



Araştırma Makalesi

Künye: Çakır,E. & Karaağaç,G.(2021) Spor Salonlarına Giden Bireylerin Sağlıklı Beslenme Tutumları Ve Sosyal Görünüş Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi, Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 23(3).

SPOR SALONLARINA GİDEN BİREYLERİN SAĞLIKLI BESLENME TUTUMLARI VE SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGI DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ

Ergün ÇAKIR¹,Gökay KARAAĞAÇ²

ÖZ

Bu çalışmada spor salonlarına giden bireylerin sağlıklı beslenme tutumları ve sosyal görünüş kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir.Araştırmaya spor salonlarına giden 187'si erkek, 111'i kadın bireyler olmak üzere toplam 298 kişi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu" ile Tekkurşun Demir ve Cicioğlu (2019) tarafından geliştirilen "Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği (SBİTÖ)" ve Hart ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilen Türkçe uyarlaması; geçerlik ve güvenilirlik çalışması Doğan (2010) tarafından kanıtlanan "Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği" kullanılmıştır.Verilerin analizlerde ise; pearson moment korelasyon testi, bağımsız (ilişkisiz) gruplar t-testi, Post-Hoc testi (Tukey HSD), tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Ayrıca yüzde ve frekans analizlerinden yararlanılmıştır.Elde edilen bulgulara göre, Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği ve Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçekleri arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<,05$). Yapılan analiz sonucunda, cinsiyete göre sağlıklı beslenme tutumları ve sosyal görünüş kaygı düzeyleri değişkenlerinin varyanslarında cinsiyet gurupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemektedir ($p>,05$).Sonuç olarak; spor salonlarına giden bireylerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum puanları arttıkça bireylerin sosyal görünüş kaygı düzeylerinde azalma olduğu sonucu elde edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Spor, Sağlık, Sosyal Görünüş, Spor Salonları

HEALTHY EATING ATTITUDES AND DETERMINATION OF SOCIAL APPEARANCE ANXIETY LEVELS OF INDIVIDUALS ATTENDING TO GYM PHYSICAL ACTIVITY

ABSTRACT

In this study, was examined that the relationship between healthy eating attitudes and social appearance anxiety levels of individuals attending to the gyms. A total of 298 people, 187 men and 111 women, who attending the gyms, participated in the study. As the data collection tool, was used "Personal Information Form" with

¹ T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı, Ardahan.
0000-0001-8100-473X

² Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Van.
0000-0001-5895-5297

“Healthy Eating Attitude Scale (HEAS)” scale developed by Tekkurşun Demir and Cicioğlu (2019), and developed by Hart and friends (2008) Turkish adaptation; whose validity and reliability study was proved by Doğan (2010), The 'Social Appearance Anxiety Scale'. In the analysis of the data; pearson moment correlation test, independent (unrelated) groups t-test, Post-Hoc test (Tukey HSD), one-way variance analysis (ANOVA) were used. Also, percentage and frequency analyzes were used. According to the findings obtained, a moderate significant difference in negative direction was found between the Attitude Scale for Healthy Eating and Social Appearance Anxiety Scales ($p < .05$). As a result of the analysis, there is no statistically significant difference between the gender groups in the variances of healthy eating attitudes and social appearance anxiety levels according to gender ($p > .05$). As a result; it is concluded that there is a decrease in individuals' social appearance anxiety levels. as the attitude scores of individuals who go to the gyms towards healthy eating increase.

Keywords: Sport, Health, Social Appearance, Gyms

GİRİŞ

Beslenme; bireyin anatomik ve fizyolojik olarak sağlıklı bir şekilde hayatını devam ettirebilmesi için önemli bir kavramdır. İnsan vücudunun yaşamını devam ettirebilmesi, büyümesi, günlük yaşantısı içerisinde kaybettiği enerjiyi tekrar kazanması ve yaşamasının temeli olan yaşamsal fonksiyonları gerçekleştirebilmesi için besin tüketmesi gerekmektedir (Baysal 2009).

