

Fatma ÇEPIKKURT, Funda ÇOŞKUN
Çukurova University, School of Physical Education and Sport, Adana-Turkey
fcepikkurt@hotmail.com

ORIGINAL ARTICLE

SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY AND BODY IMAGE SATISFACTION LEVELS OF COLLEGIAN DANCERS

Abstract

The purposes of this study were to investigate the relationship between Social Physique Anxiety (SPA) and Body Image Satisfaction (BIS) and to determine the differences in SPA and BIS between female and male dancers. Thirty nine female and twenty three male dancers from different faculties in Cukurova University were voluntarily participated in this study. "Social Physique Anxiety Scale" and "Body Image Satisfaction Questionnaire" were administered to participants. Data were analyzed by using descriptive statistics, independent t-test and Pearson correlation analysis. Pearson correlation analysis revealed negative correlation between BIS and "the expectation of negative evaluation of one's physique by others" subscales of SFA ($r = -.57$; $p < 0.05$) and between BIS and "feeling of discomfort about one physique" subscales of SFA ($r = -.64$, $p < 0.05$). The t-test results revealed significant differences in "feeling discomfort about one physique" subscales of SPA between female and male dancers ($t = .041$; $p < 0.05$). In conclusion, female dancers had more negative feelings about own physical appearance compared in male dancers.

Key Words: Social Physical Anxiety, Body Image, Dancing

ÜNİVERSİTELİ DANCİLARIN SOSYAL FİZİK KAYGI VE BEDEN İMGESİNDEN HOŞNUT OLMA DÜZEYLERİ

Özet

Bu çalışmanın amacı, dans aktivitelere katılan üniversite öğrencilerinin sosyal fizik kaygı (SFK) düzeyleri ile beden imgesinden hoşnut olma (BİH) düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymak ve sosyal fizik kaygı ve beden imgesinden hoşnut olma düzeylerini cinsiyete göre karşılaştırmaktır. Çalışmaya, Çukurova Üniversitesinin farklı fakültelerinde okuyan ve düzenli olarak dans aktivitelere devam eden 39 kadın ($X_{yas} = 21.62 \pm 3.03$) ve 23 erkek ($X_{yas} = 23.0 \pm 1.93$) olmak üzere toplam 62 öğrenci katılmıştır. Çalışmamızda, katılanlara "Sosyal Fizik Kaygı Envanteri" ve "Beden Bölgelerinden ve Özelliklerinden Hoşnut Olma Ölçeği" uygulanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistikler, Pearson korelasyon analizi ve bağımsız örneklemde t-testi kullanılmıştır. SFK ve BİH düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre kadınlarda, BİH ile SFK ölçeğinin "fiziksel görünümünden rahatsızlık hissetme" alt ölçek puanları arasında ($r = -.64$; $p < 0.05$) ve "fiziksel görünümünün başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme beklentisi" alt ölçek puanları arasında ($r = -.57$; $p < 0.05$) negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Kadın ve erkeklerin SFK alt ölçek puanları ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri arasında anlamlı fark olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan t testi sonuçlarına göre, SFK ölçeğinin "Fiziksel görünümünden rahatsızlık hissetme" alt ölçek puanları açısından anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur ($t = .041$; $p < 0.05$). Sonuç olarak, bayanların erkeklere nazaran kendi fiziksel görüntülerinden daha çok rahatsızlık duydukları yani kendi fiziksel görünüşleriyle ilgili daha negatif duygulara sahip oldukları bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Sosyal fizik kaygı, Vücut imgesi, Dans

Giriş (Introduction)

Günümüzde her yaşta insanın özellikle de genç neslin önemle üzerinde durduğu konulardan biri fiziksel görünüştür. Fiziksel zayıflığın ya da yakışıklılığın kültürel bir değer olarak yansıtıldığı reklam, magazin ve TV programlarında fiziksel görünüş çoğu zaman bireyin düşünce, davranış ve başarılarının önüne geçebilmektedir. Sosyal olarak kabul edilmiş değerler gözden geçirildiğinde kadınlarda inceliğin erkeklerde ise kaslı vücut yapısının tercih edildiği görülmektedir (Cusumano ve Thompson,1997). Dolayısıyla ideal fizik hem zayıf hem de fiziksel olarak fit olmayı, yani vücudun orantılı ve sağlıklı olmasını gerektirmektedir.

