

PAPER DETAILS

TITLE: Sporcularin sosyal görünüş kaygisi ve kilofobi düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi

AUTHORS: Necat TOPRAK,Leyla SARAÇ

PAGES: 111-118

ORIGINAL PDF URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/599174>

SPORCULARIN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI VE KİLOFOBİ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Necat TOPRAK¹, Leyla SARAÇ¹

¹Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Mersin

Geliş Tarihi:06.07.2017

Kabul Tarihi:20.04.2018

SPORMETRE, 2018,16(2),111-118

Öz: Bu çalışmanın amacı kadın ve erkek sporcuların sosyal görünüş kaygıları ile kilolu bireylere yönelik tutumları arasında bir ilişki olup olmadığını incelemektir. Araştırmaya, katılmaya gönüllü olan ve Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ile Antrenörlük Eğitimi bölümlerine girmek amacı ile yapılan özel yetenek sınavına (ÖYS) kayıt yaptıran sporcular katılmıştır. Toplamı 279 olan katılımcıların 108'i kadın 171'i ise erkektir. Kadın katılımcıların yaş ortalaması 19.47 (± 2.26) iken erkek katılımcıların yaş ortalaması 19.60'tır (± 1.98). Araştırmada veri toplamak amacı ile "Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği" (Doğan, 2010) ile "Kilofobi Ölçeği" (Koçak, Saraç, Hürmeriç, 2005) kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgular kadın sporcuların ($M=1.72\pm.62$) sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin erkek sporculardan ($M=2.03\pm.76$) anlamlı derecede düşük olduğunu, $t(277)=-3.52$, $p=.001$; kadın sporcuların ($M=3.94\pm.72$) kilofobi düzeylerinin ise erkek sporculardan ($M=3.51\pm.78$) daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur, $t(277)=4.55$, $p=.001$. Bununla birlikte kadın ve erkek sporcuların sosyal görünüş kaygıları ve kilofobi düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacı ile yapılan analiz sonuçları, kadın katılımcıların sosyal görünüş kaygısı ve kilofobi puanları ($r=-.127$, $n=108$, $p>.05$) ile erkek katılımcıların sosyal görünüş kaygısı ve kilofobi puanları ($r=-.051$, $n=170$, $p>.05$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığını ortaya koymuştur.

Anahtar Kelimeler: Kilofobi, sosyal görünüş kaygısı, sporcu, öğretmen adayı

AN EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ATHLETE'S SOCIAL APPEARANCE ANXIETY AND FATPHOBIA LEVELS

Abstract: The purpose of this study is to examine whether there is a relationship between the social appearance concerns of male and female athletes and their attitudes towards overweight individuals. Athletes who registered with the special ability test (SAT) to join Physical Education and Sports Teaching and Coaching Education departments were volunteered to participate in the research. Among participants with a total of 279, 108 were female and 171 were male. The average age of female participants was 19.47 (± 2.26) while the average age of male participants was 19.60 (± 1.98). To collect data for the study "Social Anxiety Scale" (Doğan, 2010) and "Fatphobia Scale" (Koçak, Saraç, & Hürmeriç, 2005) were used. Findings revealed that the level of social anxiety of female athletes ($M=1.72\pm.62$) was significantly lower than that of male athletes ($M=2.03\pm.76$), $t(277)=4.55$, $p=.001$; female athletes ($M=3.94\pm.72$) of the level of kilophobia was higher than that of male athletes ($M=3.51\pm.78$). However, the results of the analysis with the aim of determining the relationship between male ($r=-.051$, $n=170$, $p>.05$) and female ($r=-.127$, $n=108$, $p>.05$) athletes' social appearance anxiety and the degree of fatphobia showed that social appearance anxiety and kilophobia scores were not statistically significant between genders.

