Foucault'nun (1977, 1980) modern iktidarı tanımlarken başvurduğu kavramsal araçlarıyla birlikte analiz edilirken, bikini fitnessçıların deneyimleri norma uyma/normalleşme ve iktidara karşı direniş pratikleri bağlamında tartışılmıştır.

Anahtar kelimeler: Bikini fitness, Foucault, İktidar, Kadın bedeni.

Women Athletes' Experiences of Empower and Oppression through Bikini Fitness

Abstract

The aim of this study is to analyze empowering and oppressing aspects of bikini fitness in women athletes' lives. In our study, we used phenomenology, one of the qualitative research methods. We collected data through in-depth individual interviews with ten bikini fitness athletes selected according to the criterion sampling method and analyzed them with thematic analysis method. Research findings show that the body of bikini fitness women is built around gendered norms. However, in this construction, it is understood that the athletes have different empowering practices against the control mechanisms of power on the body. When analyzing bikini fitness norms with Foucault's (1977, 1980) conceptual tools that he used to describe modern power, we discussed the experiences of bikini fitness athletes in the context of normalization and resistance to power practices.

Keywords: Bikini fitness, Foucault, Power, Female body.

*Bu araştırma, 2018 yılında Antalya'da düzenlenen 16. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

[†] **Sorumlu yazar:** İrem KAVASOĞLU, Öğr.Gör.Dr., E-mail: kavasogluirem@gmail.com

GİRİŞ

Vücut geliştirme ve fitness erkeklikle ilişkilendirilir ve kadınların bu alandaki deneyimleri geleneksel toplumsal cinsiyet normları için bir ihlâl olarak nitelendirilir (Grogan, Evans, Wright ve Hunter, 2004; Scott, 2011; Shilling ve Bunsell, 2009; Worthen ve Baker, 2016). Kadın vücut geliştirmecilerin kadınlık ve erkekliğin ikili kavramlarını bozduğunun düşünülmesi (Johnston, 1996) bu ihlâllerden biri olarak öne sürülür. Araştırmacılar, vücut geliştirmenin merkezinde yer alan kaslı bedenın kadınlığın hegemonik tanımları içinde yer almadığı anlayışının bu spor dalında hakim olduğunu ileri sürmektedirler (Aspridis, O'Halloran ve Liamputtong, 2014; Bell, 2008; Boyle, 2005; Forbes, Adams-Curtis, Holmgren ve White, 2004). Bununla birlikte kadın vücut geliştirmeciler kendilerini alanının dışında tutan normatif kadınlık inşalarıyla müzâkerelerini, kaslı beden görünümleri ve güçlenme pratikleri ile bu alandaki mücadelelerini sürdürmektedirler.

Kadın bedenini kaslı bir görünüme kavuşturmayı değil bedenın bir bütün olarak kusursuz hâle getirilmesini hedef edinen bikini fitnessın vücut geliştirmenin bir kategorisi olarak çalışma alanı olarak seçilmesinin nedeni, yarışmacılar için ideal olarak gördüğü kriterlerin toplumsal cinsiyet rejimi ile sıkı sıkıya ilişkili olmasından kaynaklanmaktadır. Çünkü bu kategoride kadınlar için uygun görülen kas oranında ön plana çıkan kadınsılık ve çekicilik vurgusu, kadın bedenı üzerinde yüzyıllardır süregelen denetleme pratiklerine de ayna tutar. Fakat bununla birlikte kaslı olmayı “kadının doğasına” aykırı gören toplumsal cinsiyet rejimi için bu spor, kadınlığın normatif tanımlarını alt üst etme ve yeni bir kadınlık kimliği üretme ihtimalini bünyesinde barındırır (Bell, 2008; Grogan vd., 2004). Böylece bikini fitnessçı kadın bedenı, diğer vücut geliştirme kategorilerinde olduğu gibi, kadınları zayıf cinsiyet ve güçsüz olarak gören ataerkil normlara karşı bir direnç geliştirmiş olur (Martin ve Gavey, 1996; Scott, 2011). Bu çoklu anlamları dolayısıyla bikini fitnessın kadınlar için taşıdığı anlamı tek bir yönüyle ele almak mümkün değildir. Bu nedenle bu çalışmada, bu alandaki kadın sporcuların yaşantılarında bikini fitnessın güçlendirici ve baskı kurucu yönlerinin birlikte analiz etmesi amaçlanmıştır.

Foucault'nun Kavramsal Araçlarıyla Bikini Fitnessı Anlamak

Foucault'nun iktidarın geçmiş ve modern dönemlerdeki yönünü tayin ederken kullandığı kavramsal araçlar, spor sosyolojisinde kadın sporcu bedenın çelişkilerini-gerilimlerini analiz eden araştırmalar için faydalı bir analiz çerçevesi sunar (Cole, 1993; Duncan, 1994; Markula, 2004; Rail ve Harvey, 1995; Thorpe, 2008).

Foucault tarihsel süreçte iktidarın değişen yapısını analiz etmiş ve iktidarın geçmişten günümüze biçim değiştirerek dolaşıma girdiğini kaydetmiştir (1977, 1980, 1990). Foucault'ya (1990) göre iktidarın modern dönemdeki en belirleyici özelliği, baskı ve zorlama kullanmadan yaşamı yavaş yavaş kuşatarak düzenlemesi ve disipline etmesidir. Foucault'un (2014) dikkat çektiği bu yeni iktidar biçimi, “*bireyi kategorize ederek, bireyselliğiyle belirleyerek, kimliğine bağlayarak, ona hem kendisinin hem de başkalarının onda tanımak zorunda olduğu bir hakikat yasası dayatarak doğrudan gündelik yaşama müdahale eder. Bu, bireyleri özne yapan bir iktidar biçimidir*” (s.64). Bikini fitnessta idealleştirilen kadın bedeninde, Foucault'nun yeni iktidar biçimlerinde belirttiği gibi bir *kuşatmanın* hâkim olduğunu öne sürebiliriz.

Uluslararası Vücut Geliştirme ve Fitness Federasyonu'na (IFBB) göre kadın sporcular resmi olarak fitness, bodyfitness, bikini fitness, fizik ve wellness gibi kategorilerde yarışmaktadırlar (www.ifbb.com). Kadınların yarışmacı olarak katıldığı tüm kategorilerin ortak değerlendirme kriteri yarışmacıların sunumlarında kadınsı ve özgüvenli görünmeleridir (www.ifbb.com/rules). Bununla birlikte bu kategorilerin birbirinden beden görünümü ve kas oranı olarak bazı farklılıkları vardır. Örneğin bikini fitness sporcuları bodyfitness ve fizik gibi kas inşasının daha belirgin olduğu kategorilerden beden görünümü açısından ayrılmaktadır. Örneğin IFBB yarışma kurallarında bikini fitness yarışmacılarının vücut bölümlerinin daha yumuşak ve model gibi olması belirtilmiştir (www.ifbb.com/rules). Böylece bikini fitness daha fazla kas görünümünün olduğu bodyfitness ve fizik gibi kategorilerden ayrılmaktadır.

Bikini fitness, vücut geliştirme ve fitnessın bir kategorisi olarak “bedenlerini formda tutan ve sağlıklı beslenen” kadınların yarışmacı olduğu bir spor dalı olarak tanımlanmıştır (www.ifbb.com). IFBB'nin yarışmacıları değerlendirme kriterleri, genel etki, beden tonu, yüz, sunum ve kas şekli gibi boyutları bünyesinde taşır (www.ifbbwa.com). Ve yarışmacıların saç ve yüz güzelliği, cilt tonu, sunumları, kadınsılıkları ve güzellikleri ile birlikte değerlendirilecekleri belirtilir. Dahası yarışmacılardan, modellerinkine benzer olarak, iyi şekillendirilmiş, formda, sağlıklı ve çekici bir görünüme sahip olmaları beklendiği ifade edilir (www.ifbbwa.com). IFBB bikini kurallarında geleneksel kadınlığın ideal bedenini tanımladığını ileri sürebiliriz. Tajrobehkar (2016) vücut geliştirme federasyonlarının kadınlık ve güzelliği bikini fitness yarışmalarında değerlendirilen unsurlar olarak açıkça ortaya koyduğunu ifade eder. Peki bu idealler, iktidarın kadın bedeni üzerindeki *kuşatmasının* bir göstergesi olarak kabul edilebilir mi?