Tüm bu değerler gerçekçi olmayan fiziksel standartlara ulaşmaları konusunda bireyler üzerinde -özellikle de bayanlar üzerinde- baskı yaratmaktadır (Hausenblas ve Mack, 1999). İdeal fizik yapısına sahip olma isteğiyle erkekler sağlıksız yöntemlerle (örneğin steroid kullanımı) kas dokusunu arttırmaya çalışmakta (Drewnowski, Kurth ve Dean, 1995), bayanlar ise patolojik diyet ve yeme davranışına yönelmektedirler (Brownell, 1991; Leary, Tchividjian ve Kraxberger, 1994).

Beden imgesi, benlik kavramının bir parçası olarak kendi bedenimize ilişkin algıların ve bu algılara bağlı olarak oluşan yeterli duygularının temelidir (Atwater, 1990). Genellikle beden imgesi, yaptığımız zihinsel biçimlendirmeler sonucu oluşan ve bedenimizde var olduğuna inandığımız özelliklerdir (Atwater, 1990). Kişinin kendi vücudundan hoşnut olma düzeyi ise beden imgesinden hoşnut olma (BIH) olarak adlandırılır (Gökdoğan, 1988). Kişi vücuduyla ilgili pozitif algılara sahip olduğunda ve sağlıklı bir beslenme alışkanlığı edindiğinde sağlıklı vücut imgesine sahip olur (Garner, 1997). Vücut imgesinden hoşnut olmama durumu ise genellikle kişinin kendi vücut şeklinin ve ölçülerinin medyanın, reklam sektörünün ve toplumun kabul ettiği ideal standartlara uygun olmadığına inandığı zaman ortaya çıkmaktadır (Pearce, 1993).

İnsanların kendi vücutlarıyla ilgili algılamalarının yanında, başkalarının onları nasıl algıladıkları da önemlidir. İnsanlar başkaları üzerinde olumlu izlenimler bırakmak ister ve davranışlarını buna göre düzenler. Ancak bazı insanlar bu konuda diğerlerine göre daha endişelidirler. İnsanların fiziksel görünüşlerinin başkaları tarafından değerlendirilirken hissettikleri kaygı Sosyal Fizik Kaygı (SFK) olarak tanımlanmaktadır (Hart, Leary ve Rejeski, 1989). Russell (2002), başkalarının kendi fiziksel görünüşünü negatif olarak değerlendirdiklerine inanmalarının sonucunda, bireyde SFK'nın ortaya çıktığını belirtmektedir. Bayanlar, erkeklere göre sosyal fiziksel kaygıyı daha fazla yaşamakta ve yaşadıkları kaygının kendi davranışlarını etkilediğini belirtmektedirler (Davison ve McCabe, 2005). Ancak, günümüzde erkeklerin de belirli bir vücut tipine sahip olmaları ve bu vücut tipini korumaları gerektiğine dair sosyal baskıların hızla arttığı görülmektedir (Olivardia, 2001). Yazılı kaynaklar incelendiğinde beden imgesi ile sosyal fizik kaygı arasında negatif ilişki olduğu görülmektedir. Diğer bir deyişle, kişilerin bedenlerinden duydukları memnuniyet arttıkça dış görünüşlerinden duydukları kaygının azaldığı, beden görünüşlerinden duydukları hoşnutluk azaldıkça da dış görünüşlerinden duydukları kaygının arttığı görülmektedir (Frederick ve Morrison, 1996; Hausenblas ve Mack, 1999; Krane ve diğ. 2001; Mülazımoğlu Ballı ve Aşçı, 2006).

