

Beden algısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide atılganlığın aracı rolü

The mediator role of assertiveness in the relationship between body image and life satisfaction

Aybüke Gündüz¹ ve Yıldız Bilge²

¹İstanbul Başakşehir Çam ve Sakura Şehir Hastanesi, Klinik Psikolog, İstanbul, Türkiye, E-mail: aybukegunduz@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4581-8020>

²Sorumlu Yazar, Doç. Dr., Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Klinik Psikoloji ABD, İstanbul, Türkiye, E-mail: yildiz.bilge@sbu.edu.tr, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2315-0055>

Makale Bilgisi	Öz
Araştırma Makalesi Gönderilme: 11 Mart 2023 Düzeltilme: 18 Haziran 2023 Kabul: 18 Haziran 2023 Anahtar kelimeler: Beden algısı, Yaşam doyumu, Atılganlık, Aracı rol	<p>Bu çalışmada beden algısı, yaşam doyumu ve atılganlık arasındaki ilişkilerin incelenmesi ve beden algısı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide atılganlığın aracı rolünün tespit edilmesi amaçlanmıştır. Analiz sonuçlarına göre beden algısı ile yaşam doyumu, beden algısı ile atılganlık ve yaşam doyumu ile atılganlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, aracılık analizi sonuçlarına göre beden algısı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide atılganlığın kısmi düzeyde aracı rolünün olduğu görülmüştür. Çalışmanın ana değişkenlerinin sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşarak farklılaşmadığı değerlendirildiğinde, kadın katılımcıların beden algısı puanlarının erkek katılımcılardan düşük olduğu, evli katılımcıların yaşam doyumlarının bekar katılımcılardan yüksek olduğu ve önlisans mezunu katılımcıların yaşam doyumu düzeylerinin lise ve lisans mezunu katılımcılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Mevcut araştırma sonuçlarının bireylerin beden algılarının ve atılganlık düzeylerinin yaşam doyumları üzerindeki etkisinin anlaşılmasına olumlu yönde katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.</p>
Article Info Research Article Received: 11 March 2023 Revised: 18 June 2023 Accepted: 18 June 2023 Keywords: Perceived body image, Life satisfaction, Assertiveness, Mediator role	Abstract <p>This study aimed to examine the relationships between perceived body image, life satisfaction, and assertiveness, and also, to determine the mediator role of assertiveness in relation to perceived body image and life satisfaction. According to the results of the analyses, it was determined that there were significant positive relationships between perceived body image and life satisfaction, perceived body image and assertiveness, and life satisfaction and assertiveness. In addition according to the mediation analysis results, it was seen that assertiveness had a mediating role in the relationship between perceived body image and life satisfaction. When it is evaluated whether the scores of continuous variables differ according to sociodemographic characteristics, it is observed that the body image scores of female participants were lower than male participants. The life satisfaction level of married participants is higher than single participants. Additionally, associate degree college students' life satisfaction level is higher than high-school graduate participants and bachelorette graduate students. It is thought that the current research results can contribute positively to the understanding of the effect of individuals' perceived body images and assertiveness levels on their life satisfaction.</p>

1. Giriş

Beden bireylerin kendilerini diğer insanlara sundukları en görünür özelliklerinden biri (Uras, 2004) olarak tanımlanmaktadır. Beden algısı ise bireylerin kendi bedenlerine yönelik olarak geliştirmiş olduğu duygu, düşünce, davranış ve inançlarıdır (Cash ve Pruzinsky, 1990). Dolayısıyla beden algısı kişilerin bireysel özellikleri ve toplumsal yargılar çerçevesinde şekillenen, kişilerin kendileriyle ve diğer insanlar tarafından nasıl görüldükleri ile ilgili fikirleri neticesinde zihinlerinde oluşan değerlendirmeler olarak tanımlanabilecek bir kavramdır. Aynı

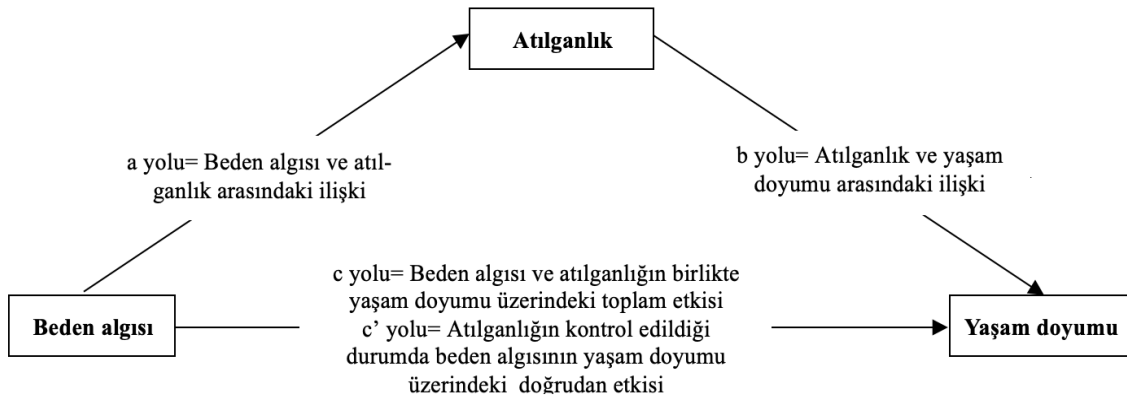
* Bu makale ilk yazarın yüksek lisans tezinden üretilmiştir. Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 18 Ekim 2019 tarih ve 19/125 no'lu karar ile alınmıştır. Tüm sorumluluk yazarlara aittir.

Kaynak göster: Gündüz, A. & Bilge, Y. (2023). Beden algısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide atılganlığın aracı rolü. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 9 (2), 157-167. DOI: <https://doi.org/10.24289/ijsser.1263599>

zamanda çocukluk çağından itibaren şekillenmeye başlayan, gelişim ve değişimi yaşam boyu devam eden bir olgudur. Erken çocukluk döneminden itibaren bireylerin gelişmekte olan bedensel ve fiziksel özellikleriyle ilişkili olarak ailesi ve sosyal çevresi tarafından sergilenen tutumlar beden algısının şekillenmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Karşlı, 2014; Kundakçı, 2005; Mezarcı, 2018).

