

Received/Geliş: 16.10.2017///Accepted/Kabul: 31.10.2017

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN ALGISI VE ATILGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Doç. Dr. Uğur ABAKAY

Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, uabakay@gmail.com

Yrd. Doç. Dr. Fikret ALINCAK

Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, alincakfikret27@gmail.com

Seda AY

Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ayseda@gmail.com

ÖZ

Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin beden algısı ve atılganlık düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan betimsel bir çalışmadır. Araştırmanın örneklem grubunun 2016-2017 eğitim öğretim yılında Gaziantep Üniversitesinde öğrenim gören 18-26 yaş aralığında 251 (150 kadın, 101 erkek) öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada veri toplamak amacıyla Hovardaoğlu (1992) tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılan "Beden Algısı Ölçeği" ile Voltan (1980) tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılan "Rathus Atılganlık Envanteri" kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde SPSS 22.0 programından yararlanılarak t testi, varyans testi ve korelasyon testi kullanılmıştır. Sonuç olarak, araştırma grubunun beden algıları yüksek düzeyde bulunurken, atılganlık puanları orta düzeyde bulunmuştur. Çalışmaya katılan erkeklerin beden algısının kadınlardan daha yüksek olduğu, atılganlık düzeylerinde ise kadınların daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Spor yapma durumu açısından beden algısı ve atılganlık düzeylerinde erkeklerde herhangi farklılık görülmezken, spor yapan kadınların beden algısı puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Düşük gelir durumuna sahip olanların beden algısı puanlarının daha düşük olduğu, kadın ve erkeklerde beden algısı puanlarının arttığı durumlarda atılganlık düzeylerinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Beden Algısı, Atılganlık, Öğrenci

INVESTIGATION OF BODY PERCEPTION AND ASSERTIVENESS LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS

ABSTRACT

This study is a descriptive study aimed at investigating the body perception and assertiveness levels of university students. The sample group of the research sample was 251 students (150 female, 101 male) in the age range of 18-26 years who were studying at Gaziantep University in the academic year of 2016-2017. In order to collect data in the study, "Body Perception Scale" which was adapted by Hovardaoğlu (1989) to Turkish and "Rathus Assertiveness Schedule" which was adapted to Turkish by Voltan (1980) was used. In the analysis of research data, t test, variance test and correlation test were used by using SPSS 22.0 program.

As a result, the body perception of the research group was found at a high level and assertiveness levels were found medium-level. It was determined that the body perception of the men participating in the study were higher than the women and the levels of assertiveness were higher in women. While there was no difference in the level of body perception and assertiveness in terms of the sporting situation, it was determined that the body perception scores of the women performing sports were higher. The lower the level of body perception of those who have low income status and the lower the level of assertiveness when the body perception scores are increased in men and women.

Key words: Body Percetion, Assertiveness, Student

1.GİRİŞ

Beden algısı kişinin kendi bedeninin parçalarına ve onların işlevlerine karşı olumlu ve olumsuz duygularının kendisi tarafından değerlendirilmesi olarak tanımlanmaktadır (Aslan, 2004). Çeşitli disiplinlerde uygulama olanağı bulunduğu aslında bu kavramın farklı tanımları da yapılmıştır. “Kendi bedenimizin zihnimizde biçimlenen ve o beden kendimize görünen biçimini söyleyen resmi” veya “bedenin şekil, ölçü ve biçim gibi karakteristik özelliklerini ve bunlarla ilgili olan duyguları içeren, zihinde var olan bir resim” olarak da tanımlanmıştır (Alagül, 2004). Beden algısı zihnimizde şekillendirdiğimiz bedenimizin kendimize nasıl olduğudur ve benlik saygısı ile yakından ilişkilidir (Sarwer, Wadden ve Foster 1998). Beden algısı, bireyin zihninde canlandırdığı ve bedeninin kendisine nasıl görüldüğüdür. Beden organlarının zihinsel tasarımlarının tümü olan beden algısı, “ben” fikrini oluşturur ve egonun sonraki biçimlenmesinde temel bir önemi vardır (Ziyalar 1983). Beden algısı, çocuğun kendisini kendi olmayanlardan ayırt etmeye başladığı birinci yaştan itibaren ortaya çıkar ve yaşam boyu sürekli gelişerek değişir. Aslında birey fiziksel özelliklerin önemli olduğu görüşü ile çok erken yaşlarda karşılaşmaktadır. Çocuk öykü kitaplarındaki kahramanlar genellikle yakışıklı, güzel ve güçlü kişilerdir. İzlediğimiz filmlerdeki insanlar hep güzel bir fiziğe sahiptir (Tezcan 2009).