Uzmanlar tarafından uygun görülmeyen bazı yanlış diyet programları ve sağlıklı olmayan zayıflama yöntemleri yeme alışkanlıklarında bozulmalara neden olmaktadır (Başterzi ve ark 2003). Yeme alışkanlığında meydana gelen bozulmalar nedeniyle kişinin beden algısında da bozulma meydana gelmektedir. Bireylerde bozulan bu algı ile kişiler kendilerini olduklarından daha kilolu görmeleri nedeniyle besin tüketimini azaltma ve yemekten sonra kusma ya da aşırı spor yapma şeklinde tepki vermektedirler. Bunların yanında düşüncelerinde sürekli besinlere yer verme şeklinde zihinsel meşguliyet yaşamaları kişilerin yaşam kalitesinde azalmaya neden olmaktadır (Kaya 2011).

Fiziksel görünüm ile ilgili memnuniyetsizlikler, olması gereken vücut ağırlığı ile mevcut vücut ağırlığı arasında olan farklılıktan dolayı ortaya çıkmaktadır. Fakat mevcut vücut ağırlığının yanı sıra kişinin fiziksel görünümüne ait pozitif veya negatif his ve düşünceleri de kişinin kendi vücudu ile ilgili memnuniyetsizliğin meydana gelmesindeki önemli bir faktördür (Potter ve ark. 2004). Yapılan bir çalışma kadınlarda ince görünme isteğinin 9-10 yaşlarında başlayarak adölesan çağı sonuna doğru pozitif yönde arttığını göstermiştir (Bully ve Elosua 2011). Bazı çalışmalar ise 13-15 yaş aralığının beden algı memnuniyetsizliği için kritik dönem

olduğunu göstermiştir (Halvarsson ve ark 2002, Thurfjell ve ark. 2004). Erkeklerde ise yapılan bir çalışmada vücut memnuniyetsizliğinin 8-17 yaş arasında en fazla olduğu görülmüştür (Folk ve ark 1993). Ancak başka çalışmalarda erkeklerde vücut memnuniyetsizliğinin 10 yaşından itibaren aynı şekilde kaldığı belirlenmiştir (Elosua ve ark. 2010, Wood ve ark. 1996).

Yanlış biçimde sürekli spor yapan ve sağlıklı beslenme alışkanlıklarında bozukluk bulunan kişilerde doğru bir beden imajı bulunmamaktadır. Bu kişiler kendi bedenleri hakkında sağlıklı bir beden ile ideal boy uzunluğu ve kilo kontrolünü sağlıklı bir şekilde kuramazlar (Aslan 2004).

Bu bağlamda araştırmada spor salonlarına giden kişilerin sağlıklı beslenme tutumları ve sosyal görünüş kaygı düzeylerinin belirlenmesi ve değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini, Kars ilinde düzenli olarak spor salonlarına giden 753 kişi oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise bu evrenden tesadüfi olarak seçilen 187'si erkek, 111' kadın olmak üzere toplam 298 kişi oluşturmaktadır.

Veri Toplama Aracı ve Teknikleri

Veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu", "Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği" (SBİTÖ) ve "Sosyal Görünüş Kaygı Ölçeği" (SGKÖ) kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Bireylerin yaş aralıkları, cinsiyetleri ve eğitim düzeylerini belirlemek için kişisel bilgi formu uygulanmıştır. Ayrıca boy ve vücut ağırlığı bilgileri ile BKİ hesapları alınmıştır.

Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği (SBİTÖ):

Araştırmada Tekkurşun Demir ve Cicioğlu (2019) tarafından geliştirilen Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği kullanılmıştır. SBİTÖ 21 madde ve 4 faktörden oluşan bir yapıya sahiptir. Bu faktörler, Beslenme Hakkında Bilgi (BHB), Beslenmeye Yönelik Duygu (BYD), Olumlu Beslenme (OB) ve Kötü Beslenme (KB) olarak adlandırılmıştır.

Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ):

Araştırmada sosyal görünüş kaygı düzeylerini tespit etmek amacıyla Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ) kullanılmıştır. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği 16 maddeden oluşan 5'li Likert tipi bir ölçektir. Hart ve arkadaşları (2008) tarafından bireyin görünüşüyle ilgili olarak yaşadığı duygusal, bilişsel ve davranışsal kaygıları ölçmek amacıyla geliştirilmiş öz bildirim tarzı bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması; geçerlik ve güvenirlik çalışması Doğan (2010) tarafından yapılmıştır.

Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin çözümlenmesi için frekans, aritmetik ortalama, standart sapma; t-testi, ANOVA testi uygulanmıştır. Veriler herhangi bir analize tabi tutulmadan önce parametrik testlerin ön şartlarını sağlayıp sağlamadığı tespit edilmiştir. Çarpıklık ve Basıklık (verilerin normal dağılım durumu) değerleri incelenmiş, araştırma kapsamında toplanan verilerin her bir değişkene göre normal bir dağılıma sahip olduğu tespit edilmiştir. Verilerin normal dağılıma sahip olmasından ve ± 1 arasında dağılmasından dolayı, parametrik testlerden yararlanılmıştır (Büyüköztürk 2014). İstatistiksel hesaplamalarda anlamlılık düzeyi, 0,05 olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Bu bölümde, verilerin analizleri yapılarak tablolar yorumlanmıştır.

Tablo 1. Katılımcıların CinsiyetineGöre *Frekans ve Yüzde Değerleri*

	N	%
Cinsiyet	Kadın	111
	Erkek	187

Tablo 1’de görüldüğü üzere araştırmaya katılan katılımcıların111’i kadın, 187’si erkek’tir. Bu bağlamda toplam 298 öğrencinin katıldığı araştırmaya katılan öğrencilerin %37’si kadın ve % 63’ü erkektir.

Tablo 2. Katılımcıların Eğitim Düzeyine Göre *Frekans ve Yüzde Değerleri*

	N	%
Eğitim Düzeyi	Üniversite	226
	Lisansüstü	72

Tablo 2’de katılımcılarının eğitim düzeyi incelendiğinde eğitim düzeyi üniversite olan katılımcıların sayısının 226 ve eğitim düzeyi lisansüstü olanların sayısının ise 72 olduğu

görülmektedir. Buna göre araştırmaya katılanların % 76'sı üniversite, %24'ü lisansüstü öğrencileridir.

Tablo 3. Katılımcıların Beden Kitle İndeksine Göre Frekans ve Yüzde Değerleri

		N	%
Beden Kitle İndeksi	Zayıf	35	12
	Normal	152	51
	Şişman	70	24
	Obez	41	13

Tablo 3'de katılımcıların beden kitle indeksine ilişkin bilgiler verilmiştir. Buna göre katılımcıların 35 (%12)'i zayıf, 152 (% 51)'sinormal, 70 (%24)'i şişman ve 41'i (% 13) obezdır.

Tablo 4. Katılımcıların Yaşı ile SBİTÖ ve SGKÖ Ölçekleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

		SBİTÖ	SGKÖ
Yaş	r	-103	,108
	p	,075	,076

*p<0,05

Tablo 4'de katılımcıların yaş değişkeni ile SBİTÖ ve SGKÖ arasında yapılan Pearson Moment Korelasyon Testine ait bulgular yer almaktadır. Yapılan analiz sonucunda, yaş değişkeni ile SBİTÖ ve SGKÖ ölçekleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir (p>,05).

Tablo 5. SBİTÖ ve SGKÖ Ölçekleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

		SBİTÖ	SGKÖ	Ort.	ss.
SBİTÖ	r	1		69,15	12,23
	p				
SGKÖ	r	-314**	1	33,82	14,95
	p	,000			

*p<0,05

Tablo 5'de SBİTÖ ve SGKÖ arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<,05)

Tablo 6. Katılımcıların SBİTÖ ve SGKÖ Puanlarının Cinsiyete Göre Analizleri

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{x}	ss	t	P
SBİTÖ	Kadın	111	68,43	12,21	-,784	,43
	Erkek	187	69,58	12,26		
SGKÖ	Kadın	111	31,89	13,30	-1,723	,08
	Erkek	187	34,96	15,77		

*p<0,05

Tablo 6’da cinsiyete göre sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ve sosyal görünüş kaygısı ölçeği puan ortalaması arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>,05$).