Geçmişten günümüze insanlar zihinlerinde var olan ideal beden algısına ulaşabilmek için birçok farklı yöntem benimsemişlerdir. Bazı bireyler egzersiz ve diyet gibi yöntemler kullanırken bazıları ise estetik ve medikal operasyonlara başvurarak ideal beden algılarına ulaşmayı hedeflemişlerdir (Cengiz, 2011). Bireylerin beden algılarını değerlendirmeleri sonucunda olumlu ve olumsuz beden algısı olmak üzere iki farklı imgeye ulaştıkları bilinmektedir. Olumlu beden algısına sahip olan bireyler dış görünüşlerinden memnun olurken olumsuz beden algısına sahip olan bireyler genellikle dış görünüşlerinden memnun değildir ve olumsuz beden algısına sahip olan bireylerin ideal benlik algıları ile kendilerini algıladıkları beden algıları çoğunlukla birbirleriyle uyumlu bir özellik göstermemektedir (Aydın, 2015). Olumsuz beden algısı bireylerin yaşam doyumunu düzeylerini düşürmektedir ve alanyazında bu ilişkiyi gösteren çok sayıda çalışma bulunmaktadır (Jain ve Tiwari, 2016; Kaya Şen, 2019; Purutçuoğlu ve Aksel, 2017; Sarıkadioğlu, 2016). Fazla kilolu ve obez bireylerde beden algısı, benlik saygısı ve algılanan sosyal desteğin yaşam doyumunu ile ilişkisini tespit etmek üzere tasarlanan 100 kişinin dahil edildiği bir çalışmada elde edilen sonuçlara göre yüksek kilolu ve obez kişilerde benlik saygısı ve olumlu beden algısı arttıkça yaşam doyumunun da arttığı saptanmıştır (Akman, 2019). Bir başka çalışmada yetişkin bireylerde beden algısı ve kendini kabul düzeyi ile yaşam doyumunu arasındaki ilişki incelenmiştir. Bireylerin yaşam doyumunu ile beden algısı ve kendini kabul düzeyleri arasında pozitif yönlü ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir (Sarıkadioğlu, 2016).

Yaşam doyumunu bireylerin beklentileriyle sahip olduklarını birbirleriyle karşılaştırdıklarında elde ettikleri sonuç olarak tanımlanmaktadır. Yaşam doyumunu spesifik bir durumda elde edilen doyum değil, hayatın genelindeki mutluluk, doyum ve iyi olma halini tanımlamaktadır (Neugarten vd., 1961). Bir başka tanımlamada ise yaşam doyumunu mevcut yaşamdan alınan doyum, geçmişteki yaşamdan alınan doyum, gelecekte beklenen doyum ve bireyin yakın çevresindekilerin o bireyin yaşamı ile ilgili değerlendirmelerinin tümü olarak ifade edilmiştir (Diener vd., 1999). Endüstri Meslek Lisesi, Teknik Lise ve Anadolu Teknik Lisesinde okuyan 402 lise öğrencisi ile yürütülen ve öğrencilerin atılganlık düzeyleri ile yaşam doyumunu ve duygularını ifade etme davranışlarının karşılaştırıldığı bir araştırmanın sonuçlarına göre gruplar arası fark olmaksızın atılganlık ile yaşam doyumunu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca atılganlık düzeyi yüksek olan öğrencilerin atılganlık düzeyi düşük olanlara kıyasla daha yüksek yaşam doyumuna sahip oldukları görülmüştür (Dönmez, 2007).



Şekil 1. Beden algısı ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide atılganlığın aracı rolü.

Bireyler zaman zaman duygu, düşünce, talep ve arzularını dile getirirken farklı davranış şekilleri kullanabilmektedirler. Bazı bireyler istek ve düşüncelerini ifade ederken karşı tarafı küçük gören ve kırıcı olabilecek düzeyde saldırgan bir tutuma sahipken, bazıları ise istek ve düşüncelerini dile getirmekte zorlanan, çekingen bir tutum sergilerler. Atılgan iletişim tarzına sahip olan bireyler kişiler arası ilişkilerinde ne saldırgan ne de çekingen bir tutum sergiler. Atılgan bireyler kendi istek ve arzularını diledikleri şekilde gerçekleştirme yönünde hareket etmek yerine bireyler arası eşitliği göz önünde tutarak davranma eğiliminde olan kişilerdir (Örgün, 2000; Voltan, 1980). Alberti ve Emmons'a (1998) göre atılganlık bireylerin kişiler arası ilişkilerinde eşitlik ilkesini göz önünde bulundurarak kendi haklarını savunabilmesine, duygu, düşünce, talep ve inançlarını rahat bir biçimde

söyleyebilmesine ve diğer bireylerin haklarına müdahale etmeden kendi haklarına sahip çıkabilmesine imkan sağlar. Atılgnlık ile beden algısı arasındaki ilişkinin incelendiği ve 148 sporcu öğrenci ile gerçekleştirilen bir çalışmada elde edilen bulgulara göre sporcuların atılgnlık düzeyleri ile beden algıları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır (Alagül, 2004). Yapılan bir başka çalışmada ise üniversiteli öğrencilerin beden algıları ile atılgnlık düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiş ve cinsiyet fark etmeksizin öğrencilerin olumlu beden algısına sahip olmaları ile atılgn davranış sergilemeleri arasında pozitif bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir (Uğur, 1996).

Alanyazın incelendiğinde beden algısı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide atılgnlığın aracı rolünün ele alındığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu eksiklikten hareketle bu çalışmada beden algısı, yaşam doyumu ve atılgnlık arasındaki ilişkilerin ve beden algısı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide atılgnlığın aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Beden algısı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide atılgnlığın aracı rolü için oluşturulan model Şekil 1'de sunulmuştur.

2. Yöntem

Araştırmanın etik açıdan uygunluğu ve anket uygulama izni için Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 18 Ekim 2019 tarih ve 19/125 no'lu karar ile alınmıştır.