Bireyin kendisini ifade edebilme biçimi olarak tanımlanabilen atılganlık, kişinin çevresiyle olan ilişkilerinde en önemli belirleyicilerden birisi olarak kabul edilmektedir (Aydın, 1991). Atılganlık sağlıklı iletişimin temeli olarak kabul edilmekte ve kişinin duygu, düşünce ve isteklerini doğrudan, içtenlikle ve açıkça anlatımını içermektedir. Bireyler arası ilişkilerin ve etkileşimin sağlıklı olabilmesine olanak sağlayan davranış özelliği çoğunlukla atılgan davranıştır (Jakubowski-Spector, 1973) Atılganlık düzeyi kişiden kişiye ve çeşitli mesleklerin özelliklerine göre değişiklik gösterebilir ve sonradan öğrenilir. Çeşitli araştırmalarda (Demirbolat, 1991, Suveren, 1991); spor etkinliklerine katılımının bireylerin beden, ruh ve kişilik yapısını geliştirerek bireylerin atılganlık düzeyleri üzerinde etkili olduğu ileri sürülmüştür. Atılganlık; güvenli girişkenlik, kendine güvenli davranış olarak kavramlaştırılmıştır. Bireyin haklarını korumada, düşüncelerini, duygularını ve inançlarını doğrudan, dürüst, uygun yollarla başkalarının haklarını gözeterek ortaya koyma biçimidir. Atılgan bir kişi etkin bir biçimde dinler, tartışır ve başkalarında, işbirliği içinde olma isteği uyandırır (Sorias 1986, İnceoğlu 1987, Cüceloğlu 1991, Köroğlu 2002). Atılganlık, karşı tarafın ve çevrenin engellemesine rağmen istenen amaca ulaşmaya kadar sürdürülen davranışlar bütünü olarak tanımlanabilir (Dökmen, 1999).

Bu bilgiler ışığında, yapmış olduğumuz bu çalışmada üniversite öğrencilerinin beden algısı ve atılganlık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaç edinilmiştir. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

Üniversite öğrencilerinin beden algısı ve atılganlık düzeylerinin;

1. Cinsiyet değişkeni açısından farklılık var mıdır?
2. Yaş değişkeni açısından farklılık var mıdır?
3. Spor yapma değişkeni açısından farklılık var mıdır?
4. Aile ekonomik durumu açısından farklılık var mıdır?
5. Beden algısı ve atılganlık düzeyi arasındaki ilişki ne düzeydedir?

2.YÖNTEM

Bu araştırma üniversite öğrencilerinin beden algısı ve atılganlık düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan betimsel bir çalışmadır.

Çalışma Grubu

Araştırma Gaziantep Üniversitesinde öğrenim gören öğrenciler üzerinde uygulanmıştır. 2016-2017 eğitim öğretim yılı itibari ile lisans düzeyinde öğrenim gören 18-26 yaş aralığında 251 (150 kadın, 101 erkek) öğrenci bulunmaktadır. Araştırma grubuna ait çalışmada ele alınan kişisel özelliklerle tablo 1 de verilmektedir.