Key Words: Fatphobia, social appearance anxiety, athlete, teacher candidate

GİRİŞ

Sosyal fobi olarak da bilinen sosyal anksiyete bozukluğu, Amerika Psikiyatri Birliği (American Psychiatric Association [APA], 2013) tarafından, sosyal ilişkilerde ve ortamlarda, başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme, utandırılma, küçük düşürülme, reddedilme ya da bireyde korku ve kaygı yaratan anksiyete bozukluğu olarak tanımlanırken; sosyal görünüş kaygısı da, toplumun, genel fiziksel görünüm ve çekicilik konusundaki yargılarının, bireyin sosyal kaygısını arttırmasından yola

çıkılarak, bireyin görünüş açısından başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme, utandırılma, dışlanma vb. korkusu olarak tanımlanmıştır. Bu kaygıya bağlı olarak bireylerin sosyal etkileşime girmekten korkup kaçındıkları, yemek yerken herkesin görmesine olanak veren yerlerden ya da herkesin önünde bir performans sergilemekten rahatsızlık duydukları da belirtilmiştir (Hart, Flora, Palyo, Fresco, Holle ve Heimberg, 2008; APA 2013; Sungur, 1997; Dilbaz, 1997).

Bireylerin vücut şekli de dahil olmak üzere, genel görünüşleri açısından başkaları tarafından olumsuz değerlendirilmeye yönelik yaşadıkları kaygının vücut ağırlığı ve şekli, yeme kaygısı, beden kütle indeksi vb. ile ilişkili olduğu ortaya konmuş ve bu kaygının vücut şekli üzerinde etken olan kilolu olma durumundan kaynaklandığı vurgulanmıştır (Hart ve ark., 2008; Koskina, Van den Eynde, Meisel, Campbell ve Schmidt, 2011). Bu araştırmaları destekler nitelikte Alemdağ, Alemdağ ve Özkara (2016) fiziksel aktiviteye kilo vermek amacı ile katılanların sosyal görünüş kaygılarının fiziksel uygunluk amacı ile katılanlardan daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Futsal sporcu örneklemini ile yaptıkları araştırmada Atasoy, Karabulut ve Yalçınkaya (2016) da kadın ve erkek futsalcıların sosyal görünüş kaygıları arasında fark olmadığını ve kaygı düzeylerinin düşük olduğunu bulmuştur. Benzer biçimde Mülazımoğlu-Ballı, Kirazcı ve Aşçı (2006) sporcu olan ve olmayan bireylerin sosyal fizik kaygı ve beden imgelerinden hoşnut olma düzeylerini incelemiş ve sporcu olmayanlarla karşılaştırıldığında, sporcu olan katılımcıların fiziksel kaygı düzeylerinin daha düşük ve beden imgesinden hoşnut olma durumlarının daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Bir başka araştırmada Mülazımoğlu-Ballı, Koca ve Aşçı (2010) yarışma sporcuları, egzersiz yapanlar ve egzersiz yapmayan grupların fiziksel kaygı düzeylerini belirlemek üzere yaptığı araştırmada, yarışma sporcuları ve egzersiz yapanların kaygı düzeyinin daha düşük seviyede olduğunu bulmuştur. Yapılan bir diğer araştırmada, spor ile ilgili hizmet sunan bir kamu kurumunda görevli olan ve spor yapan personelin de sosyal görünüş kaygısı düzeyi, spor yapmayan personele kıyasla daha düşük çıkmıştır (Yazıcı, Çağdaş ve Tunçkol, 2016). Bu bulgulardan fiziksel aktivite ya da spora katılımın, sahip olunan fiziksel kapasiteye bağlı olarak, sporcuların vücutlarına duydukları saygı ile güvenin artmasına ve vücutlarından memnuniyet duymalarına neden olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır (Varnes, Stelfox, Janelle, Dorman, Dodd ve Miller, 2013; Altıntaş ve Aşçı, 2005). Ancak bu bulgulara paralel olmayan çalışmaların birinde Pekdağ ve Coşkun (2010), üniversitede dans aktivitelerine katılan öğrenciler üzerinde yaptıkları araştırmada, kadın dansçıların erkeklere kıyasla sosyal fizik kaygı düzeylerinin yüksek olduğunu bulmuştur. Bireylerin fiziksel görünüşlerinden memnuniyet düzeyi ile ilişkili önemli bir faktör de kilolu olma durumudur. Yapılan araştırmalar, özellikle kadınlarda bedenlerinden memnuniyetsizlik durumunun ve ince olma isteğinin egzersiz ve spor yapanların bedenlerinden memnuniyetsizlikleri ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Krane, Waldron, Stiles-Shiple ve Michalenok, 2001). Krane ve ark. (2001) kadınların bedenlerini, gerçekçi olmayan ve kültürel olarak ideal sayılan beden biçimleri ile karşılaştırdıklarını ortaya koymuş; araştırmasındaki sporcu kadın katılımcıların atletik vücutları ile gurur duyduklarını ancak memnuniyetsizlik durumlarının süreklilik gösterdiğini de belirtmiştir.