2.1. Araştırmanın deseni

Bu araştırma nicel bir çalışma olup ilişkisel tarama ve aracılık modeli desenleri kullanılmıştır. Kartopu örnekleme yönteminin kullanıldığı çalışmaya dahil edilme kriteri genç ve ilk yetişkinlik döneminde olmak ve okur yazar olmak olarak belirlenmiştir. Yaş aralığı 18-35 (23.88±4.38) olan katılımcılar 256'sı (%71.3) kadın ve 103'ü (%28.7) erkek olmak üzere toplam 359 kişiden oluşmaktadır. Katılımcıların 64'ü (%17.8) evli ve 295'i (%82.2) bekarıdır. Gelir düzeyi düşük olanlar 44 kişi (%12.3), orta olanlar 286 kişi (%79.7) ve yüksek olanlar 29 kişidir (%8.1). Katılımcılardan 32 kişi (%9) lise mezunu, 51 kişi (%14.3) önlisans ve 274 kişi (%76.8) lisans eğitim düzeyine sahiptir. Araştırmada yer alan 359 katılımcıdan 202'si (%56,3) boy ve kilosundan memnun ve 157 (%43,7) katılımcı ise memnun değildir. Cerrahi estetik operasyon geçirmek isteyen kişi sayısı 87 (%24,2), cerrahi estetik operasyon geçirmek istemeyen kişi sayısı 272'dir (%75,8) ve 64 (%17,8) katılımcı medikal estetik operasyon geçirmek istememektedir.

Ölçekler toplam 380 katılımcı tarafından doldurulmuştur. Ancak belirlenen yaş aralığının dışında kalan, ölçekleri doldururken hatalı işaretleme yapan veya eksik bırakan 21 katılımcı örnekleme dahil edilmemiştir.

2.2. Veri toplama araçları

Sosyodemografik Bilgi Formu. Demografik bilgi formunda katılımcıların yaş, cinsiyet, gelir durumu, eğitim düzeyi, medeni durum, kendilerini çekici bulup bulmama, estetik ameliyat geçirip geçirmemiş olma, boy-kilo memnuniyeti gibi sorular yer almaktadır.

Vücut Algısı Ölçeği. Secord ve Jourard (1953) tarafından geliştirilen vücut algısı ölçeği bireylerin vücutlarında bulunan birtakım bölümlerden ve işlevlerden ne düzeyde memnun olduklarını ölçmeyi hedeflemektedir. Ölçeğin Türkiye'deki geçerlilik çalışması Hovardaoğlu (1993) tarafından gerçekleştirilmiştir. Hovardaoğlu tarafından Türkçeye çevrilen ve üniversite öğrencileri ile yapılan uyarlama çalışmasında iki yarım test güvenilirliği .75, madde test korelasyonları $r=.45$ ile $r=.89$ ve Cronbach Alfa katsayısı ise $r=.91$ olarak bulunmuştur. Ölçek toplam 40 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 40, en yüksek puan ise 200'dür. Katılımcıların yüksek puan almaları bedenlerinden memnun olma, düşük puan almaları ise bedenlerinden memnun olmama derecesini göstermektedir (Hovardaoğlu, 1993).

Yaşam Doyumu Ölçeği. Diener ve diğerleri (1985) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçeye çevrilmesi ve uyarlama çalışmasını Köker (1991) gerçekleştirmiştir. Ölçek 5 maddeden oluşmaktadır ve 7'li likert tipine sahiptir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 5, en yüksek puan 35'tir. Ölçeğin güvenilirlik çalışmaları sonucunda; test-tekrar test güvenilirliği $r=.85$, madde-test korelasyonları ise .71 ile .80 arasında hesaplanmıştır (Köker, 1991).

Rathus Atılgnlık Envanteri. Kişiler arası ilişkilerde bireylerin atılgnlık düzeyini tespit etmek amacıyla Rathus (1973) tarafından geliştirilmiş olan ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasını Voltan (1980) yürütmüştür. Ölçek 30 maddeden oluşmakta ve ölçeğin puanlanması -3 ile +3 puan aralığında değerlendirilmekte ve 0 puan bulunmamaktadır. Bu doğrultuda ölçekten alınabilecek en düşük puan -90, en yüksek puan ise +90'dır. Rathus

Atılgnlık Envanteri'nin Türkçeye uyarlama çalışmalarında test tekrar test güvenilirlik katsayısının .92 olduğu saptanmıştır (Voltan, 1980).

2.3. İşlem

Veriler kartopu örnekleme yöntemiyle toplanmış olup, bir bölümü üniversite öğrencilerinden fiziksel ortamda toplanmış, bir bölümü ise Google formlar aracılığı ile oluşturulan ölçeklerle elde edilmiştir. Bütün katılımcılardan çalışmaya gönüllü katıldıklarını belirten bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Ölçeklerin doldurulması yaklaşık 15 dakika sürmüştür.

2.4. Veri analizi

Betimsel verilerin analizinde yüzde, frekans, ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Araştırmanın değişkenleri ile ilgili normallik varsayımı çarpıklık ve basıklık değerleri ile incelenmiş elde edilen çarpıklık ve basıklık değerleri + 1,5 ve - 1,5 aralığında olduğu için analizlerde parametrik testler kullanılmıştır. Rathus Atılgnlık Envanteri, Vücut Algısı Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği puanları arasındaki ilişkilerde Pearson Korelasyon Analizi ve Regresyon Analizi kullanılmıştır. Aracılık analizleri ise Hayes'in (2013) Process Macro v.3 eklentisi kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Bütün analizler SPSS 25 programı ile gerçekleştirilmiştir.