Tablo 7. Katılımcıların SBİTÖ ve SGKÖ Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre Analizleri

Değişken	Eğitim düzeyi	N	\bar{x}	ss	t	P
SBİTÖ	Üniversite	226	66,37	14,82	2,228	,00*
	Lisansüstü	72	70,03	11,18		
SGKÖ	Üniversite	226	33,91	15,22	,182	,19
	Lisansüstü	72	33,54	14,14		

* $p<,05$

Tablo 7’de sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum puanı ile eğitim düzeyi arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<,05$) ve eğitim düzeyi ile SGKÖ arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>,05$).

Tablo 8. Katılımcıların SBİTÖ ve SGKÖ Puanlarının BKİ’ Göre Analizleri

	BKİ	N	\bar{x}	Varyans Kaynağı	Kareler toplamı	df	Kareler ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
SBİTÖ	Zayıf (1)	35	68,82	Gruplar arası	344,698	3	114,899	,766	1,51	2*4
	Normal(2)	152	71,02		44120,202	294	150,069			
	Şişman(3)	70	68,70	Grup içi						
	Obez (4)	41	57,90							
SGKÖ	Zayıf (1)	35	36,45	Gruplar arası	832,874	3	277,625	1,245	,29	-
	Normal(2)	152	32,24		65552,700	294	222,968			
	Şişman(3)	70	35,42	Grup içi						
	Obez (4)	41	34,68							

* $p<,05$

Tablo 8’de Yapılan analiz sonucunda katılımcıların beden kitle indeksi ile sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum puan ortalamasında ($p<,05$) anlamlı farklılık saptanmıştır. Ayrıca katılımcıların beden kitle indeksi ile sosyal görünüş kaygısı ($p>,05$) ölçeği puan ortalaması arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmanın bu bölümünde, araştırma sonucunda elde edilen bulgular literatür bağlamında tartışılmış ve yorumlanmıştır.

Yapılan analiz sonucunda, SBİTÖ ve SGKÖ arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Bu konuda yapılan birçok çalışmada, kadınların erkeklere oranla, egzersiz ve beslenmede kendilerini suçlu hissedip daha az yediklerini dolayısıyla vücutlarından memnun olma düzeylerinin daha az oldukları ve daha düşük ideal benlik duygusuna sahip oldukları bilinmektedir (Taub ve Benson 1992, Kann ve ark. 1988, Storz ve Greene 1983).

Yapılan analiz sonucunda, cinsiyete göre sağlıklı beslenme tutumları ve sosyal görünüş kaygı düzeyleri değişkenlerinin varyantlarında cinsiyet gurupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemektedir.

Yapılan bir çalışmada cinsiyet etkeninin bireylerin bedenlerinden hoşnut olma düzeylerini etkileyen önemli bir faktör olduğu bilinmekle birlikte, kadınların vücutlarından duyduğu hoşnutsuzluğun erkeklerden daha yüksek olduğunu gösteren çalışmalar literatürde mevcuttur (Kalafat ve Kınca 2008, Uskun ve Şabaplı 2013).

Fakat çalışmamız sonucunda elde edilen veriler bu çalışmayla uyuşmamaktadır. Çalışmamız sonucunda elde edilen veriler sonucunda cinsiyetin sosyal fiziki görünüş üzerinde etkili olmadığını göstermektedir. Buna sebep olarak katılımcıların benzer sosyo-demografik özelliklere sahip olması, kadın ve erkek katılımcı sayısının birbirine yakın olması savunulabilir.