Kilofobi, kilolu bireylere yönelik olumsuz tutum ve kilolu bireylerle ilgili basmakalıp yargılara sahip olma durumu olarak tanımlanmıştır (Robinson, Bacon ve O'Reilly, 1993). Toplumun her kesiminde kilofobik tutum ve davranışlar pek çok araştırma ile de

ortaya konmuştur (Bacon, Scheltema ve Robinson, 2001). Kilofobi, spor dünyasını da etkisi altına almıştır (Beals, 2004). Kilolu olanların atletik becerileri sergileyemeyeceği gibi bir genelleme yoluna gidildiği gözlenmiş, atletik olma ya da olmama durumu da vücut ölçüleri ile değerlendirilerek beden eğitimi ve spor alanında “kilolu” gençler atletik olmadıkları gerekçesi ile dışlanmış, ayrımcılığa maruz bırakılmışlardır (Sykes, 2010). “Fiziksel incelik” üzerine yüklenen önemin büyüklüğü ve kilonun çeşitli hastalıklara yol açtığı mesajı tüm bireyler gibi özellikle kadın sporcuları da etkilemiş ve sporcularda kilofobiye yol açmıştır. Bu durum da sporcuların kilo önleyici yiyecek alımında aşırıya kaçmaları ve sağlık sorunları ile karşılaşmaları ile sonuçlanmıştır (Drinkwater, Loucks, Sherman, Sundgot-Borgen, ve Thompson, 2005). Yapılan araştırmalarda, doğrudan ya da dolaylı olarak spor dünyası tarafından kabul edilen atletik becerilerin dayatılması ve kilonun da bu dayatılan atletik becerilere sahip olunmasına yönelik tehditlerden biri olarak algılanmasına yol açtığı görülmektedir (Sykes, 2010).

Kilofobik ve sosyal görünüş kaygısı olan spor bilimci, kilolu öğrenci ya da sporcu adaylarının kendilerini yemek yeme ya da spor yapma konusunda kontrol edemeyen, kötü seçimler yapan ve bunlara bağlı olarak kilolu olma durumunu hak eden bireyler olduğunu düşünebilir; diğer yandan atletik ya da ince bireylerin bu duruma erişmek için sıkı çalıştıklarını, kendilerini kontrol etme konusunda başarılı olduklarını ve ödülü hak ettiklerini düşünerek bunu olumsuz tutum ve davranış olarak öğrenci ya da sporcularına yansıtabilir (Hare, Price, Flynn ve King, 2000). Bu bilgilerden yola çıkılarak bu çalışmada kadın ve erkek sporcuların kilolu bireylere yönelik tutumlarının ve sosyal görünüşlerine yönelik kaygının ortaya konularak tutum ve kaygı arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