3. Bulgular

3.1. Beden algısı, yaşam doyumu ve atılgnlık puanlarının demografik değişkenlere göre incelenmesi

Katılımcıların demografik bilgileri ile atılgnlık, beden algısı ve yaşam doyumu puanlarının karşılaştırılması sonucunda beden algısı ($t_{(357)} = -3,086$; $p < ,01$) puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı ve erkek katılımcıların beden algısı puanlarının kadın katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Medeni durum bakımından karşılaştırıldığında ise atılgnlık ve beden algısının medeni durum değişkenine göre farklılaşmadığı ancak yaşam doyumu ($t_{(357)} = 4,671$; $p < ,01$) puanlarının medeni durum değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı, evli katılımcıların yaşam doyumu puanlarının bekar katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır. Eğitim durumu değişkenine göre yapılan analizde yalnızca yaşam doyumu ($F_{(2-354)} = 4,346$; $p < ,05$) puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve önlisans düzeyinde eğitim gören katılımcıların yaşam doyumu puanlarının lise ve lisans düzeyi eğitim gören katılımcılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Beden algısı ($t_{(357)} = 7,053$; $p < ,01$) ve yaşam doyumu ($t_{(357)} = 3,075$; $p < ,01$) puanlarının boy/kilo memnuniyeti değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı, atılgnlık ($t_{(357)} = -1,228$; $p > ,05$) puanlarının ise farklılaşmadığı bulgulanmıştır. Boyu ve kilosundan memnun olan katılımcıların beden algısı ve yaşam doyumu puanlarının boy ve kilosundan memnun olmayan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Beden algısı ($t_{(357)} = -2,346$; $p < ,01$) ve yaşam doyumu ($t_{(357)} = -2,047$; $p < ,01$) puanlarının cerrahi estetik operasyon yaptırmayı isteme durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı ve cerrahi estetik operasyon yaptırmayı istemeyen katılımcıların beden algısı ve yaşam doyumu puanlarının isteyen katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır. Beden algısı ($t_{(357)} = -2,329$; $p < ,05$) ve yaşam doyumu ($t_{(357)} = -2,220$; $p < ,05$) puanlarının medikal estetik operasyon yaptırmayı isteme durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı ve medikal estetik operasyon yaptırmayı istemeyen katılımcıların beden algısı ve yaşam doyumu puanlarının isteyen katılımcılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

3.2. Değişkenler arası betimleyici istatistikler, korelasyonlar ve yordayıcılık etkisi

Tablo 1'de değişkenlere ait en küçük-en büyük değerler, çarpıklık-basıklık değerleri ile ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

Tablo 1. Atılgnlık Envanteri, Vücut Algısı Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği için betimleyici istatistikler

Ölçekler	Min	Maks	\bar{x}	ss	Çarpıklık	Basıklık
Rathus Atılgnlık Envanteri	-88	78	16,39	23,86	-,31	,89
Vücut Algısı Ölçeği	56	200	143,74	22,36	-,28	,57
Yaşam Doyumu Ölçeği	5	35	21,43	6,96	-,36	-,50

Tablo 2'de beden algısı, yaşam doyumu ve atılgnlık puanları arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla Pearson korelasyon analizi bulguları verilmiştir.

Tablo 2. Atılgnlık, vücut algısı ve yaşam doyumu puanları arasındaki ilişkiler

Ölçekler	RAE	VAÖ	YDÖ
Rathus Atılgnlık Envanteri	1		
Vücut Algısı Ölçeği	,41**	1	
Yaşam Doyumu Ölçeği	,32**	,42**	1

**p<.01

Tablo 2 incelendiğinde beden algısı ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu, katılımcıların beden algısı puanları arttıkça yaşam doyumu puanlarının da arttığı görülmektedir. Benzer şekilde atılgnlık ile beden algısı ve atılgnlık ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır.

Tablo 3'te beden algısı ve atılgnlık puanlarının yaşam doyumu puanları üzerindeki yordayıcılık etkisinin incelenmesi amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları verilmiştir.

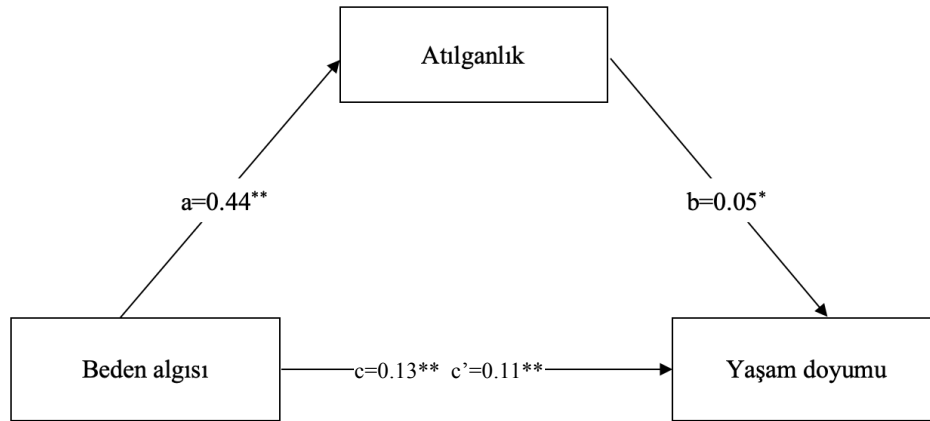
Tablo 3. Atılgnlık ve vücut algısı puanlarının yaşam doyumu puanları üzerindeki yordayıcı etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişkenler	B	SH	B	t	R ²	F	ΔR ²
Yaşam Doyumu Ölçeği	Sabit	4,85	2,23		2,171**			
	Beden Algısı	,109	,016	,351	6,841**	,177	46,76**	,201
	Atılgnlık	,052	,015	,177	3,447**	,024		

*p<.05; **p<.01

Beden algısı ve atılgnlık puanlarının yaşam doyumunu yordama düzeyi incelendiğinde beden algısının %17.7 ve atılgnlığın %2.4 olmak üzere toplam %20.1 oranında ($F_{(2,356)} = 46,76$, $p < .001$) yaşam doyumunu yordadığı tespit edilmiştir (Tablo 3).

3.3. Aracılık analizi



Şekil 2. Beden algısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide atılgnlığın aracı rolü

Aracılık analizi Hayes'in (2013) Process Macro eklentisi aracılığıyla yapılmıştır ve oluşturulan model basit aracılık modellerinden Model 4 kullanılarak sınanmıştır. Bağımsız değişken olan beden algısının atılgnlık üzerindeki doğrudan etkisinin (a) ($B = .44$, $SH = .05$, $t = 8.51$, $p < .001$ ve %95 GA [.3349-.5363]) anlamlı olduğu ve modelde bağımlı değişken olan yaşam doyumuna atılgnlığın doğrudan etkisinin (b) ($B = .05$, $SH = .02$, $t = 3.44$, $p < .001$ ve %95 GA [.0222-.0812]) de anlamlı olduğu görülmüştür. Bağımsız değişken olan beden algısının yaşam doyumu üzerindeki toplam etkisinin (c) ($B = .1302$, $SH = .01$, $t = 8.90$, $p < .001$ ve %95 GA [.1028-.1611]) ve doğrudan etkisinin (c') anlamlı olduğu ($B = .1094$, $SH = .02$, $t = 6.84$, $p < .001$ ve %95 GA [.0780-.1409]) bulunmuştur. Aracı değişkenin etkisinin anlamlı olup olmadığının sınanması amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır ve güven aralıklarının sıfır içermemesi anlamlı aracı bir ilişkinin olduğunu göstermiştir. Dolayısıyla yaşam doyumu üzerindeki %2.25 oranındaki dolaylı etkinin anlamlı olduğu ($B = .0225$, $SH = .01$ ve %95 GA [.0088-