Kadınların spor ve egzersiz deneyimlerini Foucaultcu perspektifle analiz eden araştırmalar kadınların bedenlerini disipline eden teknikleri incelerken bunların özellikle kadınları tektipleştirmesi, onları toplumsal beklentilere uygun hâle getirmesi, sporculara kadınsı görünümünden uzaklaşmamalarını dikte etmesi gibi yönleri ile baskı kurucu olduğunu; fakat bunun yanı sıra kadın sporcuların bedenleri üzerindeki denetimlere farklı biçimlerde direniş geliştirdiğini, bu yönüyle de deneyimlenen sporun aynı zamanda güçlendirici boyutları olduğunu ileri sürmektedirler (Boyle, 2005; Ian, 2001; Obel, 1996; Shea, 2001). Foucault (2012) “*Benim, iktidarı her yere yerleştirerek, her türlü direniş imkânını dışladığım çok sık söylendi: Eleştirmenler beni bununla suçladılar. Tam tersine! Ben şunu söylüyorum: İktidar ilişkileri kaçınılmaz olarak direnişe yol açar, her an direniş çağrısı yapar, direnişe imkan tanır ... Öyle ki; benim ortaya çıkarmaya çalıştığım şey, tek tipleştirici bir aygıtın donuk ve istikrarlı tahakkümünden çok, sürekli ve çok biçimli mücadeledir*” (s.177) diyerek iktidara karşı direnişin de farklı biçimlerde dolaşıma girdiğini ifade eder.

Kadınların bedenleri üzerindeki denetime direnmeleri güçlenmeyle yakından ilişkilidir. Güçlenme insanların, özellikle de toplumsal olarak dezavantajlı koşullarda bulunan insan gruplarının, kendi aralarında ve dünyayla, değişim yaratma ve sorunlarını çözmelerini mümkün kılacak biçimde ilişki kurmalarını ve bu çabayı destekleyecek önlem ve mekanizmaları anlatırken kadınların güçlenmesi toplumsal cinsiyete dayalı iktidar ilişkilerin, aşağıdan yukarı, kadınların ezilmişliğine dair bir farkındalık geliştiren ve bunu değiştirme becerisi ve gücü oluşturan bireylerden ya da gruplardan başlayarak dönüştürülmesini ifade

eder (Alkan, 2015, s. 48). Kadınların gerek bireysel olarak kendi güçlenme pratikleri gerekse ulusal ve uluslararası politikalar bağlamında kadınların güçlendirilmesine yönelik uygulamalar kadınların kendi yaşamları üzerinde kontrol sahibi olmalarını ifade eden bir süreçtir (Kabeer, 2005; Kyei, 2019; Rowlands, 1995; UNDP, 2014).

Araştırmalar cinsiyet normlarının içselleştirilmesinin, kadınları kendilerini yetkin, özerk, güçlü ve kendi kaderini belirleyen bireyler olarak görmelerini engellediğini ortaya koymaktadır (Cantor ve Bernay, 1998; Schur, 1984). Bununla birlikte araştırmalar spora ve fiziksel aktiviteye katılımın kadınların yaşamlarında beden potansiyellerini ve kendilerini fark etmelerine, kendilerini tanımalarına ve bağımsızlaşmalarına katkı sağlayan zenginleştirici ve güçlendirici yönleri olduğunu kaydetmektedir (Bulgu, Koca ve Aşçı, 2007; Blinde, Taub ve Hun, 1993). Bu güçlenme potansiyelleri en temelde kadınların sportif becerilerini geliştirmeleriyle birlikte bedenleri ve kimlikleri üzerinde olumlu duygular geliştirmelerini ve özgüven kazanmalarını içerir (Theberge, 1987). Foucault'nun iktidar kavramını feminist bir perspektifle analiz eden Deveau (1994) kadınların güçlenmesini, özerklik ve özgürlük kapasiteleri ve bunların geliştiği koşullar olarak ele alır. Bu yönüyle güçlenme kadınların kendi yaşamları üzerinde kontrol sahibi olmalarıdır (Stranberg, 2002; Pease, 2002). Bu kontrolü kazanmanın merkezinde ise öz yeterlik, kendi yetkinliklerinin farkına varma ve öz saygı gibi niteliklerin elde edilmesi gibi unsurlar yatar (Blinde, Taub ve Hun, 1993).

Foucault'ya (1977) göre tabi kılınabilen, kullanılabilen ve geliştirilebilen bir beden itaatkâr bir bedendir (s.135). Ve insan bedeni, onun derinlerine inen, eklemlerini bozan ve onu yeniden oluşturan bir iktidar mekanizmasının içine girer (s. 135). Disiplin böylece bağımlı ve idmanlı bedenler, itaatkâr bedenler imal eder (s.136). Foucault (1977), disiplinci iktidarın, normalleştirme amacına ulaşmaya çalıştığını ve normalleştirici bir bakışın; nitelemeye, tasnif etmeye ve cezalandırmaya izin veren bir gözetim olduğundan bahseder (s. 139). Örneğin kadın vücut geliştirmeciler aynı zamanda fiziksel süslemeler (örn. kozmetik, takı, kostümler, saç modelleri) ve simetri yoluyla kadınlıklarını göstermeleri için teşvik edilir (Scott, 2011). Aksi takdirde geleneksel cinsiyet normlarını ihlal ettikleri için anormal/sapkın olarak görülürler (Worthen ve Baker, 2016). Kadın sporcuları etiketleyen bu erkek bakış açısı, bu alandaki kadın sporcuları “heteroseksüel cazibe”ye (Schulze, 1990, s.61) uygun olarak disipline eder ve bu bedenleri normalleştirir. Nitekim araştırmalar da kadın vücut geliştirmecilerin bedenlerini bu norma uygun olarak disipline ettiğini göstermektedir (Brace-Govan, 2004; Scott, 2011). Bikini fitness sporcuları da podyumdaki duruşları, pozları, yürüyüşleri, makyajları, bakışları, jest ve mimikleri, bikinilerinin renk seçimleri, topuklu ayakkabıları, ışıltılı makyajları, bikinilerinin taşlarına uygun parlak takıları gibi[‡] tüm detaylarla birlikte, ulaşılması hayli güç, kusursuz bir beden inşa etmeye çalışmaktadırlar. Kadınlık özelliklerini kaybetmeden[§], zarif, estetik ve feminen bir şekilde kas inşa etmenin merkeze alındığı bu kategoride, kadınsı görünümünden uzaklaşmamak (Shilling ve Bunsell,

[‡]<http://www.2eylul.com.tr/Icerik/Haber/9977/kasli-ve-guzel> Erişim: 17.07.2018 Bikini fitness dalında Türkiye Şampiyonu olan bir sporcuyla yapılan görüşmeden alınmıştır.

[§]https://www.sabah.com.tr/pazar/2010/12/19/podyuma_cikmadan_uc_gun_once_su_icmeyi_birakiyorlar Erişim: 17.07.2018 Milli takım antrenörüyle yapılan görüşmeden alınan bir ifadedir.

2009), erkek bakışına (Martin ve Gavey, 1996) uygun beden inşa etmek, bikini fitnessçi beden üzerindeki denetim mekanizmalarına örneklerdir.

Foucault (1977) “Hapishanenin Doğuşu” adlı kitabında Panoptikon’u bir iktidar metaforu olarak kullanır. Bu kavram, merkezinden bütün hücrelerin rahatlıkla görüldüğü ama gözetleyen gardiyanların hiçbir zaman hiçbir noktadan görünmediği asimetrik, tek yönlü bir gözetleme sistemini ifade eder (Ataman ve Çoban, 2016, s.6). Diğer bir anlatımla “Panoptikon”, Foucault tarafından disipline edici güç ilişkilerinin toplumun geneline uygulanmış hali olarak görülür (Kalav, 2015, s.40). Böylece bir disiplinci iktidar pratiği olarak panoptikon, kişinin kendi kendini kontrol etmesi ve gözetimini içselleştirilmesi anlamına karşılık gelir (Foucault, 1977). Bikini fitness da panoptikonun dolaşıma girdiği alanlar mevcuttur. Örneğin bikini fitnessçılarının bedenleri podyumda, spor salonunda, gündelik yaşamda ve instagramda sürekli olarak gözetlenir (Kavasoğlu ve Koca, 2018) ve dolayısıyla bu alanlar birer panoptik model gibi işlev görür. Gözetimin bu her yerdeliği nedeniyle artık sporcular kendi bedenlerini de sürekli kontrol ederek gözetimi içselleştirmiş olurlar.

Eleştirel ve postmodern feministlere göre kadın vücut geliştirme, baskı kurucu dinamiklerinin yanı sıra, toplumsal cinsiyet düzeni için zaman zaman yıkıcı ve güçsüzleştiricidir (Ian 2001; Johnston 1996; McGrath ve Chananie-Hill 2009; Obel 1996; Shea 2001; Martin ve Gavey 1996). Örneğin kadın vücut geliştirmecilerin toplumsal etiketlenmelere maruz kalmaları, bu etiketlemelerden kurtulmak ve toplumsal cinsiyet düzenini ihlâl etmediklerini göstermek için, seksi, güzel ve bakımlı görünmek gibi bazı kadınlık stratejilerine başvurmaları baskı kurcu ve güçsüzleştiricidir (Bell, 2008; Forbes vd., 2004; Shea, 2001; Shilling ve Bunsell, 2009). Fakat bunun yanı kadın sporcuların sıra erkeklere ait olarak görülen bir dünyaya girmeleri ve bu alandaki varlıkları ile kadını öteki, zayıf, formsuz ve sağlamlıktan yoksun olarak kodlayan ataerkil iktidara meydan okumaları ise güçlendiricidir (George, 2005; Johnston, 1996; Martin ve Gavey, 1996; Scott, 2001). Bu araştırmada bikini fitnessın toplumsal cinsiyet normlarını yeniden üreten yönleri ve iktidarın bikini fitness yoluyla kadın bedeni üzerindeki denetimi bikini fitnessın baskı kurucu yönleri olarak ele alınacaktır. Kadın sporcuların bikini fitness yoluyla yaşamlarındaki denetime karşı kendi kontrollerini ve direniş pratiklerini inşa etme deneyimleri gibi unsurlar ise bikini fitnessın güçlendirici boyutunu ifade edecektir.