MATERYAL VE METOD

Bu araştırmaya Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Özel Yetenek Sınavı’na başvuru yapan ve çeşitli branşlarda lisans beyan etmiş olan 108 kadın ve 171 erkek olmak üzere 279 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların yaş aralığı 18-33 ($\bar{X}_{kadın}=19.47\pm2.26$; $\bar{X}_{erkek}=19.60\pm1.98$) arasında değişmektedir. Verilerin toplanmasında orijinali Hart ve ark.’ları (2008) tarafından bireylerin, vücut şekilleri de dahil olmak üzere, genel görünüşleriyle ilgili olarak başkaları tarafından olumsuz değerlendirilmeye yönelik yaşadıkları kaygıyı ölçmek amacı ile geliştirilen ve Türk popülasyonuna Doğan (2010) tarafından çevrilen Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ) ile Bacon ve ark.’ları (2001) tarafından kilolu bireylere yönelik olumsuz tutum ve kalıpyargıları ölçmek için geliştirilen, Koçak ve ark.’ları (2005) tarafından Türkçeye çevrilen Kilofobi Ölçeği (KFÖ) kullanılmıştır. SGKÖ 5’li Likert tipinde hazırlanmış (1= Hiç uygun değil, 5= Tamamen uygun) olup tek boyutludur. Ölçek 16 sorudan oluşmakta ve ölçeğin yalnızca 1. maddesi tersten kodlanmaktadır. Ölçeğin hesaplanmasında 16 maddeye verilen puanlar toplanarak madde sayısına bölünmektedir. Katılımcılar 1-5 arasında bir puan elde etmekte ve yüksek puanlar bireyin sosyal görünüş kaygısının yüksek, düşük puanlar ise düşük olduğunu göstermektedir. Orijinal SGKÖ’nin iç tutarlık katsayısı .94, Türkçe versiyonunun .93 olarak rapor edilmiş olup bu çalışmada elde edilen değer ise .91 olarak bulunmuştur. KFÖ kilolu bireyleri niteleyen biri olumlu diğeri olumsuz olmak üzere 14 çift sıfattan oluşmakta ve katılımcılar bu sıfatların kilolu bireyleri sıfatları niteleme derecesine göre 1-5 arasında puanlamaktadır. KFÖ’nün puanlaması 14 maddeden elde edilen toplam puanın madde sayısına bölünmesi yolu ile

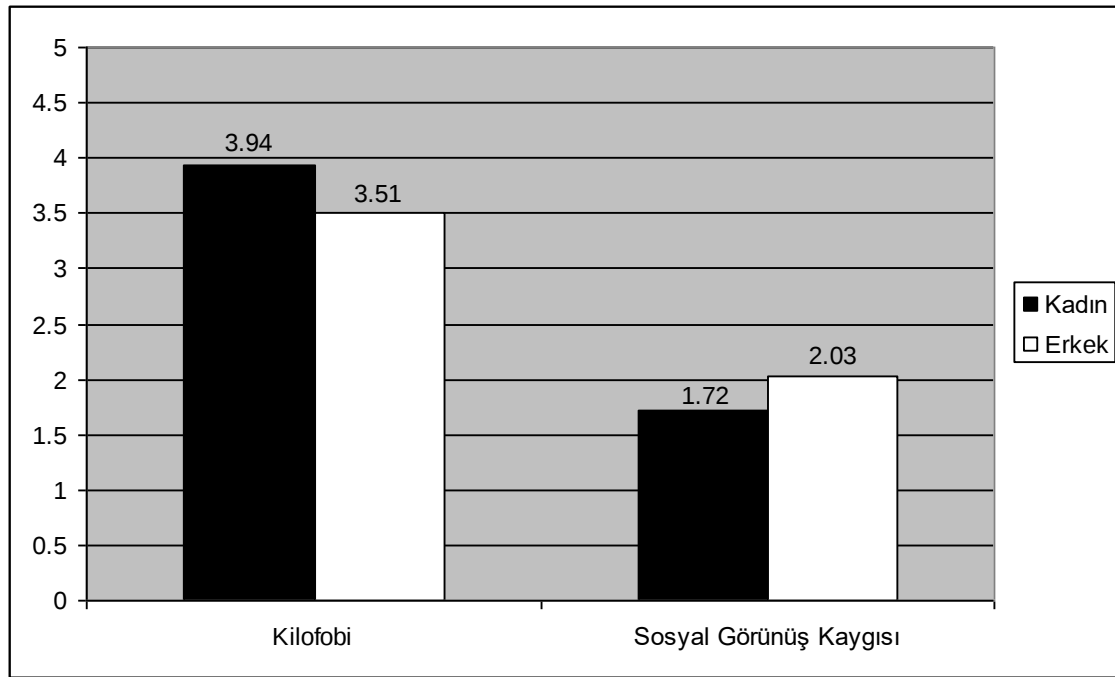
hesaplanmaktadır. 1-5 arasında elde edilen yüksek puanlar bireylerin daha fazla kilofobik düşük puanlar ise daha az kilofobik olduğunu göstermektedir. Orjinal ölçeğin iç tutarlık katsayısı .91, bu çalışmadaki katsayı ise .83 olarak bulunmuştur. Araştırmada veri toplanması öncesinde, adayların sınava giriş için başvurduğu kurumdan izin alınmış, adaylar araştırma ile ilgili bilgilendirilmiş ve araştırmaya yalnızca katılmaya gönüllü olanlara ölçekler verilmiştir. Araştırmada kadın ve erkek sporcuların sosyal görünüş kaygıları ve kilofobi düzeyleri arasında fark olup olmadığının incelenmesi amacı ile bağımsız *t*-testi, sosyal görünüş kaygıları ve kilofobi düzeyleri arasında bir ilişki olup olmadığının belirlenmesi için de Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır. Verilerin analizi IBM SPSS 20.0 istatistik paket programı aracılığı ile yapılmıştır.