.0372] tespit edilmiştir (Şekil 1). Ayrıca, varyansın %18'ini açıklayan tüm modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(1,357)= 79.25, p<.001$). Aracılık analizi sonuçlarına göre atılganlık değişkeni aracılık modeline eklendiğinde beden algısının yaşam doyumu üzerindeki etkisinin düştüğü görülmüştür. Bu yüzden beden algısı ile yaşam doyumu ilişkisinde atılganlığın anlamlı düzeyde kısmi bir aracı rolünün olduğu bulunmuştur.

4. Tartışma

Bu araştırmada ilk olarak beden algısının yaşam doyumu ve atılganlık ile ilişkisinin belirlenmesi, ikinci olarak ise atılganlık ve beden algısının yaşam doyumunu yordama düzeyinin tespit edilmesi ve beden algısı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide atılganlığın aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır.

Beden algısı, yaşam doyumu ve atılganlık puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde yalnızca beden algısı puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır. Erkek katılımcıların beden algısı ölçeğinden aldıkları toplam puanın kadın katılımcıların puanlarından yüksek olduğu belirlenmiştir. Brezilya'da ergenlerle yapılan bir araştırmada da benzer sonuçlara ulaşılmıştır (Pinho vd., 2019). Kadınların erkeklere nazaran bedenlerini olumsuz algılamalarının toplum ve medya tarafından kadınlara dayatılan ideal beden imgeleri ve zayıf olmanın bir güzellik kriteri olarak kabul edilmesi gibi değerlendirmelerin bir sonucu olarak kadınların dış görünüşleriyle daha çok uğraşır hale gelmeleri ile ilişkili olduğu düşünülebilir.

Medeni durum değişkenine göre evli olan bireylerin yaşam doyumlarının bekar bireylerden yüksek olduğu ifade edilmiştir. Benzer şekilde, Appleton ve Song (2008) tarafından yapılan çalışmada evli kişilerin yaşam doyumlarının bekar kişilerden yüksek olduğu ortaya konmuştur. Boy-kilo memnuniyeti ile beden algısı ve yaşam doyumu değişkenleri karşılaştırıldığında her iki değişken için de anlamlı sonuçlar elde edilmiştir. Boy-kilo memnuniyeti yüksek olan katılımcıların beden algısı ölçeğinden aldıkları puanların daha yüksek olduğu saptanmıştır. Alanyazın incelendiğinde kilosundan memnun olan kadınların kilosundan memnun olmayan kadınlara göre beden algısı puanlarının daha yüksek olduğu ifade edilmiştir (Gür, 2020). Benzer şekilde boy-kilo memnuniyeti değişkenine göre de boy ve kilosundan memnun olan kişilerin yaşam doyum puanları yüksek bulunmuştur. Boy ve kilo oranlarından memnun olmanın kişilerin özgüven düzeylerinin artmasına yol açarak yaşam doyumlarını yükselttiği düşünülebilir. Eğitim düzeyi ile yaşam doyumu ilişkisi karşılaştırıldığında önlisans mezunu bireylerin yaşam doyumlarının lise ve lisans mezunu bireylerden yüksek olduğu bulgulanmıştır. Özkul ve Cömert'in (2018) yaptıkları çalışmada da benzer şekilde önlisans mezunu öğretmenlerin yaşam doyumları puanlarının lisansüstü mezunu öğretmenlerden yüksek olduğu tespit edilmiştir. Önlisans mezunu bireylerin yaşam doyumu düzeylerinin lisans mezunu bireylerden yüksek olmasının sebebinin eğitim düzeyinin artmasının yol açtığı yüksek beklentilerin karşılanamadığı ve buna bağlı olarak bireylerin yaşam doyumlarının düştüğü şeklinde açıklanabilir. Beden algısı puanlarının cerrahi ve medikal operasyon yaptırmayı isteme değişkeni ile ilişkisi incelendiğinde cerrahi ve medikal operasyon yaptırmayı istemeyen katılımcıların beden algısı ölçeğinden aldıkları puanların cerrahi ve medikal operasyon yaptırmayı isteyen katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Alanyazın incelendiğinde cerrahi ve medikal operasyon yaptırmayı isteme ile beden algısının ilişkisini inceleyen bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Hem cerrahi hem medikal estetik operasyon yaptırmayı istemeyen katılımcıların daha çok vücut ve yüz şekillerinden, organ ve uzuvlarından memnun olan bireyler oldukları ve bedenlerini daha olumlu algıladıkları düşünülebilir. Alanyazındaki birçok çalışma bu değerlendirmeyle uyumludur ve bu çalışmalarda olumlu beden algısına sahip olmanın yaşam doyumunu yükselttiği öne sürülmüştür (Jain ve Tiwari, 2016; Kaya Şen, 2019; Akman, 2019).