Spor salonlarına gelen bireylerin eğitim düzeyi incelendiğinde eğitim düzeyi üniversite olan katılımcıların sayısının 226 ve eğitim düzeyi lisansüstü olanların sayısının ise 72 olduğu görülmektedir. Yapılan analiz sonucunda elde edilen istatistiksel sonuçlarına göre, sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum puanı ile eğitim düzeyi arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Buna göre lisansüstü öğrencilerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumunun üniversite öğrencilerinin tutumundan anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca eğitim düzeyi ile SGKÖ arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.

Amerika Birleşik Devletleri'nde Rimal 2880 aile üzerinde yaptığı çalışmada sosyoekonomik etmenlerden bireyin eğitim ve gelir düzeylerinin egzersiz alışkanlıkları üzerinde etkili olduğunu ortaya koymuştur (Rimal 2002). Bu araştırmadaki bireylerin lisans ve lisansüstü mezunları tarafından oluşturulması ve bireylerin eğitim düzeyine bağlı olarak sağlıklı beslenme tutumlarında artıyor olması neden olarak gösterilebilir.

Spor salonuna gelen bireylerin beden kitle indeksine ilişkin bilgiler verilmiştir (Tablo 3).Yapılan analiz sonucunda katılımcıların beden kitle indeksi ile sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum puan ortalamasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Bu bağlamda normal beden kitle indeksine sahip katılımcıların SBİTÖ puan ortalamalarının, obez katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca katılımcıların BKİ'si ile SGKÖ'ü puan ortalaması arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır.

Yaptığımız araştırma sonucunda ulaştığımız bulgularla farklı çalışmaların sonuçları karşılaştırıldığında, BKİ ortalamaları zayıf ve normal olan bireylerin daha ideal ve sağlıklı bir durum ortaya koydukları görülmektedir. Çalışmamız sonucunda elde ettiğimiz verilerle benzer olmasa da, çalışmamızla yakın anlam içeren çalışmalara rastlanmıştır.

Yapılan bir çalışmada, beden kitle indeksleri zayıf olan öğrencilerin daha yüksek SYBD puanlarına sahip oldukları belirlenmiştir (Yetkin ve Uzun 2000, Özbaşaran ve ark. 2004).

Yapılan farklı bir çalışmada ise, zayıf BKİ ortalamasına sahip olan bireylerde sosyal iletişimde daha iyi oldukları gözlemlenmiştir (Fırıncı 2012).

Sonuç olarak; mevcut çalışmada spor salonlarına giden bireylerin SBİTÖ ve SGKÖ'leri arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu araştırmanın önemli sonuçları, katılımcıların lisans (% 76) ve lisansüstü (%24) öğrencilerden oluşması ve artan eğitim düzeyine bağlı olarak bireylerin sağlıklı beslenme tutumlarının da arttığı tespit edilmiştir, spor salonlarına giden bireylerin sağlıklı beslenme tutumlarına paralel olarak sosyal fiziki kaygı düzeylerinin azaldığı belirlenmiştir. Son olarak ta BKİ'si normal çıkan katılımcıların sağlıklı beslenme alışkanlıklarının BKİ'si yüksek çıkan katılımcılara göre daha iyi olduğu sonucu tespit edilmiştir.

KAYNAKLAR

- 1. Aslan D:** Beden algısı ile ilgili sorunların yaratabileceği beslenme sorunları. Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi – STED. 13(9), 326-329, 2004.
- 2. Başterzi AD, Tüzer V, Alagöz MŞ, Uysal AÇ, Gök E:** Estetik cerrahi hastalarında yeme tutumu ve beden algısı. Yeni Sempozyum.4(1):3-6, 2003.
- 3. Baysal A:** Beslenme, Hatipoğlu Yayınları, Ankara 100-110, 2009.
- 4. Bully P, Elosua P:** Changes in body dissatisfaction relative to gender and age: The modulating character of BMI. The Spanish J Physiol. 14(1):313-322, 2011.