BULGULAR

Bu araştırmada kadın ve erkek sporcuların sosyal görünüş kaygıları ve kilofobi düzeyleri arasında bir fark olup olmadığının incelenerek, aralarındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Yapılan *t*-testi analizi sonucunda ortaya çıkan araştırma bulguları, kadın ve erkek sporcuların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğunu ve kadın sporcuların puanlarının ($\bar{x}$ = 1.72, SS = .62) erkek sporculardan daha düşük olduğunu ($\bar{x}$ = 2.03, SS = .76) göstermiştir, $t_{(276)} = -3.52$, $p < .01$ (Tablo 1). Benzer şekilde araştırma bulguları kadın ve erkek sporcuların kilofobi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğunu ve kadın sporcuların kilofobi düzeylerinin ($\bar{x}$ = 3.94, SS = .72) erkek sporculardan daha yüksek olduğunu ($\bar{x}$ = 3.51, SS = .78) ortaya koymuştur, $t_{(277)} = 4.55$, $p < .001$ (Şekil 1).

Tablo 1. Kadın ve erkek sporcuların kilofobi ve sosyal görünüş kaygısı puanlarının karşılaştırılması

	Cinsiyet	Sayı	Ort.	SS	<i>t</i>	<i>p</i>
Sosyal Görünüş Kaygısı Puanı	Kadın	108	1.72	.62	-3.52	.001
	Erkek	170	2.03	.76		
Kilofobi puanı	Kadın	108	3.94	.72	4.55	.001
	Erkek	171	3.51	.78		



Şekil 1. Katılımcıların kilofobi ve sosyal görünüş kaygısı puanları

Araştırmaya katılan kadın ve erkek sporcuların kilofobi düzeyleri ve sosyal görünüş kaygıları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacı ile uygulanan Pearson Korelasyon katsayısı analiz sonuçlarına bakıldığında, kadın sporcuların kilofobi ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri arasında [$r = -.13$, $n = 108$, $p > .05$] ve erkek sporcuların kilofobi ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri arasında [$r = -.05$, $n = 171$, $p > .05$] istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür (Tablo 2).

Tablo 2. Kadın ve erkek sporcuların kilofobi ve sosyal görünüş kaygısı puanları arasındaki Pearson korelasyon bulguları

Cinsiyet		
	Kadın (n=108)	Erkek (n= 170)
Kilofobi puanı	Sosyal Görünüş Kaygısı Puanı -.127	Sosyal Görünüş Kaygısı Puanı -.051