Kadın vücut geliştirme ve fitnessı merkeze alan uluslararası alanyazının fizik, bodybuilding ve klasik vücut geliştirme gibi bikini fitnessa kıyasla daha kaslı görünümün ön planda olduğu kategorilere yöneldiği ya da herhangi bir kategori ayırımına gitmeden yarışmacı kadın vücut geliştirmecilerin deneyimlerine odaklandığı görülmektedir (Guthrie ve Castelnova, 1992; Martin ve Gavey, 1996; Shea, 2001; Wesely, 2001). Bu bağlamda hem uluslararası alanyazında hem de ulusal alanyazında bikini fitnessın ayrı bir kategori olarak ele alan ve bikini fitnessa odaklanan alan yazının sınırlı olduğu söylenebilir (Tajrobehkar, 2016; Kavasoğlu ve Koca, 2018). Örneğin bikini fitness yarışmacılarının kadınlıkla müzakerelerini inceleyen Tajrobehkar (2016) bikini fitnessçılarının kadınlığın ideal tanımlarını yeniden ürettiğini ve pekiştirdiğini iddia etmiştir. Kavasoğlu ve Macit (2018) ise bikini fitnessçılarının deneyimlerini incelemiş, bikini fitnessçı bedenin gerilimleri, sporcuların bu alanda var olma stratejileri ve sporculara yönelik eril tahakküm pratiklerinin neler olduğuna odaklanmışlardır. Bu araştırmada ise bikini fitnessın sporcular için güçlendirici ve baskı kurucu yönlerini çift

yönlü analiz etmeye çalışılacaktır. Böylece bu araştırma bikini fitness alanındaki kadın sporcuların deneyimlerini daha derinlikli olarak anlamamızı sağlayacaktır.

YÖNTEM

Elit düzey bikini fitnessçılarının bikini fitness aracılığıyla güçlenme ve baskılanma deneyimlerini analiz edebilmek için nitel araştırma desenlerinden fenomenolojiden faydalandık. Nitel araştırmanın odağında insanların kendi deneyimlerine, koşullara ve yaşanan durumlara verdikleri anlam vardır (Koca, 2017). Fenomenolojik çalışmalar ise yaşanmış deneyimin ortak anlamını tanımlar (Creswell, 2018, s.77) Bu çalışmada kadın sporcuların güçlenmeleri ve baskılanma pratiklerini fenomen olarak ele aldık ve bu fenomone ilişkin deneyimleri bikini fitness bağlamıyla ve Foucault'nun kavramsal araçlarıyla anlamaya çalıştık.

Katılımcılar: Araştırmanın katılımcılarını amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme ve kartopu örnekleme yöntemlerine göre belirledik. Araştırmacıların bikini fitness alanından olmaması nedeniyle bu alandaki kadın sporculara ulaşmak için kartopu yöntemini kullandık. Bu örnekleme yöntemi, araştırmanın ilgi alanına giren kişileri tanıyan kişilerden olası durumlar hakkında bilgi edinir. Katılımcıları bulmak için başka yol olmadığı zamanlarda işe başlamak için kullanışlıdır (Glesne, 2013, s. 61). Araştırmanın katılımcılarını belirlemedeki ölçütümüz ise bikini fitness kategorisinde en az bir ulusal ya da uluslararası yarışmaya katılmış olmalarıdır. Bu bağlamda araştırmanın katılımcılarının, ulusal ve uluslararası yarışmalarda dereceleri bulunmaktadır ve yaşları 25 ile 40 arasında değişmektedir. Üniversite öğrencisi olan Ayşe ve Duru hariç katılımcıların tamamı üniversite mezunudur (Tablo 1).

Tablo 1: Katılımcıların kişisel bilgileri

Mahlas	Yaş	Bikini Fitness Deneyimi	Ulusal ve Uluslararası Başarılar
Ayşe	22	2 yıl	Türkiye İkinciliği
Duru	24	6 yıl	Türkiye Şampiyonlukları, Dünya İkinciliği, Avrupa Şampiyonluğu,
Eda	40	3 yıl	Türkiye Şampiyonluğu
Gül	31	6 yıl	Türkiye ve Dünya Şampiyonluğu
Hür	25	4 yıl	Türkiye İkinciliği
Muna	33	6 yıl	Türkiye Şampiyonlukları, Dünya Şampiyonluğu, Şampiyonlar Şampiyonluğu
Olga	35	3 yıl	Türkiye Şampiyonluğu
Sıla	39	6 yıl	Türkiye Şampiyonlukları, Dünya Şampiyonluğu
Seda	23	3 yıl	Türkiye Şampiyonluğu
Yaren	44	4 yıl	Türkiye İkinciliği

Veri Toplama: Elit düzey bikini fitnessçılar ile yürütülen bu araştırmanın verileri yarı yapılandırılmış bireysel görüşmeler ile toplanmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşmeler doğrudan gözlemleyemediğimiz davranışlar, duygular veya insanların etraflarındaki dünyayı nasıl ifade ettiklerini öğrenmek için uygun bir yöntemdir (Merriam, 2015, s.86).

Bireysel görüşme sorularını araştırmanın amacı, kuramsal çerçevesi ve ilgili alanyazın bağlamında oluşturduk (Boyle, 2005; Johnston, 1996; Scott, 2011; Wesely, 2001). Görüşme

sorularının açık ve anlaşılır olup olmadığını kontrol etmek için elit düzey bikini fitness deneyimi olan bir sporcu ile pilot görüşme gerçekleştirdik. Bu görüşmeden sonra görüşme formunu revize ederek veri toplama sürecini başlattık. Görüşmelere bikini fitnessın nasıl anlamlandırılıp tanımlandığını anlamaya yönelik sorularla başladık (Sizce bikini fitness nasıl bir spor dalı? Bikini fitnessı diğer spor dallarından ayıran temel özellikler nelerdir? Bikini fitnessa başlama nedenleriniz nelerdir?). Daha sonra bedenın bikini fitnesssta taşıdığı öneme (Bikini fitnesssta bedenın nasıl bir önemi vardır? Antrenmanlarınızda bedeninizin hangi bölümlerini çalıştırmaya özen gösteriyorsunuz?), podyumda sergilenen bedene (Podyuma çıkmadan önce ne gibi hazırlıklar yapıyorsunuz? Podyumda bedeninizin nasıl görünmesini istiyorsunuz? Poz verirken nelere dikkat ediyorsunuz?) ve kadın olarak fitness alanında bulunmanın anlamına (Bir kadın olarak fitness alanında bulunmak sizce zor mu/neden?) ilişkin sorular sorduk.

Araştırma için Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan onay aldıktan (Karar no.94) ve katılımcılara gönüllü katılım formu imzalatıldıktan sonra onları araştırma sürecine dahil ettik. Görüşmeleri katılımcıların yaşadıkları şehirlerde ve kafe, spor merkezi ev gibi yerlerde gerçekleştirdik. Görüşmelerden önce katılımcılara araştırmanın amacı hakkında bilgi verdik. Nasıl bir yöntemle araştırmayı gerçekleştireceğimizi ve bunun gerekçelerini aktardık. Verilerin bilimsel araştırma dışında başka hiçbir amaçla kullanılmayacağını belirttik. Gönüllü olarak araştırmayı kabul eden katılımcılara ses kaydı için izin aldık. Çalışmada ayrıca katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin yaş, gelir durumu, bikini fitness geçmişi, sporf dereceleri gibi sorulardan oluşan kişisel bilgi formu kullandık. Bireysel görüşmelere 26 Temmuz 2018 tarihinde başladık. Son görüşmeyi 24 Aralık 2018 tarihinde gerçekleştirdik. Görüşmeler ortalama 1 buçuk saat sürdü ve toplam 168 sayfa görüşme verisi elde ettik.

Veri Analizi: Verilerin analizinde Braun ve Clark'ın önerdiği süreci dikkate alarak tematik analiz yöntemini uyguladık. Bu aşamalarda, verilere aşına olma, kodlama, tema oluşturma, aday temaların incelenmesi, temaların isimlendirilmesi ve yazma süreçlerini izledik (Braun ve Clarke, 2006).

Veri analizinin ilk aşamasında tüm görüşmeleri yazılı bir metin hâline getirdik ve verilere aşına olmak için düz bir metin olarak birkaç kez okuduk. Daha sonraki okumada satırların kenârlarına notlar alarak kodları çıkardık. Her bir bireysel görüşmenin kodlarını kod defterine işledik. Anlam bakımından birbiriyle ilişkili olan kodları bir araya getirerek olası temalar altında organize ettik. Bir sonraki aşamada olası temaları araştırmanın amacına ve kuramsal çerçevesine uygunluğu bağlamında tartışarak asıl temaları belirledik.