İnsanların bedenlerini şekle sokmak ve ideal vücut yapısına sahip olmak için kullandıkları yöntemlerden biri de fiziksel aktivite ve egzersizlerdir (Altınbas ve Aşçı, 2005). Fiziksel aktiviteye katılım ile bireyler hem daha sağlıklı bir vücuda hem de yeni bir görünüme ulaşma şansı bulurlar. Ayrıca bireyler bu sayede kendi vücutları hakkında daha olumlu duygular yaşayabilirler. Yapılan birçok çalışmada spor yapan bireylerin spor yapmayan bireylere nazaran beden imgelerinden daha hoşnut oldukları bulunmuştur (Aşçı, 2004; Aşçı ve diğ., 1993; Çok, 1990; Huddy, Niemann ve Johnson, 1993; Mülazımoğlu, Kirazcı ve Aşçı, 2002). Ayrıca spor yapan bireylerin spor yapmayan bireylere nazaran başkaları tarafından değerlendirilmenin söz konusu olduğu durumlarda daha az kaygı yaşadıkları bulunmuştur

(Eklund ve Crawford, 1994; Hausenblas ve Mack, 1999; Mülazımoğlu ve Aşçı, 2002). Davis (1992) ise yaptığı çalışmada elit bayan sporcularla sporcu olmayan bayanların yeme davranışlarını, vücut imgesinden ve ağırlığından hoşnut olma durumlarını karşılaştırmış ve sporcu bayanların anormal yeme davranışına sahip olduklarını, ağırlık ve vücut imgesi konusunda daha çok endişe yaşadıklarını bulmuştur. Davis ayrıca, ortalamaya göre zaten zayıf olan sporcuların daha zayıf olmak istediklerini ve vücutlarından hoşnut olmadıklarını ve normal kilolu, sporcu olmayan kişilere nazaran daha sıklıkla diyetle başvurduklarını belirtmiştir.

Bu bağlamda, bu çalışmanın amacı, fiziksel görünüş ve görsel tatminin önemli olduğu aktivitelerden, dansa katılan üniversite öğrencilerinin beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri ile sosyal fizik kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymak ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri ve sosyal fizik kaygı düzeylerini cinsiyete göre karşılaştırmaktır.

Yöntem (Method)

Örneklem (Sample/Study Group)

Çalışmaya, Çukurova Üniversitesinin farklı fakültelerinde okuyan ve son bir yıldır haftada 3 gün düzenli olarak dans aktivitelerine devam eden 39 kadın ($X_{\text{yaş}} = 21.62 \pm 3.03$; $X_{\text{spor yaşı}} = 2.34 \pm 0.51$) ve 23 erkek ($X_{\text{yaş}} = 23.0 \pm 1.93$; $X_{\text{spor yaşı}} = 1.79 \pm 0.27$) olmak üzere toplam 62 öğrenci katılmıştır. Bayanların beden kitle indeksi ortalaması 19.73, erkeklerin beden kitle indeksi ortalaması ise 23.04'tür. Çalışmaya katılanlar rekreasyonel amaçlı dansa devam eden ancak resmi törenlerde Çukurova Üniversitesi adına gösterilere çıkan öğrencilerdir. Çalışmaya katılan bayanların %59'u, erkeklerin ise % 65'i dans dışında başka bir sportif aktiviteye de katılmaktadırlar.

Veri Toplama Araçları (Instruments)

Çalışmamızda Sosyal Fizik Kaygı Düzeyini belirlemek için Hart, Leary ve Rejeski (1989) tarafından geliştirilen ve Türkiye'ye uyarlaması Mülazımoğlu Ballı ve Aşçı (2006) tarafından yapılan 12 madde ve iki alt ölçekten oluşan "Sosyal Fizik Kaygı Envanteri" kullanılmıştır. Maddeler 5'li likert tipi ölçek kullanılarak cevaplandırılmaktadır. Envanterden alınabilecek en düşük puan 12 en yüksek puan 60'dır. Envanterden alınan puanlar arttıkça kişinin kendi görünüşünden duyduğu kaygı da artmaktadır. Envanterin test tekrar test korelasyon katsayısı kızlarda iki faktörlü yapıda faktör 1 ve 2 için 0.80, erkeklerde faktör 1 için 0.76 ve faktör 2 için ise 0.77 olarak bulunmuştur. Tüm ölçek için hesaplanan test-tekrar test korelasyon katsayısı kızlarda 0.88 ve erkeklerde 0.81 bulunmuştur. İç tutarlık katsayısı, iki faktörlü yapıda kızlarda faktör 1'de 0.77 ve faktör 2'de 0.69, erkeklerde faktör 1'de 0.75 ve faktör 2'de 0.68, tek faktörlü yapıda ise kızlarda 0.81 ve erkeklerde 0.77 olarak saptanmıştır (Mülazımoğlu Ballı ve Aşçı, 2006).