TARTIŞMA VE SONUÇ

Kadın ve erkek sporcuların sosyal görünüş kaygıları ve kilofobi düzeylerini belirlemeyi ve iki değişken arasında bir ilişki olup olmadığını ortaya koymayı amaçlayan bu araştırma bulguları, hem kadın hem erkek sporcuların sosyal görünüş kaygısı ortalama puanlarının düşük olduğunu; ayrıca kadın sporcuların sosyal görünüş kaygılarının erkeklere oranla daha düşük olduğunu ortaya koymuştur. Bu durumun sporcu olan kadın ve erkek katılımcıların fiziksel özelliklerine bağlı olarak uygun bir görünüme sahip olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir (Küçük ve Koç, 2004). Ayrıca sporun

kişilik gelişimi üzerindeki olumlu etkileri çeşitli araştırmalarla ortaya konmuş, spor yapan bireylerin spor yapmayan bireylerle kıyaslandığında daha az kaygılı, daha fazla dışa dönük, özgüven düzeyi yüksek olduğu vurgulanmıştır (Saygılı, Atay, Eraslan ve Hekim, 2015; Tazegül, 2014). Bununla birlikte beden kütle indeksi ve fiziksel görünüşün ilişkisini ortaya koyan Titchener ve Wong (2015), beden kütle indeksi arttıkça, bireylerin bedenlerine yönelik kaygılarının da arttığını vurgulamıştır. Beden eğitimi ve spor alanında eğitim görmek üzere aday olan ve fiziksel özelliklerinin ön plana çıkacağı bir yetenek sınavına girecek olan bu araştırmanın katılımcılarının da sosyal görünüş kaygılarının düşük düzeyde olması beklenen bir bulgudur. Beden eğitimi öğretmenleri ile yaptıkları araştırmada da Yılmaz, Bektaş ve Beyazoglu (2013) da, öğretmenlerin sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin orta seviyede olduğunu ve bu durumun yaş değişkeninden etkilendiğini rapor etmiştir. Araştırma bulgularının aksine Atasoy ve ark.'ları (2016) kadın sporcuların sosyal görünüş kaygılarının erkeklerden daha yüksek olduğunu futsal oyuncuları ile yaptıkları araştırmada bulmuştur. Alemdağ ve ark.'ları (2016) ise kadın ve erkek fitness salonu üyelerinin sosyal görünüş kaygısı düzeyleri arasında fark olmadığını rapor etmiştir. Erkeklerin sosyal görünüş kaygısının yüksek olmasının nedeninin, kadınların ince olma çabasının aksine, erkeksi (kaslı/maskülen) özellikleri taşıma çabasından kaynaklandığı düşünülmektedir (Hart ve ark., 2008).

Araştırma bulguları kadın ve erkek sporcuların orta düzeyin üzerinde kilofobik olduğunu ortaya koymuştur ve bu bulgular yapılan ulusal ve uluslararası araştırma bulguları ile paralellik göstermektedir (Yılmaz ve Dinç, 2010; Sarıkaya, Öztürk, Afyon ve Türegün, 2013; Robertson ve Vohora, 2008). Beden eğitimi öğretmenliği ya da antrenörlük mesleğinin fiziksel beceri gerektirmesi ve fiziksel beceriyi engelleyen önemli tehditlerden birinin de kilo olarak empoze edilmiş olmasının bu bulguya neden olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte, beden eğitimi öğretmeni ya da antrenörlerin bedenlerini aktif olarak kullanarak mesleklerini icra etmeleri, bedeninin etkili kullanımına yönelik eğitim vermeleri ve çoğunlukla rol model olarak dikkate alınmaları da onların kilofobik olmalarına yol açmış olabilir. Kadın sporcuların kilofobi düzeylerinin erkeklere oranla daha yüksek olması Yılmaz ve Dinç (2010) ile Sarıkaya ve ark.'ları'nın (2013) BESYO öğrencilerinin, Robertson ve Vohora'nın (2008) fitness danışmanlarının kilolu bireylere yönelik olumsuz tutum düzeylerini inceledikleri ve kadın ile erkek öğrenciler arasında fark bulamadıkları araştırma bulguları ile paralellik göstermemektedir. Erkek spor bilimcilerin kadın spor bilimcilerden daha kilofobik olduklarını ortaya koyan araştırmalar da mevcuttur (Langdon, Rukavina ve Greenleaf, 2016). Ancak ideal vücut kapsamında toplum tarafından empoze edilmeye çalışılan ultra/aşırı incelik mesajlarının erkeklerden çok kadınların kilofobik olmalarına yol açtığı da araştırmalarla ortaya konmuş (Rauscher ve Cooky, 2016), vücut oranlarından memnun olmayan, diyet yapmak isteyen ve daha ince olmak isteyen kız çocuklarının yaşlarının da 5-6'ya kadar düştüğü rapor edilmiştir (Teachman ve Brownell, 2001; Lowes ve Tiggemann, 2003). Bu araştırmada ortaya çıkan kadın sporcuların daha kilofobik olma durumlarının da bu mesajlardan etkilenme nedeni ile olduğu düşünülmektedir.