5. **Büyüköztürk, Ş:** Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı. Ankara: Pegem Akademi, 2014.
6. **Doğan, T:** Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nin (SGKÖ) Türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 39(39), 151-159, 2010.
7. **Elosua P. López-Jáuregui A. Sánchez-Sánchez F:** Adaptación española del Eating Disorder Inventory-3 Normalización y validación Madrid: TEA. 2010.
8. **Fırıncı T:** Ergenlik Çağındaki Gençlerde Sağlıklı Yaşam Biçimi Araştırması, Hacettepe Üniversitesi Sosyolojik Araştırmalar E-Dergisi, s1-s14, 2012.
9. **Folk L, Pedersen J, Cullari S:** Body satisfaction and self-concept of third and sixth grade students. *Percept Mot Skills*. 76(2):547-553, 1993.
10. **Halvarsson K, Lunner K, Westerberg J, Anteson F, Sjärdén PO:** A longitudinal study of the development of dieting among 7–17 year old Swedish girls. *Int J Eat Disord*. 31(1):32-42, 2002.
11. **Hart, T. A., Flora, D. B., Palyo, S. A., Fresco, D. M., Holle, C, Heimberg, R. C:** Development and Examination of the Social Appearance Anxiety Scale. *Assessment*, 15, 48-59, 2008.
12. **Kalafat T, Kınca R.Y:** Üniversite Öğrencilerinin Beden Memnuniyet Düzeyleri İle Sosyal Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 41-47, 2008.
13. **Kann L, Kinchen SA, Williams BI ve ark:** Youth Risk Behavior Surveillance- United States, 1997. *J Sch Health*, 68:355-369, 1998.
14. **Karasar, N:** Bilimsel araştırma yöntemi (9. Basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım. 1999.
15. **Kaya Y:** Lise öğrencilerinde görülen yeme bozuklukları ile özsaygı, beden imajı, benlik saygısı, beden memnuniyetsizliği ve kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]: Ankara: Başkent Üniversitesi; 2011.
16. **Kırcaali-İftar G:** Bilimsel ve araştırma. A.A. Bir, (Ed.), Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri içinde (s.1-10). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Yayınları. 1999.
17. **Özbaşaran, F, Çetinkaya AÇ, Güngör N:** Celal Bayar Üniversitesi sağlık yüksekokulu öğrencilerinin sağlık davranışları. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 7(3), 43-55, 2004.
18. **Potter BK, Pederson LL, Chan SS, Aubut J-AL, Koval JJ:** Does a relationship exist between body weight, concerns about weight, and smoking among adolescents? An integration of the literature with an emphasis on gender. *Nicotine Tobacco Res*. 6(3):397-425, 2004.
19. **Rimal A:** Association of nutrition concerns and socioeconomic status with exercise habits. *Int J Consumer Stud*. 26(4):322-327, 2002.
20. **Storz NS, Greene WH:** Body weight, body image, and perception of fad diets in adolescent girls. *J Nutr Educ*, 15:15-18, 1983.
21. **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.

- 22. Tekkurşun Demir G, Cicioğlu Hİ:** Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği (SBİTÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 256-274, 2019.
- 23. Thurfjell B, Edlund B, Arinell H, Hägglöf B, Garner DM, Engström I:** Eating Disorder Inventory for Children (EDIC): effects of age and gender in a Swedish sample. *Eur Eat Disord Rev.* 12(4):256-264, 2004.

24. Uskun, E, Şabaplı A: Lise Öğrencilerinin Beden Algıları ile Yeme Tutumları Arasındaki İlişki. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 12(5), 2013.

25. Wood KC, Becker JA, Thompson JK: Body image dissatisfaction in preadolescent children. *J Appl Dev Psychol.*17(1):85-100, 1996.

26. Yetkin A. ve Uzun Ö: Eğitimi Sağlıkla İlgili Olan ve Olmayan Yükseköğretim Öğrencilerinin Sağlık Davranışlarının Karşılaştırılması, *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 3, s02, s1-s10, 2000.