Bireylerin beden bölgelerinden hoşnut olma düzeylerini ölçmek için Berscheid ve Bohrnstedt (1973) tarafından geliştirilen ve Türkiye'ye uyarlaması Gökdoğan (1988) tarafından yapılan "Beden Bölgesi ve Özelliklerinden Hoşnut Olma Ölçeği" kullanılmıştır. Envanterde kızlar için 26, erkekler için 27 madde bulunmaktadır. Maddeler "son derece hoşnut olma ile pek hoşnut olmama" arasında beşli dereceleme ölçeği kullanılarak değerlendirilmiştir. Puanın yüksekliği beden imgesinden hoşnutluğu ifade etmektedir. Ölçeğin geçerliği için uzman görüşüne başvurularak görünüş geçerliği yapılmıştır. Güvenirlilik çalışması için test-tekrar test yöntemi uygulanmış ve korelasyon katsayısı $r=.88$ bulunmuştur.

Verilerin Toplanması ve Analizi (Research Process and Data Analysis)

Envanterler, katılanların tamamına yüz yüze görüşme yoluyla uygulanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistikler, Pearson korelasyon analizi ve bağımsız örnekleme t-testi kullanılmıştır.

Bulgular (Findings)

Katılımcıların sosyal fizik kaygı (SFK) alt ölçek ve beden imgesinden hoşnut olma (BİH) düzeylerine ilişkin ortalama ve standart sapma sonuçları Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1: Üniversiteli dansçıların sosyal fizik kaygı (SFK) alt ölçek ve beden imgesinden hoşnut olma (BİH) düzeylerine ilişkin betimsel istatistikler

DEĞİŞKENLER	Kadın (n=39)		Erkek (n=23)	
	X	SS	X	SS
Fiziksel Görünümünden Rahatsızlık Hissetme	10.42	3.24	8.83	2.21
Görünümünün Başkaları Tarafından Olumsuz Değerlendirilme Beklentisi	15.24	5.95	14.39	6.43
Sosyal Fizik Kaygı	25.66	8.46	23.22	6.84
Beden İmgesinden Hoşnutluk (Ort.)	4.14	.54	4.20	.68

Kadın ve erkek dansçıların beden imgesinden hoşnut olma ve sosyal fizik kaygı alt ölçek puanları arasındaki farkı belirlemek üzere yapılan t-testi sonuçları Tablo 2’de verilmiştir. Tablo 2’de de görüldüğü gibi kadın ve erkek dansçıların SFK ölçeğinin “fiziksel görünümünden rahatsızlık hissetme” alt ölçek puanları arasında anlamlı bir fark olduğu ($t=2.09$; $p< 0.05$), kadınların erkeklere nazaran kendi fiziksel görünümüleriyle ilgili daha fazla kaygı yaşadıkları bulunmuştur. Bununla birlikte, kadın ve erkeklerin “görünümünün başkaları tarafından olumsuz değerlendirileceği beklentisi” ($t=0.523$, $p>.05$), “sosyal fizik kaygı” ($t = 1,173$, $p>.05$) ve “beden imgesinden hoşnut olma” ($t = -0.344$, $p>.05$) puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır.

Tablo 2. Kadın ve erkek dansçıların sosyal fizik kaygı, sosyal fizik kaygı alt ölçek ve beden imgesinden hoşnut olma puanlarına ilişkin t-testi sonuçları

		n	X	SS	t	p
Fiziksel Görünümünden Rahatsızlık Hissetme	Kadın	39	10.42	3.24	2.09	.041*
	Erkek	23	8.83	2.21		
Görünümünün Başkaları Tarafından Olumsuz Değerlendirileceği Beklentisi	Kadın	39	15,24	5,95	0.523	.603
	Erkek	23	14,39	6,43		
Sosyal Fizik Kaygı	Kadın	39	25,66	8,47	1.173	.245
	Erkek	23	23,22	6,84		
Beden İmgesinden Hoşnut Olma (Ort.)	Kadın	39	4,14	0,54	-0.344	.708
	Erkek	23	4,20	0,68		