Korelasyon analizi sonuçları incelendiğinde, beden algısı ve yaşam doyumu değişkenleri arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Bariatrik cerrahi aday morbid obezite hastalarıyla yapılan bir çalışmada bu hastaların yaşam doyum düzeylerinin ve beden algısı puanlarının kontrol grubundaki kişilere göre daha düşük olduğu ve beden algısı ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir (Erbay-Gönerir vd., 2018). Öğretmenlerle gerçekleştirilen bir başka çalışmada beden imajı ile öğretmenlerin yaşam doyumu pozitif ilişkili bulunmuştur (Al Sulaimi vd., 2022). Beden algısı, bireylerin hayatında önemli bir yer teşkil etmektedir. Bazı zaman ve durumlarda bireylerin bedenleriyle ilgili düşünceleri ve hisleri ile kendileri hakkındaki düşünceleri ve hisleri aynı olabilmektedir (Güneş, 2009). Buradan yola çıkarak bireylerin bedenlerine yönelik olumlu veya olumsuz algılamalarının yaşam doyumunu da etkileyebileceği söylenebilir. Beden algısı ile atılganlık arasındaki ilişki incelendiğinde ise iki değişken arasında pozitif yönde anlamlı ilişkinin olduğu saptanmıştır. Alanyazın incelendiğinde sporcularla yürütülen bir araştırmada sporcuların atılganlık düzeyleri ile beden algıları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır (Alagül, 2004). Uğur'un (1996) öğrencilerle yaptığı bir başka çalışmada cinsiyet farkı olmaksızın

beden algısı ile atılganlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Çalışmamızın sonuçlarını destekleyen bu iki araştırmanın aksine Marshall üniversitesi öğrencileriyle yapılan bir çalışmada ise spor yapan ve yapmayan kadın öğrencilerin beden algısı ile atılganlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı tespit edilmiştir (Woodrow-Keys, 2006). Çalışmanın diğer değişkenleri olan yaşam doyumu ve atılganlık puanları arasındaki korelasyon sonuçları incelendiğinde yaşam doyumu ile atılganlık arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu ve katılımcıların atılganlık düzeyleri arttıkça yaşam doyumlarının da yükseldiği görülmüştür. Alanyazında yaşam doyumu ile atılganlık arasındaki ilişkiyi araştıran az sayıda çalışmaya rastlanmıştır. Kişilik özelliklerinin yaşam doyumu ve kariyer doyumuna etkisinin incelendiği bir çalışmada atılganlığı yüksek olan kişilerin yaşam doyumu ve kariyer doyumlarının da yüksek olduğu tespit edilmiştir (Lounsbury vd., 2004). Sağlık turizmi çalışanlarının kişiler arası duyarlılık ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelendiği bir başka çalışmada, kişiler arası duyarlılık alt boyutlarından olan atılganlık ile yaşam doyumu arasında pozitif yönlü fakat anlamlı olmayan bir ilişki tespit edilmiştir (Çolakoğlu, 2019).

Atılganlık ve beden algısının yaşam doyumunu yordama düzeyinin tespit edilmesi amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda yaşam doyumunun etki sırasına göre beden algısı ve atılganlık tarafından yordandığı tespit edilmiştir. Alanyazın incelendiğinde obez ve yüksek kilolu kişilerin beden algısının yaşam doyumunu pozitif yönde yordadığı görülmüştür (Akman, 2019). Bir başka çalışmada beden algısının hem kadın hem erkek bireylerde yaşam doyumunun önemli bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir (Davis vd., 2020). Atılganlık ile yaşam doyumu ilişkisinin incelendiği bir çalışmada ise atılgan olan bireylerin yaşam doyum düzeylerinin atılgan olmayan bireylere göre daha yüksek olduğu bildirilmiştir (Dönmez, 2007). Elde edilen bu bulgular mevcut çalışmanın sonuçları ile uyumludur. Atılgan bireyler duygu, düşünce, istek, ihtiyaç ve inançlarını rahat bir şekilde dile getirebilen ve özgüven sahibi bireylerdir (Alberti ve Emmons, 1998). Atılganlık düzeyleri yüksek olan bireylerin yaşam doyumlarının da yüksek olmasının nedeni bu tür özelliklere sahip olmaları olarak düşünülebilir.

Mevcut çalışmanın bir diğer hedefi beden algısı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide atılganlığın aracı rolünün incelenmesidir. Bu doğrultuda gerçekleştirilen analizlerde beden algısı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide atılganlığın aracı rolünün incelenmesi amacıyla oluşturulan modele göre beden algısından atılganlığa giden yolun, atılganlıktan yaşam doyumuna giden yolun ve son olarak beden algısından yaşam doyumuna giden yolun anlamlı olduğu saptanmıştır. Dolayısıyla oluşturulan modele göre beden algısı ile atılganlığın yaşam doyumu üzerindeki birlikte etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür. Bu bağlamda yapılan analiz sonuçlarına göre beden algısının yaşam doyumu üzerindeki etkisinde atılganlığın anlamlı kısmi bir aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir. Ancak alanyazın incelendiğinde beden algısı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide atılganlığın aracı rolünü inceleyen başka bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Son olarak mevcut araştırmanın çeşitli sınırlılıkları bulunmaktadır. Araştırmaya katılan katılımcıların %71,3'ünün kadın, %28,7'sinin erkek olması, örneklemin cinsiyet açısından dengeli olmaması araştırmanın sınırlılıklarından biri olarak değerlendirilebilir. Bir diğer sınırlılık ise kullanılan ölçeklerin öz-bildirime dayalı ölçekler olması ve bu sebeple ölçekler doldurulurken katılımcıların kendilerini iyi gösterme eğilimi sergilemiş olma ihtimalleridir. Bu çalışmada var olan sınırlılıkların gelecek araştırmalar açısından göz önünde bulundurulmasının önemli olabileceği düşünülmektedir.

5. Sonuç

Bu çalışmanın temel amacı beden algısı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide atılganlığın aracı rolünün incelenmesidir. Elde edilen bulgular değerlendirildiğinde hem beden algısı, yaşam doyumu ve atılganlık değişkenlerinin birbirleri arasındaki ilişkilerin anlamlı olduğu hem de atılganlığın beden algısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiye aracılık etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Alanyazın incelendiğinde elde edilen korelasyon bulgularını destekleyen çalışmalar (Akman, 2019; Alagül, 2004; Lounsbury vd., 2004) bulunmakla birlikte beden algısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide atılganlığın aracı rolünün incelendiği bir çalışmaya rastlanmamış olması nedeniyle yapılan araştırmanın bu boşluğu doldurarak alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Olumlu bir beden algısına sahip olan bireylerin daha yüksek bir yaşam doyumuna sahip oldukları ve kendilerini atılgan bireyler olarak değerlendirdikleri tespit edilmiştir. Hemşirelik öğrencileri ile yapılan bir çalışmada düşük beden kitle indeksine sahip olan öğrencilerin yaşam doyumlarının yüksek olduğu tespit edilmiştir (Williams vd., 2018). Aynı şekilde kendilerini atılgan olarak değerlendiren bireylerin yaşam doyumlarının da yüksek olduğu bulgulanmıştır (Lounsbury vd., 2004; Çolakoğlu, 2009).