Tablo 1.Araştırma grubunun kişisel özellikleri

	Gruplar	n	%
YAŞ	18 yaş	21	8,4
	19 yaş	56	22,3
	20 yaş	56	22,3
	21 yaş	37	14,7
	22 yaş	25	10,0
	23 yaş	26	10,4
	24 yaş	30	12,0
SPOR YAPMA	Evet	134	53,4
	Hayır	117	46,6
CİNSİYET	Kadın	150	59,8
	Erkek	101	40,2
GELİR	İyi	69	27,5
	Orta	173	68,9
	Kötü	9	3,6

Veri toplama aracı

Araştırma verilerinin elde edilmesinde kullanılan Beden Algısı Ölçeği ise 1953 yılında Secord ve Jourand tarafından geliştirilmiştir. Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları 1992 yılında Hovardaoğlu tarafından yapılmıştır. Ölçek her bir maddesi bir organ veya beden bir bölümü ya da işlevi ile ilgili 40 maddeden oluşmaktadır. Her bir madde için 1’den 5’e kadar değişen puanlar alan ve “Hiç beğenmiyorum”, “Beğenmiyorum”, “Kararsızım”, “Beğeniyorum” ve “Çok beğeniyorum” şeklinde yanıt seçeneği bulunan ölçeğin toplam puanı 40 ile 200 arasında değişmektedir. Ölçeğin kesme puanı 135 olup, 135 altında puana sahip olanlar beden algısı düşük grup olarak tanımlanmıştır.

Verilerin analizi

Araştırmada kullanılan ölçeklerden elde edilen veriler bilgisayar ortamına kodlanıp SPSS 22.0 paket programından yararlanılarak istatistiksel analizler yapılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde t testi, varyans testi ve korelasyon testi kullanılmıştır.

3.BULGULAR

Tablo 1.Araştırma grubunun cinsiyet değişkeni açısından beden algısı ve atılganlık düzeylerinin karşılaştırması

	Gruplar	N	Ortalama	s.s.	t	p
Beden Algısı	Kadın	150	149.86	21.68	-3.662	.000
	Erkek	101	160.74	25.04		

Atılganlık	Kadın	150	90.93	17.49	2.397	.017
	Erkek	101	85.55	17.44		

Tablo 1’de araştırma grubunun beden algısı ve atılganlık düzeylerinin cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırması verilmektedir. Buna göre erkeklerin beden algısı anlamlı bir şekilde yüksek çıkarken, kadınların atılganlık puanları daha yüksek bulunmuştur ($p < 0.05$).

Tablo 2. Araştırma grubunun yaş değişkeni açısından beden algısı ve atılganlık düzeylerinin karşılaştırması

		KT	sd	KO	F	p
Beden Algısı	Gruplar arası	3346,475	6	557,746	,997	,428
	Grup içi	136533,183	244	559,562		
	Toplam	139879,657	250			
Atılganlık	Gruplar arası	3103,659	6	517,277	1,691	,124
	Grup içi	74629,472	244	305,858		
	Toplam	77733,131	250			

Tablo 2’de araştırma grubunun yaş değişkeni açısından, beden algısı ve atılganlık düzeylerinin karşılaştırması verilmektedir. Beden algısı ve atılganlık değişkenleri açısından gruplar arası ve grup içi karşılaştırmalarda herhangi bir anlamlılığa rastlanmamıştır.

Tablo 3. Araştırma grubunun spor yapma değişkeni açısından beden algısı ve atılganlık düzeylerinin karşılaştırması

		Spor Yapma	N	Ortalama	ss	t	p
Erkek	Beden Algısı	Evet	64	163,22	27,61	1.312	.193
		Hayır	37	156,46	19,45		
	Atılganlık	Evet	64	83,38	14,93	-1.521	.134
		Hayır	37	89,30	20,79		
Kadın	Beden Algısı	Evet	70	155,87	18,73	3.279	.001
		Hayır	80	144,60	22,80		
	Atılganlık	Evet	70	88,13	15,35	-1.878	.066
		Hayır	80	93,39	18,92		

Tablo 3’de araştırma grubunun beden algısı ve atılganlık düzeylerinin spor yapma durumları açısından karşılaştırması verilmektedir. Buna göre spor yapan kadınların beden algısı puanları spor yapmayan kadınlara göre anlamlı bir şekilde yüksek çıkarken ($p < 0.05$), erkeklerin beden algısı puanlarında spor yapıp yapmama durumuna göre bir anlamlılığa rastlanmamıştır. Atılganlık puanlarında ise hem erkek hem de kadınlarda spor yapıp yapmama durumuna göre herhangi bir anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p > 0.05$).