* $p< 0.05$

Sosyal fizik kaygı (SFK) alt ölçek ve beden imgesinden hoşnut olma (BIH) düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan Pearson korelasyon analizi sonuçları Tablo 3’de verilmiştir. Tablo 3’de de görüldüğü gibi kadınlarda, beden imgesinden hoşnut olma ile SFK ölçeğinin “fiziksel görünümünden rahatsızlık hissetme” alt ölçek puanları arasında ($r = -.64$) ve beden imgesinden hoşnut olma ile SFK ölçeğinin “fiziksel görünümünün başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme beklentisi” alt ölçek puanları arasında ($r = -.57$) negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ($p < 0.01$). Erkeklerde ise SFK alt ölçek ve BIH düzeyleri arasında hiçbir ilişki bulunmamıştır.

Tablo 3: SFK alt ölçek ve BIH arasındaki korelasyonlar

	Kadın (n=39)			Erkek (n=23)		
	Fiz. Gör. Rah. Hissetme	Başkaları Tar. Olumsuz Değ. Bek	BIH	Fiz. Gör. Rah. Hissetme	Başkaları Tar. Olumsuz Değ. Bek	BIH
Fiz. Gör. Rah. Hissetme						
Başkaları Tar. Olumsuz Değ. Bek	.67*			-.12		
BIH	-.64*	-.57*		-.30	.02	

* $p < 0.01$

Tartışma ve Sonuç (Discussion and Conclusion)

SFK ve BIH düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre kadınlarda, BIH ile SFK ölçeğinin “fiziksel görünümünden rahatsızlık hissetme” alt ölçek puanları arasında ($r = -.64$; $p < 0.05$) ve “fiziksel görünümünün başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme beklentisi” alt ölçek puanları arasında ($r = -.57$; $p < 0.05$) negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Kadınlarda ortaya çıkan bu ilişki erkeklerde gözlenmemiştir. Sonuçlar kadınların kendi bedenleriyle ilgili hoşnutsuzlukları arttıkça sosyal fizik kaygılarının da arttığını göstermektedir. Bulgular SFK ve BIH arasındaki negatif ilişkiyi ortaya koyan birçok çalışma ile benzerlik göstermektedir (Frederick ve Morrison, 1996; Hausenblas ve Mack, 1999; Krane ve diğ., 2001; Mülazımoğlu Ballı ve Aşçı, 2006). Daha önceki çalışmalarda da ifade edildiği gibi (Taub ve Blinde, 1992), sosyal faktörler ve toplumsal olarak kabul görmüş ideal vücut standartları bayanları, çekici olmak için oldukça zayıf olmaları konusunda zorlamaktadır. Tüm bu sosyal etkiler bayanlarda zayıf olma, ince bir vücuda sahip olma konusunda saplantı haline dönüşmekte, dolayısıyla bayanların beden imgelerinden hoşnutsuzluk duymalarına ve sosyal fizik kaygıyı daha yoğun yaşamalarına neden olmaktadır.

Kadın ve erkeklerin SFK alt ölçek puanları ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri arasında anlamlı fark olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan t testi sonuçlarına göre, SFK ölçeğinin “fiziksel görünümünden rahatsızlık hissetme” alt ölçek puanları arasında cinsiyet açısından anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur ($t = .041$; $p < 0.05$). Bayanların erkeklere nazaran kendi fiziksel görünümünden daha çok rahatsızlık duydukları yani kendi fiziksel görünüşleriyle ilgili daha negatif duygulara sahip olduklarına dair bulgular daha önce yapılan birçok çalışmanın bulgularıyla benzerlik göstermektedir (Berry ve Howe, 2004; Eklund, Kelley ve Wilson, 1997; Grieve ve diğ., 2006; Haase, Praprevessis ve Owens, 2002; Hart ve diğ., 1989; Kruisselbrink ve diğ., 2004; Martin ve Mack, 1996). Örneğin, Taub ve Benson (1992) kilo kontrolü ve yeme bozuklukları ile ilgili yaptıkları çalışmada cinsiyet farklılıklarına odaklanmış ve bayanların erkeklere nazaran kilolarıyla ilgili daha fazla endişe