Uygulama açısından sonuçlar değerlendirildiğinde beden algısı düşük olan bireylerin sağaltım süreçlerinde atılganlık konusunda desteklendiğinde yaşam doyumlarında bir artış olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca ergenlik

dönemindeki bireylerde atılganlık eğitimi grupları aracılığıyla yapılacak çalışmaların beden algısı düşük olan ergenlerin yaşam doyumunu yükseltme yönünde katkı sağlayabileceği ve özellikle de benlik algısı düşük olduğunda ortaya çıkabilecek olumsuz yöndeki etkinin atılganlık geliştirildikçe azaltılabileceğinin mümkün olabileceği söylenebilir. Bedensel engelli ergenlerle yapılan bir çalışmada 8 haftalık atılganlık eğitimi sonucunda deney grubundaki bireylerin hem benlik saygısı hem de atılganlık puanlarının arttığı gözlemlenmiştir (Keser, 2013). Benzer şekilde bireylerin beden algılarını iyileştirmeye yönelik sağaltım programlarının uygulanması da yaşam doyumunu düzeylerinin artmasına yardımcı olabilir. Dolayısıyla hem atılganlık eğitimlerinin hem de beden algısını iyileştirmeye yönelik olarak uygulanacak eğitimlerin bireylerin yaşam doyumunu düzeylerinin artmasına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Kaynakça

- Akman, G. (2019). *Fazla kilolu ve obez bireylerde beden algısı, benlik saygısı ve algılanan sosyal desteğin yaşam doyumuyla ilişkisinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Alagül, Ö. (2004). *Farklı spor branşlarındaki sporcuların atılganlık ile beden algısı arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Alberti, R. ve Emmons, M. (1998). *Atılganlık hakkınızı kullanın* (S. Katlan, Çev.). Ankara: HBY Yayıncılık.
- Al Sulaimi, M. R., Hutaglung, F. D., ve Bin Syed Ali, S. K. (2022). The Mediating Effect of Physical Activity in the Relationship between Body Image and Life Satisfaction. *International Journal of Instruction*, 15(2), 349-372.
- Appleton, S., ve Song, L. (2008). Life satisfaction in urban China: Components and determinants. *World Development*, 36(11), 2325-2340.
- Aydın, Y. (2015). *Alkol ve madde bağımlılığında beden algısı, benlik saygısı düzeyleri ve sosyal fobi görülme sıklığı: karşılaştırılmalı bir çalışma*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Cash, T. F. ve Pruzinsky, T. (1990). *Body images: Development, deviance, and change*. New York: Guilford Press.
- Cengiz, Y. (2011). *Obez ergenlerde beden algısı, benlik saygısı ve ruhsal durum değerlendirilmesi*. (Tıpta uzmanlık tezi). İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, İstanbul.
- Çolakoğlu, Ü. ve Yurcu, G. (2019). Sağlık turizmi çalışanlarının rekreatif faaliyet katılımlarına göre kişiler arası duyarlılık ve yaşam doyum ilişkisi. *Journal of Travel and Tourism Research*, 15, 69-92.
- Davis, L. L., Fowler, S. A., Best, L. A. ve Both L. E. (2020). The role of body image in the prediction of life satisfaction and flourishing in men and women. *Journal of Happiness Studies*, 21, 505-524.
- Diener, E., Emmons, R. A., Laresen, R. J. ve Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. ve Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276-302.
- Dönmez, M. M. (2007). *Meslek lisesi öğrencilerinin atılganlık düzeylerine göre yaşam doyumunu ve duyguları ifade etme eğilimlerinin karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Erbay Gönenir, L., Akyüz, M., Şahin, İ., Evren, B., Kayaalp, C. ve Karlıdağ, R. (2018). Bariatrik cerrahi aday morbid obezite hastalarının yaşam doyumununun beden algısı ve benlik saygısı ile ilişkisi. *Fırat Tıp Dergisi*, 23(1), 1-5.
- Güneş, İ. (2009). *Medyada yer alan kadın bedeni imgeleri ve kadınlarda beden imgesi hoşnutsuzluğu*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Gür, T. (2020). *Yetişkin kadınlarda öz duyarlılık ile beden algısının duygusal yeme arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression based approach*. New York: Guilford.
- Hovardaoğlu, S. (1993). Vücut algısı ölçeği. *Psikiyatri, Psikoloji, Psikiyatrik Dergisi* 1(1), 26-27.
- Jain, P. ve Tiwari, G. K. (2016). Body image satisfaction and life satisfaction in hiv/aids patients. *The International Journal Of Indian Psychology*, 3(2).
- Karslı, G. H. (2014). *Obez bireylerde beden algısı, benlik saygısı ve yaşam kalitesinin değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kaya Şen, A. (2019). *Genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin beş faktörlü kişilik özellikleri ile beden algısı ve yaşam doyumunu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Keser, İ. (2013). *Atılganlık eğitiminin bedensel engelli ergenlerin beden imajı, benlik saygısı ve kendilerine yönelik tutumları üzerindeki etkinliğinin değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kundakçı, H. A. (2005). *Üniversite öğrencilerinin yeme tutumları, benlik algısı, vücut algısı ve stres belirtileri açısından karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Lounsbury, J. W., Park, S., Sundstrom, E., Williamson, J. M. ve Pemberton, A. E. (2004). Personality, career satisfaction and life satisfaction: test of a directional model. *Journal of Career Assessment*, 12, 395-406.
- Mezarcı, F. K. (2018). *Kadınların spor yapmasında toplumsal beden algısının etkisi: düzce örnekleme*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J. ve Tobin, S. S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16, 134-143.
- Örgün, S. K. (2000). *Anne baba tutumları ile 8. sınıf öğrencilerinin benlik saygıları ile atılganlıkları arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Özkul, R. ve Cömert, M. (2018). Ortaokul öğretmenlerinde yaşam doyum düzeyi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(3).
- Pinho, L. D., Brito, M. F. S. F., Silva, R. R. V., Messias, R. B., Silva, C. S. D. O., Barbosa, D. A. ve Caldeira, A.P. (2019). Perception of body image and nutritional status in adolescents of public schools. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 72, 229-35.
- Purutçuoğlu, E. ve Aksel, C. (2017). Engelli kadınların beden imajı algısı ile yaşam doyumunun belirlenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10.
- Rathus, S. (1973). A-30 Item schedule for assessing assertive behavior. *Behavior Therapy*, 8, 393-397.
- Reed, C. L. ve McIntosh, D. N. (2008). The social dance: On-line body perception in the context of others. In R. L. Klatzky, M. Behrmann, & B. MacWhinney (Eds.), *Embodiment, ego-space, and action*. Hillsdale, NJ: Psychology Press.
- Sarkadioğlu, H. (2016). *Yetişkinlerde vücut algısı ve kendini kabul düzeyi ile yaşam doyumu ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Secord, P.F. ve Jourard, S.M. (1953). The appraisal of body-cathexis: Body-Cathexis And The Self. *J Consult Psychol*, 17, 343-7.
- Uğur, G. (1996). *Üniversite öğrencilerinde atılganlık ile beden algısı ilişkisi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Uras, B. Y. (2004). *Body satisfaction and depression symptoms relationship among university students: the mediator role of self esteem*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Voltan, N. (1980). Rathus atılganlık envanteri geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10, 23-25.
- Williams, S. G., McDermott, R., Fruh, S., Graves, R., Hall, H., Wright, T., ... & Carter, C. (2018). Nursing student satisfaction with daily life: A holistic approach. *Journal of Nursing Education*, 57(12), 751-755.
- Woodrow-Keys, E. (2006). The effects of body image on career decision making self-efficacy and assertiveness in female athletes and non-athletes. (Yüksek lisans tezi). Marshall Üniversitesi, US.