Tablo 4. Araştırma grubunun aile ekonomik durumu açısından beden algısı ve atılganlık düzeylerinin karşılaştırması

		KT	sd	KO	F	p	Anlamlı fark
Beden Algısı	Gruplar arası	3437.634	2	1718.817	3.124	.026	1-3 2-3
	Grup İçi	136442.023	248	550.169			
	Toplam	139879.657	250				
Atılganlık	Gruplar arası	741.220	2	370.610	1.194	.305	
	Grup İçi	76991.912	248	310.451			
	Toplam	77733.131	250				

Gruplar; 1. grup İyi, 2. grup Orta, 3. grup Kötü

Tablo 4’de araştırma grubunun beden algısı ve atılganlık düzeylerinin gelir durumu değişkeni açısından karşılaştırması verilmektedir. Buna göre, gelir durumu iyi ve orta

olanların beden algısı puanları ekonomik durumu kötü olarak görenlerden daha yüksek çıkarken atılganlık puanları arasında gruplar arasında herhangi bir anlamlılığa rastlanmamıştır.

Tablo 5. Araştırma grubunun beden algısı ve atılganlık düzeyleri arasındaki ilişki

		Erkek	Kadın
		Atılganlık	
Beden Algısı	r	-.377**	-.301**
	p	.000	.002

Tablo 5’de araştırma grubunun beden algısı ve atılganlık düzeyleri arasındaki ilişki verilmektedir. Buna göre, hem kadınlarda hem de erkeklerde beden algısı ile atılganlık düzeyi arasında negatif yönde zayıf bir ilişki tespit edilmiştir. Dolayısıyla, beden algısı düzeyinin arttığı durumlarda atılganlık düzeyinin azaldığından söz edilebilir.

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilen verilerin tartışmasına yer verilmiştir. Araştırma grubunun cinsiyet değişkeni açısından beden algısı ve atılganlık düzeylerine baktığımızda; erkeklerin beden algısının anlamlı bir biçimde yüksek olduğu görülürken, kadınların ise atılganlık puanlarının erkeklere oranla yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yapılan bir çok çalışmada beden algısının erkekler lehine anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir (Hacıoğlu 2017, Karagöz ve Karagün 2015, Avan 2015, Kalafat ve Kincal 2008, Örsel ve ark. 2004, Phares ve ark., 2004).

Alagül (2004) farklı spor branşlarındaki sporcuların atılganlık ile beden algısı ilişkisi isimli çalışmasında bayan ve erkek sporcularda herhangi bir farklılık bulmamıştır. Ayrıca (Bozkurt, 1990; Tegin, 1990) yapmış olduğu çalışmalarda aynı sonuca ulaştıkları görülmüştür. Araştırma grubunun yaş değişkeni açısından, beden algısı ve atılganlık düzeylerine baktığımızda; kadın ve erkeklerde de beden algısı ve atılganlık değişkenleri açısından gruplar arası ve grup içi karşılaştırmalarda herhangi bir anlamlılığa rastlanılmadığı görülmüştür. Yapılan bazı çalışmalarda da, sporcuların beden algılarının yaş durumlarına göre farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır (Öngören 2015, Ergür 1996, Alagül 2004). Atılganlık düzeyi açısından ise Uğur (1996) ve Kaya (2001) yapmış oldukları çalışmalarda herhangi bir farklılık bulmazken, Alagül (2004) yapmış olduğu çalışmada yaş grupları açısından anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Araştırma grubunun beden algısı ve atılganlık düzeylerinin spor yapma durumları açısından karşılaştırdığımızda; spor yapan kadınların beden algısı puanlarının spor yapmayanlara göre anlamlı bir şekilde yüksek çıktığı tespit edilmiştir. Erkekler de ise beden algısı puanlarında spor yapıp yapmama durumuna göre bir anlamlılığa rastlanılmadığı görülmektedir. Atılganlık puanlarında ise spor yapıp yapmama durumuna göre hem erkek hem de kadınlarda herhangi bir anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Hacıoğlu (2017) yapmış olduğu çalışmasında sporla uğraşan bireylerin beden algılarının anlamlı bir şekilde yüksek olduğunu, sporla uğraşan bireylerin vücutlarında meydana gelen değişiklikler ile kişilerin beden memnuniyetinin artmasına neden olduğuna işaret etmiştir ve sonuçları destekleyen pek çok araştırma olduğunu vurgulamıştır (Aşçı ve ark. 1993; Kök 2005, Hausenblas ve Downs 2001, Hausenblas ve Fallon 2006).