duyduklarını ve çalışmaya katılan bayanların %75, erkeklerin ise % 20'sinin kilo vermek için uğraştıklarını bulmuştur. Cinsiyetler arasındaki bu fark erkeklerin kendi vücutlarını daha genel bayanların ise daha ayrıntılı biçimde incelemelerinden ve bu ayrıntılar üzerine çok fazla durmalarından kaynaklanıyor olabilir. Ayrıca, medya ve toplum da bayanlara daha fazla yoğunlaşmakta, bayanların fiziksel görünüşlerine ve kilo kontrolü üzerine odaklanan yayınlara daha fazla yer vermektedirler. Dolayısıyla zayıf olma konusundaki bu kültürel baskı bayanları daha fazla etkiliyor olabilir. Davis (1992) de yaptığı çalışmasında zayıf olma konusundaki kültürel baskının sporcularda kilo almaya karşı güçlü bir nefrete neden olabileceğini belirtmiştir. Diğer taraftan, dans gibi spor branşlarında, katılanlar için fiziksel görünüşün ve görsel tatminin önemli olduğu ve performans değerlendirmesinde zayıf ve çekici vücudun avantaj sağlayabileceği düşünüldüğünde, bayan dansçılar arasında sosyal fiziksel kaygının daha fazla yaşanmış olmasının nedeni anlaşılabilir. Kilo fazlalığı ve çekici olmayan bir fiziksel görünüşün kişinin performansını azaltabileceği görüşü dansçılar arasında daha yoğundur ve kilo kontrolünün sportif avantajla ilişkili olduğu inancı bu bireyler arasında daha yaygındır (Haris ve Greco, 1992). Ayrıca, dansçı bayanların vücut hatlarını ortaya çıkaran ve estetik duruşa hitap eden yarışma kıyafetleri giymeleri de onların kendi vücutlarıyla ilgili endişelerini arttırmış olabilir.

Sonuç olarak, dans aktivitelerine katılan üniversite öğrencilerinin beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri ile sosyal fizik kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymak ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri ve sosyal fizik kaygı düzeylerini cinsiyete göre karşılaştırmak amacıyla yapılan bu çalışmada, beden imgesinden hoşnut olma puanları ile sosyal fizik kaygı alt ölçek puanları arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu ve ayrıca bayan dansçıların erkeklere nazaran sosyal fizik kaygıyı daha yoğun yaşadıkları bulunmuştur. Bayan dansçıların yaşadıkları sosyal fizik kaygıyı ve nedenlerini daha iyi anlayabilmek için farklı yaş grupları, cinsiyet rolü, kilo kontrolü ve koç ve aile etkisi gibi farklı değişkenler ele alınarak gelecek çalışmalarda incelenmelidir.

Kaynaklar (References)

1. Altıntaş A, Aşçı FH. Fitness uzmanlarının bedenlerine yönelik algıları, *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, III (3): 101-104, 2005.
2. Aşçı FH. Physical self-perception of elite athletes and non-athletes. *Perceptual and Motor Skills*, 99, 1047-1052, 2004.
3. Aşçı FH, Gökmen H, Tiryaki G, Aşçı A, Zorba E. Sportif katılımın liseli erkek öğrencilerin beden bölgelerinden hoşnut olma düzeyleri üzerine etkisi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 3: 38-47, 1993.
4. Atwater E. *Psychology of adjustment personal growth in a changing world*. 4. Edition. New Jersey: Prentice Hall, 1990.
5. Berry TR, Howe BL. Effects of health-based and appearance based exercise advertising on exercise attitudes, social physique anxiety and self- presentations in an exercise setting. *Social Behavior and Personality*, 32: 1-12, 2004.
6. Brownell, K. D. Dieting and the search for the perfect body: Where physiology and culture collide. *Behavior Therapy*, 22, 1-12, 1991.
7. Cusumano DL, Thompson JK. Body image and body shape ideals in magazines: Exposure, awareness, and internalization. *Sex Roles*, 37: 701-721, 1997.
8. Çok F. Body image satisfaction in Turkish adolescents. *Adolescence*, 25: 409-414, 1990.
9. Davis C. Body image, dieting behaviours and personality factors: A study of high performance athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 23: 179-192, 1992.
10. Davison, T. E., ve McCabe, M. P. Relationship between men's and women's body image and their psychological, social and sexual functioning. *Sex Roles*, 5: 463-475, 2005.