Araştırmada verilerin kalitesini arttırmak için Lincoln ve Guba'nın (1985) inandırıcılık aktarılabirlik, tutarlılık ve teyit edilebilirlik ölçütlerine başvurdık. Örneğin aktarılabirliğin sağlanabilmesinde bulguların sunumunda doğrudan alıntıları yoğun olarak kullandık. Aynı zamanda temaların zenginleştirebilmek adına aykırı-farklı görüşleri yansıtan katılımcı görüşlerine dair doğrudan alıntıları kullanmaya dikkat ettik. Bununla birlikte araştırmanın güvenilirliğine katkı sağması amacıyla araştırmacı çeşitlemesi kullandık (Denzin, 2012). Son olarak katılımcıların kimliklerini korumak için onlara takma isimler verdik.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Araştırmadan elde edilen bulgular bu bölümde iki tema halinde sunulmuştur: Bikini Fitnesstaki Baskı Kurucu Deneyimler ve Bikini Fitness Yoluyla Güçlenme Deneyimleri.

İlk temada bikini fitnessın sporcular tarafından nasıl tarif edildiği, ve nasıl anlamlandırıldığı analiz edilmiştir. Bu bağlamda bikini fitnessın baskı kurucu, tek tipleştirici özellikleri ve bedenın nasıl disipline edildiği incelenmiştir. İkinci temada ise bikini fitnessın sporcular için güçlendirici anlamlarını, yeni ve farklı kadınlık kimliklerinin inşa edilmesini sağlayan yönleri analiz edilmiştir.

Bikini Fitnesstaki Baskı Kurucu Deneyimler

Bu temada bikini fitnessın sporcular tarafından nasıl tanımlanıp anlamlandırıldığı, bikini fitnessın bedeni disipline eden yönleri, modern iktidarın bikini fitnessa sızan yapısıyla birlikte analiz edilmiştir. Katılımcılar, bikini fitnessı, bedenin kum saati misali mükemmel, kusursuz ve kadınsı olmasını salık veren bir spor olarak tanımlamışlardır. Bikini fitnessçı kadınlar kadınsılığı yitirmeden kas inşa ederlerken ve bedenin bir bütün olarak kusursuz, çekici, güzel ve seksi olmasına dikkat ediyorlar. Bu ulaşılması zor mükemmel bedenin tarifinde manken, model, Barbie bebek, biblo ve kuğu gibi sıfatlar ön plana çıkıyor.

Bikini fitness... daha feminen bir kadın hani kum saati bir görünüm canlandırın gözünüzde (Hür).

Aslında baktığında manken gibi bir şey yani bikini fitnessta yarışan sporcular sadece daha kaslı bir yapıya sahip feminen bir spor (Sıla).

Sporcuların bikini fitness tanımlarında ve bikini fitnessa yüklediği anlamlarda bedenin kadınsı normlara uygun olarak normalleştiği anlaşılmaktadır (Foucault, 1977). Bikini fitnessa sporcuların kadınsı görünümü sağlayıp sağlayamadığı performanslarını değerlendirmede önemli bir bileşendir (Tajrobehkar, 2016). Araştırmalar, kadın vücut geliştirmede sporcuların estetikliği, kadınsılığı, heteroseksüel cazibeye uygunlukları gibi yönlerden denetlendiklerini, bedenlerinin disipline edilmeye çalışıldığını gösteriyor ve bu normalleştirme çabaları nedeniyle sporcuların, kadınsılıklarını ve seksiliklerini vurgulayarak geleneksel toplumsal cinsiyet düzenini ihlâl etmediklerini kanıtladıklarını gösteriyor (Ian, 2001; Johnston, 1996; Schulze, 1990; Scott, 2001).

Toplumsal cinsiyet düzeni, kadınlık ve erkeklik tanımları yoluyla erkeğin kadın üzerindeki ayrıcalıklı konumunu sağlayan, kadın ve erkek arasında tarihsel olarak kurgulanan iktidar ilişkilerini ifade eder (Koca, 2006). Bu bağlamda ise zarif, arzulanır, çekici bedenlere sahip kadınların gerçek kadınlıkla eşleştirilmesi söz konusudur (Koca ve Bulgu, 2005; Öztürk ve Koca, 2014). Bikini fitnessçılarla araştırma yapan Tajrobehkar'ın (2016) araştırma bulguları da sporcuların saç makyaj ve takılarına özen gösterdiğini ortaya koymaktadır. Bunun yanı sıra diğer kategorilerdeki vücut geliştirmecilerin de saç, makyaj ve takılarına özen göstererek ya da ve göğüs implantı gibi uygulamalara başvurarak daha kadınsı, çekici ve güzel görünmeye dikkat ettikleri kaydedilmektedir (Johnston, 1996; McGrath ve Chananie-Hill, 2009; Rahbari,

2019, Scott, 2001). Buna bağlı olarak görüşmelerden, bikini fitnessta kadınsı beden inşasında, alanın önemli bir pratiği olan geleneksel kadınlık değerlerine uygun beden inşasının oldukça ön planda olduğu anlaşıyor. Örneğin Sıla'ya göre bikini fitness “kendini kadın olarak göstermenin farklı bir yolu”dur. Seda da, “(bikini fitnessçılar) daha güzel daha naif daha estetik ve daha kibarlar aslında” diyerek kadınlığın toplumsal cinsiyet düzeni ile uyumlu tanımlarına vurgu yapmıştır. Bundan dolayıdır ki bikini fitnessa dair tanımlarında kadınsılığı yitirmemek, seksiliği ve kadınsılığı ön plana almak neredeyse tüm sporcular tarafından vurgulanmıştır:

Saçımızla, yüzümüzle, makyajımızla, pozlamamızla dişiliğimizin ön plana çıkarılması gerekiyor (Hür).

Şu çok önemli bir detay bikini fitnessta en önemli şey göğüslerin silikon olması ... Görsellik ve kadınsılığı kaybetmemek için (Eda).

Yani sizin saçınızın telinden ayak tırnaklarındaki oje kadar bakılır yani kızların Çoğu yani birbirine yakın olduğu için saç daha bakımlı ise saç daha bakımlı olanı seçerler birinin yüzü daha bakımlı ise onu seçerler makyajınızı bakarlar saç kalitenize bakarlar gülüşünüze bakarlar ... Sizinle ben aynı vücuda sahip olalım ama benim yüzüm sizinkinden daha feminen olsun ben şampiyon olurum (Duru).

Görüştiğimiz tüm katılımcılar, bikini fitnessın, vücut geliştirmedeki diğer kategorilerden farkını anlatırken bu kategorinin kadınsılığı en çok koruyan ve kadınsı görünümün en çok vurgulanan kategori olduğunu ifade etmişlerdir:

Diğer vücut geliştirme sporları ile alakalı antrenman bazı olarak baktığımız zaman en hafifini biz yapıyoruz bir taraftan da feminenliğin korunması gerekiyor belli kas gruplarının çok büyümemesi gerekiyor... Manken görünümlü ama masküler değil (Olga).

Bikini fitness daha çok kadınsılığın olduğu bir kategori. Kaslı bayanların da atletik fiziğe sahip olan bayanların da kadınsı görünebildiğinin bir kanıtı (Sıla).

Bikini fitnessta puanın neredeyse %70'ini pozdan kazanırsınız poz çok önemlidir ... Bodyfitness ve diğer kategoriler de aşırı feminelik ve seksapalite gerekmediği için yine gerekiyor ama bikini fitness kadar değil bu kadar uğraş gerektiren bir kısmı yok (Duru).

Ayşe ise bikini fitnessçıların diğer kategorilerdeki kadın sporculardan farkını anlatırken erkeklerin kendilerini “beğenmesi” üzerinden bir örnek vererek açıklamaya çalışmıştır. Onun aşağıdaki alıntısı bikini fitnessçı beden normallığının erkek bakışına (male gaze) uygun olarak inşa edildiğinin bir anlatısı gibidir:

Bikini her kıızı 100 erkekten 100 tanesi beğenir. Ama mesela body fitnesstaki bir kız arkadaşımı içlerinden ancak iki üç tanesi beğenir. Neden beğenir, helal olsun benden

daha iyi yapmış (gülüyor). Benden daha iyi bicepsleri var der, saygı duyduğu için beğenir...Bayan dediğin biraz nazik, alımlı olmalı mantığından dolayı daha tatlı bir görüntü için bence bikini fitness daha ideal ve toplum açısından daha hoş görülen bir grup.

Ayşe'nin bu sözleri bikini fitnessçı bedenlerin modern iktidarın önemli bir disiplin aracı olan erkek egemen bakış açısına göre tasarlandığına işaret ediyor. Berger (2018), kadınların ataerkil iktidarın kendilerini görme biçimlerini içselleştirdiğinden ve bedenlerini buna uygun olarak gözetim altında tuttuğundan bahseder. Kadının içinde gözlemci erkek olduğunu vurgular (s.47). Böylece bikini fitnessçı beden erkek bakışına göre disipline edilmiş olur.