Araştırma grubunun beden algısı ve atılganlık düzeylerine gelir durumu değişkeni açısından baktığımızda; gelir durumu iyi ve orta olanların beden algısı puanlarının ekonomik durumu kötü olarak görenlerden daha yüksek çıktığı tespit edilmiştir. Atılganlık puanları arasında ise gruplar arasında herhangi bir anlamlılığa rastlanılmadığı görülmüştür. Alagül (2004) yapmış olduğu araştırmada ailelerin ekonomik düzeyinin sporcuların atılganlık düzeyi ve beden algılarında herhangi bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Çalışmamızda yer alan örneklem grubu Alagül'ün (2004) örneklem grubundan farklılık arz etmektedir. Ekonomik durumu iyi olan bireylerin giyim, kuşam ve sosyal yaşam etkinlikleri daha iyi olacağı düşüncesinden hareketle beden algılarının da daha yüksek çıkabileceği söylenebilir.

Araştırma grubunun beden algısı ve atılganlık düzeyleri arasındaki ilişkiye baktığımızda; kadınlarda ve erkeklerde beden algısı ile atılganlık düzeyi arasında negatif yönde zayıf bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Buna göre beden algısı düzeyinin arttığı durumlarda atılganlık düzeyinin azaldığını söyleyebiliriz.

Sonuç olarak, araştırma grubunun beden algıları yüksek düzeyde bulunurken, atılganlık puanları orta düzeyde bulunmuştur. Çalışmaya katılan erkeklerin beden algısının kadınlardan daha yüksek olduğu, atılganlık düzeylerinde ise kadınların daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Spor yapma durumu açısından beden algısı ve atılganlık düzeylerinde erkeklerde herhangi farklılık görülmezken, spor yapan kadınların beden algısı puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Düşük gelir durumuna sahip olanların beden algısı puanlarının daha düşük olduğu, kadın ve erkeklerde beden algısı puanlarının arttığı durumlarda atılganlık düzeylerinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır.

5.KAYNAKÇA

- Alagül, Ö. (2004). Farklı spor branşlarındaki sporcuların atılganlık ile beden algısı ilişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Aslan, D. (2004). Beden algısı ile ilgili sorunların yaratabileceği beslenme sorunları. STED; 13(9): 326-329.
- Aşçı, F.H., Gökmen, H., Tiryaki, G., Aşçı, A., & Zorba, E. (1993). Sportif Katılımın Lisesi Erkek Öğrencilerin Beden Bölgelerinden Hoşnut Olma Düzeyleri Üzerine Etkisi, Spor ve Performans Dergisi 4(3): 38-47.
- Aydın, B. (1991). "Cinsiyet ve Cinsiyet Rollerini Açısından Atılganlık Seviyesinin İncelenmesi". M. Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Dergisi. 3: 25-36.
- Bozkurt, A., Çok, F. (1990). "Bir Grup Üniversite Öğrencisinde Atılganlık Düzeyi İle Beden İmajından Sağlanan Doyum Arasındaki İlişki" Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Seminer Psikolojisi Dergisi, 6, 8.
- Cüceloğlu, D. (1991). 'İnsan ve Davranışı'. Remzi Kitapevi, İstanbul.
- Demirbolat, A. (1991). "Sporun Bireysel, Toplumsal ve Siyasal Düzeyde İşlevleri". G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi. Beden Eğitimi ve Spor Özel Sayısı. 7, 1: 145-151.
- Dökmen, Ü. 'Sosyometri ve Psikodrama', Sistem Yayıncılık, 1999. İstanbul.
- Ergür, E. (1996). "Üniversite Öğrencilerinde Beden-Benlik Algısı ile Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki" Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir, 1996.
- Hacıoğlu, M. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Beden İmgesi Hoşnutluğu ve İletişim Becerilerinin İncelenmesi. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi. 2(2):1-16.
- Hausenblas, HA., Downs, D.S. (2001). Comparison Of Body Image Between Athletes And Nonathletes: A Meta-Analytic Review Journal Of Applied Sport Psychology, 13(3): 323-339.