Sonuç olarak bu çalışmada, araştırmaya katılan kadın sporcuların sosyal görünüş kaygılarının erkek sporcularla kıyaslandığında daha düşük, kilofobi düzeylerinin ise daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırma bulguları, bu cinsiyet farklılığı yanında,

kadın ve erkek sporcuların sosyal görünüş kaygısı ve kilofobi düzeyleri arasında bir ilişki olmadığını da ortaya koymuştur.

ÖNERİLER

Spor alanında gerek öğretmen gerekse antrenör olarak yer alacak bireylerin kilolu bireylere yönelik olumsuz tutumlarını ya da sosyal görünüşlerine yönelik kaygıyı öğrenci ve sporculara davranış olarak yansıtmalarına neden olabileceğinden bu tutum ve davranışların ortadan kaldırılmasına faydalı olacak konular kurslarda ya da eğitim programlarında yer alabilir. Ayrıca, toplum tarafından empoze edilen “ince kadın-kaslı erkek” özelliklerinin bu işin eğitimi verecek uzmanlar tarafından da içselleştirilerek iş yaşamlarına yansıtmamaları için gerekli önlemlerin alınması önemlidir.

KAYNAKLAR

1. American Psychiatric Association [APA] (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5*. Washington, D.C: American Psychiatric Association.
2. Alemdağ, S., Alemdağ, C., & Özkara, A. B. (2016). Social appearance anxiety of fitness participants. *Baltic Journal of Sport & Health Sciences*, 3(102), 2-7.
3. Altıntaş, A., & Aşçı, F. H. (2005). Fitnes uzmanlarının bedenlerine yönelik algıları. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 101-104.
4. Atasoy, M., Karabulut, E. O., & Yalçinkaya, A. (2016). Study on fear of negative evaluation, and social appearance anxiety of university students engaged in futsal. *Journal of Physical Education and Sport Management*, 7(7), 50-55.
5. Bacon, J. G., Scheltema, K. E., & Robinson, B. E. (2001). Fat phobia scale revisited: The short form. *International Journal of Obesity*, 25(2), 252-257.
6. Beals, K. A. (2004). *Disordered eating among athletes: A comprehensive guide for health professionals*. Champaign, IL: Human Kinetics.
7. Dilbaz, N. (1997). Sosyal fobi. *Psikiyatri Dünyası*, 1(1), 18-24.
8. Doğan, T. (2010). Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nin (SGKÖ) Türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39, 151-159.
9. Drinkwater, B. L., Loucks, A., Sherman, R. T., Sundgot-Borgen, J., & Thompson, R. A. (2005). IOC Medical Commission Position Stand on The Female Athlete Triad. *IOC Medical Commission Working Group Women in Sport*, 29(3), 191-201.
10. Hare, S. W., Price, J. H., Flynn, M. G., & King, K. A. (2000). Attitudes and perceptions of fitness professionals regarding obesity. *Journal of Community Health*, 25(1), 5-21.
11. Hart, T. A., Flora, D. B., Palyo, S. A., Fresco, D. M., Holle, C., & Heimberg, R. G. (2008). Development and examination of the social appearance anxiety scale. *Assessment*, 15(1), 48-59.
12. Koçak, S., Saraç, L., & Hurmeriç, I. (2005). Determining the relationships among body mass index, body composition and attitudes toward fat people. In *The ICHPER-SD Anniversary World Congress*, İstanbul.
13. Koskina, A., Van den Eynde, F., Meisel, S., Campbell, I. C., & Schmidt, U. (2011). Social appearance anxiety and bulimia nervosa. *Eating and Weight Disorders: EWD*, 16(2), e142-145.
14. Krane, V., Waldron, J., Stiles-Shipley, J. A., & Michalenok, J. (2001). Relationships among body satisfaction, social physique anxiety, and eating behaviors in female athletes and exercisers. *Journal of Sport Behavior*, 24(3), 247-264.
15. Küçük, V., & Koç, H. (2004). Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10, 131-141.
16. Langdon, J., Rukavina, P., & Greenleaf, C. (2016). Predictors of obesity bias among exercise science students. *Advances in Physiology Education*, 40(2), 157-164.
17. Lowes, J., & Tiggemann, M. (2003). Body dissatisfaction, dieting awareness and the impact of parental influence in young children. *British Journal of Health Psychology*, 8(2), 135-147.
18. Mülazımoğlu-Ballı, Ö., Koca, C., & Aşçı, F. (2010). An examination of social physique anxiety with regard to sex and level of sport involvement. *Journal of Human Kinetics*, 26, 115-122.
19. Mülazımoğlu-Ballı, Ö., Kirazcı, S., & Aşçı, F. H. (2006). Sporcu ve sporcu olmayan bayanların sosyal fizik kaygı ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(1), 9-16.