Buraya kadar sunulan alıntılardan bikini fitness sporcularının bedenlerini kadınsı normlara uygun olarak tektipleştirdiğini ve normalleştirdiğini görüyoruz. Böylece görüştüğümüz kadınların geleneksel kadınlık normları ile uyumlu özneler, uysal bedenler inşa ettiklerini öne sürebiliriz. Bu inşanın zaman zaman baskıcı noktaları bulunmaktadır. Örneğin hem kaslı hem de estetik görünümünü dengede tutmak ve bikini fitness kategorisinde kalabilmek için sporcular için baskı kurucu olabilir:

İşte estetik ve kaslı görüntüyü her zaman dengede tutamıyorsun çok fazla kaslı olduğum zaman çok estetik kadınsı olamıyorsun yani benim de kas kütlem bazen çok fazla oluyor o zaman çok aşırı estetik olduğumu düşünmüyorum (Seda).

O kategoride kalmak istiyorsan o şekilde vücudunu inşa edip o şekilde antrenman yapıyorsun... (Ben) her zaman fit kaslı görünen ince yapılı ama fit bir kadın vücudu, bu şekilden çok çıkmak istemediğim için... Ben bikini fitness vücudunu beğendiğim için bu vücudun üzerine çıkacak bir antrenmanı yapmıyorum, ağırlıklarımı ona göre seçiyorum (Yaren).

Açıkçası yediklerime dikkat ediyorum çok fazla kaslanmamaya çalışıyorum. Yaptığım kardiyolarda, antrenmanlarda çalıştığım bölgeleri ona göre değiştiriyorum (Hür).

Grogan vd., (2004) kadın vücut geliştirmecilerin, kadınlık ve kaslılık talepleri arasında, bedenlerini geleneksel kadınlık normlarına dikkat ederek inşa etmesini “dengeleme eylemi” olarak adlandırıyor. Araştırmanın bulguları, bikini fitnessçıların da kendi bedenleri üzerinde “fazla kaslanmamaya çalışmanın” temel alındığı bir takım dengeleme eylemleri olduğunu gösteriyor. Örneğin görüşmelerde sporcular kendileri için uygun görülen beden formunda olup olmadıklarına bakmak için, bu beden formundan ne kadar uzaklaştıklarını anlamak için ya da poz çalışmak için sıklıkla aynanın karşısında bedenlerine baktıklarını vurgulamışlardır. Sena bikini fitnessa “tamamen görsellik ve estetik olarak bakıldığı için” poza estetik vermenin çok önemli olduğunu söylemiş ve o estetikliği sağlamak için, diğer sporcular gibi kendini aynada çok fazla izlediğini vurgulamıştır. Aynaya bakarak bedenini kontrol eden diğer sporcuların sözleri ise şu şekildedir:

Hep aynanın karşısındasın. Bu iş hep böyle sürekli aynanın karşısında. Ben sabah ilk kalkarım daha yüzümü yıkamadan aynaya bakarım (Eda).

Bikini fitness kadınlığı almadan geliştirdiği için vücudu, ben bazı zamanlarda aynaya baktığım zaman kendime ya biraz daha büyüssem mi dediğim oluyor. Bu bir hastalık ama biliyorum biraz daha büyürsem sikletten çıkacağım ve yarışamayacağım (Muna).

Sporcular bikini fitness kategorisinde kalabilmek için bedenlerini kontrol ediyorlar. Bedeni kontrol mekanizmalarında antrenman, diyet ve aynaya bakma pratiğinin önemli olduğu anlaşıyor. Araştırmalar, diğer kadın vücut geliştirme kategorilerinde de makyaj, diyet ve aynada kendini izlemek gibi pratikleri kadınsılığı gözetlemenin yolları olarak değerlendiriyor (Johnston, 1996; Shilling ve Bunsell, 2009). Bu kendini denetleme pratikleri, yani kadınsılığı ve kaslılığı dengeleme eylemleri, gözetimin sporcular tarafından içselleştirilmiş (panoptikon) yönünü ortaya koymaktadır. Kadınsılığı yitirmeden kaslı bedene sahip olmak için yapılan bu pratikler, aynı zamanda baskı kurucudurlar (Markula, 1995). Nitekim bu kategorinin uygun kabul ettiği kas görünümünü aşan sporcular derece elde edemediklerinin ve bir üst kategori olan body fitnessta yarışmak zorunda kaldıklarının da altını çizmişlerdir. Bikini fitnessın uygun gördüğü ideal kas oranını aştığı için body fitnessa yarışacağını söyleyen Sıla, aslında body fitness pozlarının kendisine hiç uymadığını ve estetik ve kadınsı özellikleri içermeyen bu kategoride yarışmak istemediğini de ifade etmiştir. Sonuç olarak bikini fitnessçı beden üzerindeki düzenleme ve denetleme mekanizmalarının, bikini fitness normları yoluyla işlediği, bu yolla itaatkâr bedenler inşa ettiği ve sporcular için zaman zaman baskı kurucu olduğu anlaşıyor (Foucault, 1977).

Özetle bu temada katılımcıların bedenlerini kusursuz ve mükemmel olarak inşa etmeye çalışmaları, bu inşada ise daha kadınsı görünmeyi ön plana almaları, kaslı ve estetik görünümü dengede tutma stratejileri bikini fitnessın baskı kurucu yönleri olarak yorumlanabilir. Öyle ki araştırmalar spor ve egzersiz kadın sporcular için toplumsal cinsiyet düzeni ile uyumlu kadınlık sergilemelerini beklemesi ve ideal kadın bedenini kurgulaması gibi boyutları ile baskı kurucu olabileceğinin altını çizmektedir (George, 2005; Krane, 2001; Krane vd., 2004; Wesely, 2001).

Bikini Fitness Yoluyla Güçlenme Deneyimleri

Bikini fitnessçı kadınların görüşlerinden ve deneyimlerinden bu sporun onların spor yaşantılarından gündelik yaşamlarına uzanan güçlendirici yönleri olduğu anlaşılmaktadır. Güçlenme kadınların yaşam kalitesini yükselten, özgüven, bağımsızlık, yeterlilik gibi olumlu duygular deneyimlemelerine yardımcı olan, bedenleri ve yaşamları hakkında kendi kararlarını almasını sağlayan bir süreç olarak değerlendirilebilir (Blinde, Taub ve Hun, 1993; Deem ve Gilroy, 1998; Deveaux, 1994; Kabeer, 2005). Görüşmelerde sporcular bikini fitness antrenmanları aracılığıyla bedenleri ile yakından bağ kurduklarını ve bedenlerini diledikleri gibi şekillendirdiklerini ifade etmişlerdir. Aşağıda alıntısı sunulan Eda gibi diğer sporcular inşa ettikleri bu bedenle kendilerini güzel, güçlü, özgüvenli ve seksi hissettiklerini vurgulamışlardır:

*Ben kaslı olmayı çok seviyorum ben define olmayı** çok seviyorum. Aynaya baktığım zaman kendimi çok güçlü hissediyorum, güzel hissediyorum yani hiç erkeksi bulmuyorum seksi hissediyorum açıkçası (Eda).*

Sporcular bikini fitness antrenmanları ile bedenlerini istedikleri gibi şekillendirdiklerini ve kontrol ettiklerini düşünüyorlar. Örneğin Duru'nun "bedenim benim eserim" sözleriyle ifade ettiği gibi Sila ve Yaren de antrenman ve beslenme gibi pratikler aracılığıyla kendi bedenlerinin istedikleri gibi olması için emek harcadıklarını belirtmişlerdir:

Tamamen emek vererek yaptığın bir şey. Yani bu fitnesssta vücudunu baştan yaratabiliyorsun (Sıla).

Şimdi en güzel şeylerden bir tanesi, vücudunuzu iyi tanıdıktan sonra ve bu işi öğrendikten sonra, hem antrenman hem beslenmeyle vücudunuzla oynayabiliyorsunuz. Çok güzel bir şey, yani kendiniz vücudunuza istediğiniz şekli verebiliyorsunuz (Yaren).

Görüştüğümüz sporcular bikini fitnessa başladıktan sonra beden ölçülerindeki değişikliklerden bahsetmiş, bu kategoride yarışmacı bir sporcu olmanın bütün hayatlarına yansıyan zorluklarına değinmiş ve tüm bu değişimin kendilerini mutlu ve özgüvenli hissettirdiğinin altını çizmişlerdir:

Bu ölçülere sahip olmak için herkesin yaptığı gibi diyet biraz antrenman falan değil hayat tarzını değiştireceksin, başka yaşayacaksın, saati saatine yemek, uyku düzenin, her yediğinin gramajı belli olacak. Antrenmanlar aksamayacak çok zor bir şey yani bu herkesin yapabileceği bir şey değil... Podyumda bütün o hazırlık sürecinde harcadığın emeği sergilemek çok keyifli (Sıla).