- Hausenblas, H.A., Fallon, E.A. (2006). Exercise and Body İmage: A MetaAnalysis. *Psychology and Health*. 21(1): 33-47.
- Hovardaoğlu, S. (1992). Vücut Algısı Ölçeği. *Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi* (3P). *Testler Özel Eki*. 1(1):26-27.
- İnceoğlu, D. (1987). Bir grup ergende atılganlık düzeyi araştırması, 4.Ulusal Psikoloji Kongresi Özel sayısı, 6(21).
- Jakubowski-Spector, P. (1973). "Facilitating the Growth of Women through Assertiveness Training". *The Counselling Psychologist*. 4: 75-86.
- Kalafat, T., Kıncal, R.Y. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Beden Memnuniyeti İle Sosyal Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi*, 23: 41-47.
- Karagöz, N., Karagün, E. (2015). Profesyonel Sporcuların Beden İmajı Üzerine Betimsel Bir Çalışma, *Sport Sciences, (Nwsasps)*, 10(4):34-43.
- Kaya, Z. (2001). "Meslek Lisesi Öğrencilerinin Atılganlık ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması Üzerine Bir Araştırma" *Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir*, 2001.
- Kök, E. (2005). Üniversite Öğrencilerinde Beden Algısı İle Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, İzmir*.
- Koroğlu, E. (2002). 'Atılganlık Nedir?'; *Güncel Psikoloji Dergisi, HYB yayıncılık, Cilt:3, Sayı:2. Ankara*.
- Öngören, B. (2015). Sosyolojik Açından Sağlıklı Beden İmgesi. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, (34): 25-45.
- Örsel, S., Canpolat, B.I., Akdemir, A., Özbay, H. (2004). Diyet Yapan ve Yapmayan Ergenlerin Kendilik Algısı, Beden İmajı ve Beden Kitle İndeksi Açısından Karşılaştırılması. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 15(1): 5-15.
- Phares, V., Steinberg, A.R., Thompson, K. (2004). Gender difference İn Peer And Parental Influence: Body İmage Disturbance. Self- Worth And Psychological Functioning İn Preadolescent Children. *Journal Of Youth And Adoloscence*. 33(5): 421-429.
- Sarwer, D.B., Wadden, T.A, Foster, GD. (1998). Assesment of body image dissatisfaction of obese women: specificity, severity, and clinical significance. *J Consult and Clin Psych*; 66: 651-4.
- Sorias, O. (1986). Sosyal beceriler ve değerlendirme yöntemleri. *Psikoloji Dergisi, Sayı: 17, Ankara*.
- Suveren, S. (1991). "Sporu Teşvik Eden Ekonomik ve Sosyal Faktörler". *G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi. Beden Eğitimi ve Spor Özel Sayısı*. 7, 1: 191-199.
- Tegin, Buket. "Üniversite Öğrencilerinde Depresif Belirtilerle Atılganlık Düzeyi Arasındaki İlişki". *H.Ü. Edebiyat Fakültesi Dergisi, sayı: 1-2. Ankara: Kasım 1990, ss. 51-63*.
- Tezcan, B. (2009). Obez Bireylerde benlik saygısı, beden algısı ve travmatik geçmiş yaşantılar. *Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi Uzmanlık Tezi*.
- Uğur, G. (1996). "Üniversite Öğrencilerinde Atılganlık ve Beden Algısı İlişkisi" *Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir, 1996*.
- Ziyalar, A. *Beden İmajı Kavramı. Yeni Sempozyum, 1983:1-2;31-37*.