20. Pekdağ, F., & Coşkun, F. (2010). Üniversiteli dansçıların sosyal fizik kaygı ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 1(2), 17-24.
21. Rauscher, L., & Cooky, C. (2016). Ready for anything the world gives her?: A critical look at sports-based positive youth development for girls. *Sex Roles*, 74(7-8), 288-298.
22. Robertson, N., & Vohora, R. (2008). Fitness vs. fatness: Implicit bias towards obesity among fitness professionals and regular exercisers. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(4), 547-557.
23. Robinson B. E., Bacon J. G., O'Reilly J. (1993). Fat phobia: Measuring, understanding, and changing anti-fat attitudes. *International Journal of Eating Disorders*, 14(4), 467-480.
24. Sarıkaya, R., Oztürk, H., Afyon, Y. A., & Türegün, E. (2013). Examining university students' attitudes towards fat phobia. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 15(2), 70-74.
25. Saygılı, G., Atay, E., Eraslan, M., & Hekim, M. (2015). Düzenli olarak spor yapan ve yapmayan öğrencilerin kişilik özellikleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(1), 161-170.
26. Sungur, M. Z. (1997). Fobik bozukluklar. *Psikiyatri Dünyası*, 1(1), 5-11.
27. Sykes, H. (2010). Looking back, looking sideways: Adult perspectives about student experiences of queerness in Canadian PE. In A. MacPhail & M. O'Sullivan (Eds.), *Young People's Voices in Physical Education and Sport*, (pp. 123-141). London, UK: Routledge.
28. Teachman, B. A., & Brownell, K. D. (2001). Implicit anti-fat bias among health professionals: is anyone immune? *International Journal of Obesity & Related Metabolic Disorders*, 25(10), 1525-1531.
29. Tazegül, Ü. (2014). Sporun kişilik üzerindeki etkisinin araştırılması. *International Journal of Social Science*, 25, 537-544.
30. Titchener, K., & Wong, Q. J. (2015). A weighty issue: Explaining the association between body mass index and appearance-based social anxiety. *Eating Behaviors*, 16, 13-16.
31. Varnes, J. R., Stellefson, M. L., Janelle, C. M., Dorman, S. M., Dodd, V., & Miller, M. D. (2013). A systematic review of studies comparing body image concerns among female college athletes and non-athletes, 1997–2012. *Body Image*, 10(4), 421-432.
32. Yazıcı, Ö. F., Çağdaş, C. A. Z., & Tunçkol, H. M. (2016). Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü'nde görev yapan personelin sosyal görünüş kaygısı. *Uluslararası Spor, Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi*, 2(2), 60-65.
33. Yılmaz, I., Bektas, F., & Beyazoglu, G. (2013). Evaluating the relationship between physical education teachers' social physique anxiety levels and job satisfaction. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 15(2), 45-50.
34. Yılmaz, C. Y., & Dinç, Z. F. (2010). Beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören genç kadın ve erkek öğrencilerin kilofobi düzeylerinin karşılaştırılması. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8-1, 29-34.