Bir kere görüntü olarak düşünsenize fitsiniz, güzelsiniz ve güçlüsünüz. Belki de çoğu erkekten daha güçlüsünüz fiziksel olarak. Ee dolayısıyla bu kendinize bir özgüven de veriyor, insanların size bakışı da değişiyor saygısı da değişiyor. Vücudunuzda gördüğünüz değişiklikler, onunla motive olma, işte yarışma günü hazırlık, saç, makyaj, podyumda müzik eşliğinde oraya çıkmak, bunları ben eğlence olarak görüyorum (Yaren).

Katılımcılar için bedenleri üzerinde kontrol sahibi olduklarını hissetmeleri, fiziksel olarak güçlenmeleri onlara özgüven kazandıran güçlenme bileşenlerindendir. Katılımcılar fiziksel olarak kendilerini daha güçlü hissetmelerinin ve bedenlerini diledikleri gibi şekillendirmelerinin, tüm hayatlarını hedefledikleri başarıya ulaşmak için organize etmelerinin kendilerini motive ettiğini belirtmişlerdir. Bununla birlikte Seda'nın yaşanmış deneyimi ise oldukça özel ve önemli bir bulgu ortaya koymaktadır. Seda bikini fitnessa başlamadan önce skolyozlu ve kifoza olarak kendini kapama yoluna gittiğini belirtmiştir. Bikini fitnessa başladıktan sonra ise fiziksel sağlığındaki iyileşme ile bikini fitnessı kendisi

** Görüşmelerde sporcular definasyonu kasın kuru ve buna bağlı olarak parçalı görünmesi olarak tanımlamışlardır.

için sürdürmesi, kendini daha özerk ve daha mutlu hissetmesi Seda'nın hayatında bikini fitnessın özel bir güçlenmeye yol açtığını göstermektedir:

... her zaman skolyozlu ve kifozlu bir birey olarak hep kapattım kendimi, her zaman bol kıyafet giymek istedim. Kış aylarını çok sevdim, her zaman kapşonlu giydim. Çünkü o kapşon sırtımdaki kamburluğu gizliyor falan. Kendimce bunlar çok ağır travmalar aslında ama hani kendi kendime yaptığım şeyleri görünce ve aynadaki değişimi görünce çok daha mutlu olarak, çok daha isteyerek ve sadece kendim için yaptım. (Bikini fitnessa) başladıktan sonra belim çok inceldi, kalçam bacaklarım çok büyüdü, sırtım sırtım çok güzel oldu ya gülüşmeler omuzlarım düzeldi tabii ki artık çok güzel ya gerçekten iyi ki yapmışım diyorum (Seda).

Foucault (2006) iktidarın eski dönem formlarını yorumlarken, norm dışı bireylerin kapatılma tekniklerinden bahseder ve bu durumun toplumun bireyleri tedavi ve ıslah eden disiplin pratikleri olduğunu ifade eder. Seda'nın deneyimlerini Foucault'cu perspektifle yorumladığımızda onun kış aylarında kendini kapamasına yol açan kıyafetler giymeyi sevmesini kendi bedeni kapa yoluyla disipline etme ve normalleştirme çabası olarak değerlendirebiliriz. Bu noktada Seda için bikini fitnessın onun kendi bedenini dönüştürmesini sağlayan ve ona özgüven kazandıran bir anlamı olduğunu görüyoruz. Araştırmalar spora katılımın kadınların güçlenmeleri için etkili bir potansiyel olduğunu ve bu yolla kadınların özgüven kazanması başta olmak üzere fiziksel özellikleri ve yetenekleri hakkında olumlu bakış açısı geliştirdikleri gibi pek çok olumlu kazanım edindiklerini ortaya koymaktadır (Blinde, Taub ve Hun, 1993; Shaffer ve Wittes, 2006; Theberge, 1987).

Görüştiğimiz bikini fitnessçılar için bu spor hem fiziksel hem de psikolojik güçlenmelerini sağlamaktadır. Bu araştırmada bikini fitnessa yarışmacı olmaları nedeniyle bedenleri ve yaşamları üzerinde kurulan denetim mekanizmalarına karşı sporcuların direniş pratikleri ve özgürlük kazanımları da önemli güçlenme pratiklerindendir. Örneğin Hür'ün bikini fitness yarışmalarına katılması ve yarışma fotoğrafını instagramda paylaşması ile bir akrabası bu yarışma pozunu görüp köydeki akrabalarına bildirmiş ve bu haber Hür'ün babasına kadar gitmiştir. Ve bu durum Hür'ün doğup büyüdüğü köyde onun "farklı yollara düşmüş gibi" algılanmasına ve bu yüzden ailesi ve akrabaları tarafından tehditler almasına neden olmuştur. Hür bu tehditlere rağmen bikini fitness yaşantısına devam ettiğini ve kendine zarar veren akrabalık ilişkilerini sonlandırdığını ifade etmiştir. "Devam ediyorum çünkü spor zevk aldığım bir şey, severek yaptığım bir şey benim için. Çünkü bir kaçış noktası, bunu da pes etmeden devam ettiriyorum" diyen Hür'e göre bu spora devam etmek kendi istediği ve tercih ettiği bir şeyi yapmak ve çocukluğundan bu yana üzerinde kurulan baskılardan koptuk anlamına gelmektedir.

Hür'ün yukarıdaki özgürleşme deneyimi gibi, bikini fitnessı daha profesyonel olarak sürdürmek amacıyla küçük bir şehirde yaşadığı için büyük bir şehre göç ederek spor yaşantısına devam eden Ayşe'nin sözleri de spor yoluyla kadınların güçlenmesine güzel bir örnektir. Ayşe yaşantısındaki bu radikal değişimin (göç etme) yanı sıra antrenmanlarda "kalçası belli olmasın diye" beline hırka bağlamasını isteyen ve instagramdaki bikinili fotoğraflarını kaldırtan sevgilisiyle ilişkisini sonlandırdığını görüşme esnasında ifade etmiştir.

Bikini fitness yarışmalarına katıldığı zamanları “hayatımın en mutlu dönemleri” olarak nitelmiştir. Dahası aşağıdaki sözlerinden hem bedeni üzerindeki denetime karşı direnişini, bedeninin kontrolünün kendine ait olduğunu bilmesi ile göstermiş hem de bu alanda var olmalarına dair nasıl bir sorumluluğa sahip olduklarını hatırlatmıştır:

...Dikkat çekecek şekilde giyinmesin, dar giyinmesin, hatları belli olmasın tarzında, spor yaparken beline hırka bağlasın mesela. Bunu da istiyordu ve hiçbir zaman hırka bağlamadım gülüşmeler. Şu an Instagram'da hiçbir bikinili fotoğrafım yok, kaldırıldı ... Ama geri gelecek (gülüşmeler) ... Bundan birkaç sene sonra daha da normal olmaya başlayacak, kadın yarışmacılar daha da artacak ama işte bunu yine başaracak olan biziz.

Foucault’ya göre iktidarın olduğu her yerde direniş ya da direniş imkânı vardır (Foucault, 2014, s.21). Bu araştırmada sporcuların antrenmanlarda ve yarışmalarda giydikleri kıyafetler üzerinden ailelerinden –özellikle babalarından- ve sosyal çevrelerinden gelen ataerkil iktidarın denetlenmelerine pratiklerine karşı farklı direnişleri olduğu ortaya çıkmıştır:

Bizim fitness müdürümüz vardı, bayan ve 24 yaşında genç bir bayan. Benim hiçbir zaman renkli tayt giymemi istemiyordu. Salonun kalabalık olduğu saatlerde antrenman yapmamı istemiyordu ... Özellikle senin fiziğin çok dikkat çekiyor herkes sana bakıyor bu yüzden senin siyah tayt giymenin istiyorum şeklinde bir konuşma oldu ... Çünkü toplumdaki ahlâkı bedene bağladıkları için ... Ben de inadına her gün rengarenk taytlar giydim (Ayşe).

Tabii babama bir battı benim bikiniyle insanların içine çıkacak olmam ... Bana kalp krizi mi geçirteceksin demişti bir kere, yoooo dedim geçirmeyeceksin baba (gülüşmeler). Ondan sonra alıştı ama her zaman destekledi beni yarışmadan yine bir hafta önce babama gitmiştim gayet böyle yulafımı önüme koyuyordu etimi önüme koyuyordu falan çok destek oluyordu. Ne yapsın adam, ne desin yani çünkü ben yapacağım demişim bir kere, buna ne kadar tutkuyla bağlı olduğumu söylemişim (Seda).

Seda bikini fitnessı kararlı bir biçimde sürdürmeye devam ettiğini bunun sonucunda ise babasının artık antrenman ve yarışmaya dair yüklediği instagram postlarını beğenmeye başladığının altını çizmiştir. Muna ve Olga da babalarının bikini giymelerinden rahatsız olacaklarını düşündükleri için bikini fitnessa başladıklarını ilk başta babalarına söylemediklerini belirtmişlerdir. Fakat diğer sporcuların deneyimlerine benzer olarak onların bu spora adanmışlıkları ve önemli dereceler elde etmeleri neticesinde babalarının –ve başta bikini fitness yapıyor olmalarından rahatsız olan herkesin- kendilerine karşı olan yaklaşımlarını değiştirdikleri anlaşılmaktadır:

Dünya şampiyonu olunca babam artık anladı beni vazgeçiremeyeceğini. Çünkü deli kızını kendisi daha çok iyi tanıyor (Muna).