Extended abstract**Introduction**

Perceived body image is a phenomenon that begins to take shape from childhood and constantly develops and changes throughout life. Body image includes all of the people's positive or negative evaluations of their own bodies, as well as their ideas about how attractive they find their self-bodies (Reed and McIntosh, 2008). There are many factors that affect perceived body image. Age, gender, weight, family and environmental pressure, body mass index, and media exposure can be counted as examples of factors that affect people's perceived body image.

Life satisfaction expresses satisfaction with the realization of people's wishes, desires, and needs for life and the comparison of what they currently have with what they want to have in the future (Neugarten et al., 1961). There are many studies showings that body image and life satisfaction are related to each other. While the studies show that being dissatisfied with their existing physical characteristics reduces the life satisfaction of individuals (Purutçuoğlu and Aksel, 2017), there are also studies that found positive relationships between the two (Sarıkadioğlu, 2016). In addition, it can be said that people tend to compare themselves more with other individuals when they are not satisfied with their body image.

Assertiveness, on the other hand, is a concept that includes allowing individuals to act in accordance with the principle of equality in their interpersonal relations, to claim their own wishes, desires, and rights, and to express their feelings, thoughts, and beliefs (Alberti and Emmons, 1995). In a study, it was determined that there is a positive relationship between students' positive body perception and their assertive behavior (Uğur, 1996).

The main purpose of this study is to determine the relationships between body image, life satisfaction, and assertiveness, and also to examine the mediating role of assertiveness in the relationship between body image and life satisfaction. At the same time, it is to determine whether body image, life satisfaction, and assertiveness differ according to sociodemographic variables.

Method

The sample of this study consists of 359 people between the ages of 18-35 (23.88 ± 4.38) living in Istanbul and other provinces. While gathering the data of the study, the Demographic Information Form, Body Perception Scale, The Satisfaction With Life Scale, and Rathus Assertiveness Inventory were used.

Results

When the demographic variables that are related to our main variables are examined; It is seen that body perception changes according to gender. Female participants have a more negative body image than male participants. It was found that life satisfaction scores differed significantly according to the marital status variable. The life satisfaction levels of the married participants that took place in the study are higher than the single participants. When analyzed according to the educational status variable, it was determined that the level of life satisfaction of the participants who graduated with an associate degree was higher than those who graduated from high school with undergraduate degrees.

According to the correlation analysis results, it was determined that there is a positive and significant relationship between body image and life satisfaction. It has been determined that there is a positive and significant relationship between assertiveness, body image, and life satisfaction. It is seen that as the body image scores of the individuals increase, their assertiveness levels increase.

In addition, according to the mediation analysis results, it was revealed that assertiveness had a partial mediator role in the relationship between body image and life satisfaction, and the assertiveness decrease the effect of body image in relationship between body image and life satisfaction.

Discussion

According to correlation results, it can be said that the increase in the body perceptions of the participants also causes an increase in their life satisfaction, and studies in the literature are consistent with this result (Akman, 2019; Sarıkadioğlu, 2016). In a study conducted with obese patients, it was seen that the body image scores and life satisfaction levels of people with obesity were lower than those in the control group (Erbay-Gönenir et al., 2018). When the literature is examined, in a study conducted with 148 athletes, it was determined that there is a positive relationship between body image and assertiveness (Alagül, 2004). Similarly, it was determined that people who have high assertiveness, have high life satisfaction and career satisfaction (Lounsbury et al., 2004). When

the literature was examined, no other study was found in which body image, life satisfaction, and assertiveness were evaluated together. Therefore, in the literature, it was found a study examining of mediator role of assertiveness in the relationship between body image, and life satisfaction.

Conclusion

One of several limitations of this study is that the participants are not proportional in terms of gender. In the study is that 71.3% of the participants were female and 28.7% were male. Another limitation is that the scales used to measure the participants' body perceptions, life satisfaction, and assertiveness levels are based on self-report. Therefore, the scales will likely be manipulated by the participants and filled with a tendency to show themselves well. The most important result of this study contributes positively to understanding the effects of individuals' evaluation of body perceptions and assertiveness levels on life satisfaction.

Yazarların katkı oranı beyanı

Bu makale ilk yazarın yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

Çıkar çatışması

Bu çalışmada yazarlar tarafından herhangi bir çıkar çatışması belirtilmemiştir.

Etik kurul onayı

Bu çalışmanın etik kurul onayı, Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 18 Ekim 2019 tarih ve 19/125 no'lu karar ile alınmıştır. Tüm sorumluluk yazarlara aittir.