11. Drownowski A, Kurth CL, Dean DD. Effects of body image on dieting exercise, and anabolic steroid use in adolescent males. *International Journal of Eating Disorders*, 17: 381-386, 1995.
12. Eklund RC, Crawford S. Active women, social physique anxiety, and exercise. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16: 431-448, 1994.
13. Eklund RC, Kelley B, Wilson P. The social physique anxiety scale: Men, women, and the effects of modifying item 2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19: 188-196, 1997.
14. Frederick CM, Morrison CS. Social physical anxiety, personality construct, motivations, exercise attitudes, behaviors. *Perceptual and Motor Skills*, 82: 963-972, 1996.
15. Garner D. The 1997 Body Image Survey Results. *Psychology Today*. 30 (1): 31-84, 1997.
16. Gökdoğan F. *Orta öğretime devam eden ergenlerde beden imajından hoşnut olma düzeyi*. Unpublished master's thesis, Ankara Üniversitesi, Ankara: Türkiye, 1988.
17. Grieve FG, Wann D, Henson CT, Ford P. Healthy and unhealthy weight management practices in collegiate men and women. *Journal of Sport Behavior*, 29: 229-241, 2006.
18. Haase AM, Prapvevessis H, Owens RG. Perfectionism, social physique anxiety and disordered eating: a comparison of male and female elite athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 3: 209-222, 2002.
19. Haris M, Greco D. Weight Control and Weight Concern in Competitive Female Gymnasts. *Journal of Sports and Exercise Psychology*, 12: 427-433, 1992.
20. Hart EA, Leary MR, Rejeski WJ. The measurement of social physique anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11: 94-104, 1989.
21. Hausenblas HA, Mack DE. Social physique anxiety and eating disorder correlates among female athletic and nonathletic populations. *Journal of Sport Behavior*, 22: 502-513, 1999.
22. Huddy DC, Niemann DC, Johnson RL. Relationship between body image and percent body fat among college male varsity athletes and non-athletes. *Perceptual and Motor Skills*, 77: 851-857, 1993.
23. Krane V, Stiles-ShIPLEY JA, Waldron J, Michalenok J. Relationship among satisfaction, social physical anxiety, and eating behaviors in female athletes and exercisers. *Journal of Sport Behavior*, 20: 83-93, 2001.
24. Kruisselbrink LD, Dodge AM, Swanburg SL, MacLeod AL. Influence of same-sex and mixed-sex exercise settings on social physique anxiety and exercise intentions of males and females. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26: 616-623, 2004.
25. Leary MR, Tchividjian LR, Kraxberger BE. Self-presentation can be hazardous to your health: impression management and health risk. *Health Psychology*, 13: 461-470, 1994.
26. Martin KA, Mack D. Relationships between physical self-presentation and sport competition trait anxiety: a preliminary study. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18: 75-82, 1996.
27. Mülazımoğlu-Ballı Ö, Aşçı FH. Sosyal fiziksel kaygı envanterinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 17: 11-19, 2006.
28. Mülazımoğlu Ö, Kirazcı S, Aşçı FH. Sporcu ve sporcu olmayan bayanların sosyal fiziksel kaygı ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri, 2002. Erişim tarihi: 22. 05. 2009. www.bilalcoban.com/index.php?id=dokuman.
29. Olivardia R. Mirror, mirror on the wall, who's the largest of them all? The features and phenomenology of muscle dysmorphia. *Harvard Review of Psychiatry*, 9: 254-259, 2001.
30. Pearce J. Women's Bodies, Women's Exercise. *Australian Journal of Leisure and Recreation*, 3(2): 39-44, 1993.

31. Russell WD. Comprasion of self esteem, body satisfaction, and social physique anxiety across males of different exercise frequency and racial backround. *Journal of Sport Behavior*, 26: 298-313, 2002.
32. Taub D, Blinde E. Eating disorders among adolescent female athletes: Influence of athletic participation and sport team membership. *Adolescence*, 27: 833– 848, 1992.
33. Taub DE, Benson RA. Weight concerns, weight control techniques, and eating disorders among adolescent competitive swimmers: the effect of gender. *Sociology of Sport*, 9: 76–86, 1992.