Yukarıdaki alıntılardan sporcuların bedenleri üzerindeki denetime meydan okuduklarını ve sahip oldukları başarılarla birlikte bu iktidar mekanizmalarına karşı direnebildikleri anlaşılıyor. Bikini fitness yoluyla güçlenme deneyimleri tüm sporcular için farklılık gösterse de bu deneyimin merkezinde yaşamları hakkında kendi kararlarını vermeleri, bağımsızlaşmaları, kendi kimliklerini inşa etmeleri ve bu kimliği (örneğin bikini fitnessçı kimlik) ailelerine ve sosyal çevrelerine kabul ettirmeleri, kendilerini güçlü ve mutlu hissetmeleri gibi kazanımlar vardır. Bununla birlikte sporcuların bikini ya da antrenman kıyafetlerine yönelik zaman zaman tehdite varan ataerkil iktidar pratiklerine rağmen bikini fitness deneyimlerini sürdürmeleri, geleneksel toplumsal cinsiyet düzenine ve ataerkil iktidara karşı oldukça güçlü bir direnç oluşturma ve dahası bu normları dönüştürme ihtimali taşımaktadır (Kavasoglu ve Macit, 2018).

SONUÇ

Bu araştırmada bikini fitnessın kadın sporcular için güçlendirici ve baskı kurucu yönleri analiz edilmiştir. Araştırmanın sonuçları, bikini fitnessçı kadınların bedenlerinin toplumsal cinsiyetlendirilmiş normlar ertafında inşa edildiğini göstermektedir. Bununla birlikte bu inşada iktidarın beden üzerindeki denetim mekanizmalarına karşı sporcuların farklı direniş biçimleri ve güçlenme pratikleri olduğu ortaya çıkmıştır.

Bulgularımız, bikini fitnessın, sporcular için çift yönlü anlamları olduğunu ortaya koymuştur. Bikini fitnessın kusursuz/mükemmel kadın mitine uygun bedene sahip olmak için, bedenini, kadınsı imaja hizmet eden bölümlerini çalıştırmayı temele alması, bikini fitnessın tektipleştirici ve bu nedenle baskı kurucu yönünü ortaya koyar. Buna karşın bikini fitnessta sporcuların bedenleri ile yakından bağ kurmaları ve onu diledikleri gibi inşa etmeleri onlara özgüven ve mutluluk vermesi bikini fitnessın güçlendirici yönünü ortaya koyar. Dahası görüştüğümüz sporcuların kaslı bedenlerini güzel ve çekici bulmaları ise yeni ve farklı kadınlık kimliklerinin inşa edildiğinin bir göstergesidir.

Bu araştırmanın bulguları, sporcuların antrenman kıyafetleri ve yarışma kıyafetleri (bikini) nedeniyle baskılandıklarını göstermektedir. Kadın bedeninin denetlenmesinin en yaygın ve somut biçimlerinden biri olan bu ataerkil iktidar kodlarına karşı sporcuların kararlılık ve azimle spor yaşantılarına devam etmeleri, bedenleri ve kendi yaşamları üzerinde kontrol sahibi olmalarına katkı sağlayan deneyimleri ve bedenlerinin denetlenmelerine karşı farklı direniş biçimleri geliştirmeleri, bikini fitness yoluyla güçlenme deneyimlerini ortaya koymaktadır.

Sonuç bikini fitnessın katılımcılar için hem baskı kurucu hem de güçlendirici anlamları vardır. Nitekim eleştirel feminist perspektifle yürütülen araştırmalar, kadın vücut geliştirmeyi, hem güçlendirici hem de güçsüzleştirici yönleriyle birlikte ele almanın önemine dikkat çekmektedirler (Grogan vd., 2004; Guthrie ve Castelnovo 1992; Johnston 1996; Martin ve Gavey 1996; Shea, 2001). Bu araştırmada bikini fitnessa bedeninin toplumsal cinsiyetlendirildiği; beden normunun ataerkil iktidar mekanizmaları tarafından belirlenip denetlenmesi bakımından baskı kurucudur. Buna karşın bu alanın bikini fitnessçı kadınlar için bir mücadele ve güçlenme alanı olduğu ve geleneksel toplumsal cinsiyet rejimi için önemli bir meydan okuma ihtimali taşıdığı anlaşılmaktadır.

Bu araştırmada sadece elit düzey bikini fitnessçılarının deneyimlerine odaklanmamız araştırmanın sınırlılıklarından biridir. Henüz yarışma deneyimi olmayan ve daha genç bikini fitnessçılarla yapılacak görüşmeler çok farklı iktidar ve direniş biçimleri ortaya koyabilir. Bununla birlikte vücut geliştirme ve fitnessın bodybuilding, fizik ve klasik vücut geliştirme gibi diğer kategorilerindeki sporcularla yapılacak araştırmalar, modern iktidarın sporcuların bedenlerine, söylem ve pratiklerine ne ölçüde sızdığını anlamamıza ve sporcuların branşları aracılığıyla ne gibi farklı güçlenmeler deneyimlediklerini analiz etmemize fırsat verecektir.

KAYNAKLAR

- Alkan, A. (2015). *Toplumsal cinsiyet anaakımlaştırma*. Ankara: Berk.
- Aspridis, A., O'Halloran, P., & Liamputtong, P. (2014). Female bodybuilding: perceived social and psychological effects of participating in the figure class. *Women in Sport and Physical Activity Journal*, 22(1), 24-29. DOI:10.1123/wspaj.2014-0008.
- Ataman, B., ve Çoban, B. (2016). *Gözetim toplumu* [Panoptikon]. B. Çoban ve B. Ataman (Der.), İstanbul: Ege.
- Baştürk, E. (2016). *Gözetimin soykütüğü: Foucault'dan Deleuze'e postmodern bir arkeoloji*. İstanbul: Kalkedon.
- Bell, M. C. (2008). Strength in muscle and beauty in integrity: Building a body for her. *Journal of the Philosophy of Sport*, 35(1), 43-62. DOI: 10.1080/00948705.2008.9714726.
- Berger, J. (2018). *Görme biçimleri*. İstanbul: Metis.
- Boyle, L. (2005). Flexing the tensions of female muscularity: How female bodybuilders negotiate normative femininity in competitive bodybuilding. *Women's Studies Quarterly*, 33(1/2), 134-149. [Erişim adresi: <https://www.jstor.org/stable/40005506>].
- Blinde, E. M., Taub, D. E., & Han, L. (1993). Sport participation and women's personal empowerment: Experiences of the college athlete. *Journal of Sport and Social Issues*, 17(1), 47-60. DOI: 10.1177/019372359301700107.
- Brace-Govan, J. (2004). Weighty matters: Control of women's access to physical strength. *The Sociological Review*, 52(4), 503-531. DOI: 10.1111/j.1467-954X.2004.00493.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101. DOI: 10.1191/1478088706qp063oa.
- Bulgu, N., Koca Arıtan, C., ve Aşçı, F.H. (2007). Gündelik yaşam, kadın ve fiziksel aktivite. *Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 167-181. [Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sbd/issue/16399/171450>].
- Cantor, D., Bernay, T., & Stones, J. (1992). *Woman in power: The secrets of leadership*. Boston: Houghton Mifflin.
- Cole, C. L. (1993). Resisting the canon: Feminist cultural studies, sport, and technologies of the body. *Journal of Sport and Social Issues*, 17(2), 77-97. DOI:10.1177/019372359301700202.
- Cresswell, J.W. (2018). *Nitel araştırma yöntemleri*. M. Bütün ve S.B. Demir (Çev.), Ankara: Siyasal.
- Deem, R., & Gilroy, S. (1998). Physical activity, life-long learning and empowerment—situating sport in women's leisure. *Sport, Education and Society*, 3(1), 89-104. DOI: 10.1080/1357332980030106.

- Denzin, N. K. (2012). Triangulation 2.0. *Journal of mixed methods research*, 6(2), 80-88. DOI: 10.1177/1558689812437186.
- Duncan, M. C. (1994). The politics of women's body images and practices: Foucault, the panopticon, and Shape magazine. *Journal of sport and social issues*, 18(1), 48-65. DOI: 10.1177/019372394018001004.
- Forbes, G. B., Adams-Curtis, L. E., Holmgren, K. M., & White, K. B. (2004). Perceptions of the social and personal characteristics of hypermuscular women and of the men who love them. *The Journal of Social Psychology*, 144(5), 487-506. DOI:10.3200/SOCP.144.5.487-506.
- Foucault, M. (1977). *Discipline and punish: The birth of the prison*. New York, NY: Pantheon Books.
- Foucault, M. (1980). *Power/knowledge: Selected interviews and other writings, 1972–1977*. New York, NY: Pantheon Books.
- Foucault, M. (1990). *The history of sexuality: An introduction*. Vintage.
- Foucault, M. (2006). *Deliliğin tarihi*. M.A. Kılıçbay (Çev.), İstanbul: İmge.
- Foucault, M. (2012). *İktidarın Gözü*. Seçme Yazılar 4. I. Ergüden (Çev.), İstanbul: Ayrıntı.
- Foucault, M. (2014). *Özne ve iktidar*. Seçme yazılar 2. I. Ergüden ve O. Akınbay (Çev.), İstanbul: Ayrıntı.
- George, M. (2005). Making sense of muscle: The body experiences of collegiate women athletes. *Sociological Inquiry*, 75(3), 317-345.
- Glesne, C. (2013). *Nitel araştırmaya giriş*. A. Ersoy ve P. Yalçınoglu (Çev.), Ankara: Anı.
- Grogan, S., Evans, R., Wright, S., & Hunter, G. (2004). Femininity and muscularity: Accounts of seven women body builders. *Journal of Gender Studies*, 13(1), 49-61. DOI: 10.1080/09589236.2004.10599914.
- Guthrie, S. R., & Castelnovo, S. (1992). Elite women bodybuilders: Models of resistance or compliance? *Play & Culture*, 5(4), 401-408. [Erişim adresi: <https://psycnet.apa.org/record/1993-15707-001>].
- Ian, M. (2001). The primitive subject of female bodybuilding: Transgression and other postmodern myths. *Differences: a journal of feminist cultural studies*, 12(3), 69-100. [Erişim adresi: <https://english.rutgers.edu/images/documents/faculty/ian-ja-2001b.pdf>].
- Johnston, L. (1996). Flexing femininity: Female body-builders refiguring 'the body'. *Gender, Place and Culture: A Journal of Feminist Geography*, 3(3), 327-340. DOI: 10.1080/09663699625595.
- Kabeer, N. (2005). Gender equality and women's empowerment: A critical analysis of the third millennium development goal 1. *Gender & Development*, 13(1), 13-24. DOI: 10.1080/13552070512331332273.
- Kalav, A. (2015). *Değişen ve dönüşen sosyal bir olgu olarak namus ve toplumsal cinsiyet*. Yüksek lisans tezi, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kadın Çalışmaları ve Toplumsal Cinsiyet Anabilim Dalı, Antalya.
- Kavasoğlu, İ. ve Koca, C. (2018). *Bikini fitnesssta toplumsal cinsiyetlendirilmiş beden*. 16. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi bildiriler kitabı içinde (ss.1062). Antalya.
- Kavasoğlu, İ. ve Macit, A. (2018). Denetimdeki bedenler: Bikini fitnesssta üretilen kadınlık kimliği. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 42-67. DOI: 10.30769/usbd.425447.
- Koca, C. (2006). Beden eğitimi ve spor alanında toplumsal cinsiyet ilişkileri. *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe*, 17 (2): 81-99. [Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sbd/issue/16401/171459>].

- Koca, C. (2017). Spor bilimlerinde nitel araştırma yaklaşımı. *Spor Bilimleri Dergisi*, 28(1), 30-48.
- Koca, C., ve Bulgu, N. (2005). Spor ve toplumsal cinsiyet: Genel bir bakış. *Toplum ve Bilim*, 103, 163- 181.
- Krane, V. (2001). We can be athletic and feminine, but do we want to? Challenging hegemonic femininity in women's sport. *Quest*, 53(1), 115-133.
- Krane, V., Choi, P. Y., Baird, S. M., Aimar, C. M., & Kauer, K. J. (2004). Living the paradox: Female athletes negotiate femininity and muscularity. *Sex roles*, 50(5-6), 315-329. DOI: 10.1023/B:SERS.0000018888.48437.4f.
- Kyei, S. (2019). Empowering rural women for gender equality in Ashanti region of Ghana through programmes and projects. *International Journal of Scientific and Research Publications*, 9(1), 830-840. DOI: 10.29322/IJSRP.9.01.2019.p85104.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic Inquiry*. California: Sage.
- Markula, P. (1995). Firm but shapely, fit but sexy, strong but thin: The postmodern aerobicizing female bodies. *Sociology of Sport Journal*, 12, 424-453.
- Markula, P. (2004). "Tuning into one's self:" Foucault's technologies of the self and mindful fitness. *Sociology of sport journal*, 21(3), 302-321.
- Martin, L. S., & Gavey, N. (1996). Women's bodybuilding: feminist resistance and/or femininity's recuperation? *Body & Society*, 2(4), 45-57. DOI: 10.1177/1357034X96002004003.
- McGrath, S. A., & Chananie-Hill, R. A. (2009). "Big freaky-looking women": Normalizing gender transgression through bodybuilding. *Sociology of Sport Journal*, 26(2), 235-254. DOI: 10.1123/ssj.26.2.235.
- Merriam, S. B. (2015). *Nitel araştırma: Desen ve uygulama için bir rehber*. Ankara: Nobel.
- Obel, C. (1996). Collapsing gender in competitive bodybuilding: researching contradictions and ambiguity in sport. *International Review for the Sociology of Sport*, 31(2), 185-202. DOI: 10.1177/101269029603100205.
- Öztürk, P., ve Koca, C. (2014). Egzersiz ve performans sporunda beden politikaları. *Toplum ve Hekim*, 29(5), 333-343.
- Rahbari, L. (2019). Pushing gender to its limits: Iranian women bodybuilders on instagram. *Journal of Gender Studies*, 28(5), 591-602. DOI: 10.1080/09589236.2019.1597582.
- Rail, G., & Harvey, J. (1995). Body at work: Michel Foucault and the sociology of sport. *Sociology of sport journal*, 12(2), 164-179.
- Rowlands, J. (1995). Empowerment examined. *Development in practice*, 5(2), 101-107. DOI: 10.1080/0961452951000157074
- Schulze, L., (1990). On the muscle. Gaines, J. & Herzog, C. (Eds.), In *Fabrications: Costume and the Female Body* (59-78). New York: Routledge.
- Schur, E. M. (1984). *Labeling women deviant: Gender, stigma, and social control*. New York: Random House.
- Scott, A. (2011). Pumping up the pomp: An exploration of femininity and female bodybuilding. *Vis-à-vis: Explorations in Anthropology*, 11(1), 70-88. [Erişim adresi: <https://pdfs.semanticscholar.org>].
- Shea, B. C. (2001). The paradox of pumping iron: Female bodybuilding as resistance and compliance. *Women and Language*, 24(2), 42-47. DOI: 10.1215/10407391-12-3-69.

- Shaffer, D. R., & Wittes, E. (2006). Women's precollege sports participation, enjoyment of sports, and self-esteem. *Sex Roles*, 55(3-4), 225-232. DOI: 10.1007/s11199-006-9074-3.
- Shilling, C., & Bunsell, T. (2009). The female bodybuilder as a gender outlaw. *Qualitative research in sport and exercise*, 1(2), 141-159. DOI: 10.1080/2159676X.2014.928897.
- Strandberg, N. (2002). *Conceptualising empowerment as a transformative strategy for poverty eradication and the implications for measuring progress. Empowerment of women as a transformative strategy for poverty eradication*. New Delhi: UN-DAW Expert Group Meetings.
- Tajrobehkar, B. (2016). Flirting with the judges: Bikini fitness competitors' negotiations of femininity in bodybuilding competitions. *Sociology of Sport Journal*, 33(4), 294-304. DOI: 10.1123/ssj.2015-0152.
- Theberge, N. (1987). Sport and women's empowerment. *Women's Studies International Forum*, 10, 387-393. DOI: 10.1016/0277-5395(87)90056-2.
- Thorpe, H. (2008). Foucault, technologies of self, and the media: Discourses of femininity in snowboarding culture. *Journal of sport and social issues*, 32(2), 199-229. DOI: 10.1177/0193723508315206.
- UNDP, (2014). *UNDP Gender and equality strategy 2014-2017, the future we want: Right and empowerment*. New York.
- Wesely, J. K. (2001). Negotiating gender: Bodybuilding and the natural/unnatural continuum. *Sociology of Sport Journal*, 18(2), 162-180. DOI: 10.1123/ssj.18.2.162.
- Worthen, M. G., & Baker, S. A. (2016). Pushing up on the glass ceiling of female muscularity: women's bodybuilding as edgework. *Deviant Behavior*, 37(5), 471-495. DOI: 10.1080/01639625.2015.1060741.

ELEKTRONİK KAYNAKLAR

- <https://ifbb.com/our-disciplines/> 10.01.2019.
- <https://www.ifbbwa.com/bikini-rules/> 06.05.2019
- <http://ifbb.com/wp-content/uploads/RULES/Women-Bikini-Fitness-Rules-2019.pdf> 21.11.2019
- <http://npcnewsonline.com/2017-npc-usa-womens-overall-winners-photos-gallery-bikini-figure-physique-bodybuilding/370015/> 21.11.2019



Bu eser **Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı** ile lisanslanmıştır.