



AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



Sercan TEPEGÖZ

SPOR MERKEZLERİNDEKİ EGZERSİZ KATILIMCILARININ KASLILIK DÜRTÜSÜ  
VE GÖRÜNÜME YÖNELİK SOSYOKÜLTÜREL TUTUMLAR ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı  
Yüksek Lisans Tezi

Antalya, 2023



AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



Sercan TEPEGÖZ

SPOR MERKEZLERİNDEKİ EGZERSİZ KATILIMCILARININ KASLILIK DÜRTÜSÜ  
VE GÖRÜNÜME YÖNELİK SOSYOKÜLTÜREL TUTUMLAR ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Danışman

Prof. Dr. Hasan ŞAHAN

Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

Antalya, 2023

**Akdeniz Üniversitesi**  
**Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne,**

Sercan TEPEGÖZ'ün bu çalışması, jürimiz tarafından Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan : Doç. Dr. Mehmet Emre ERYÜCEL

Üye (Danışmanı) : Prof. Dr. Hasan ŞAHAN

Üye : Dr. Öğr. Üyesi. Ahmet ŞAHİN

Tez Başlığı:

Spor Merkezlerindeki Egzersiz Katılımcılarının Kaslılık Dürtüsü ve  
Görünüme Yönelik Sosyokültürel Tutumlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Tez Savunma Tarihi : 10/02/2023

Mezuniyet Tarihi : 16/03/2023

## AKADEMİK BEYAN

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Spor Merkezlerindeki Egzersiz Katılımcılarının Kaslılık Dürtüsü ve Görünüme Yönelik Sosyokültürel Tutumlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı bu çalışmanın, akademik kural ve etik değerlere uygun bir biçimde tarafımda yazıldığını, yararlandığım bütün eserlerin kaynakçada gösterildiğini ve çalışma içerisinde bu eserlere atıf yapıldığını belirtir; bunu şerefimle doğrularım.

İmza

**Sercan TEPEGÖZ**



AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU BEYAN BELGESİ

Öğrenci Bilgileri	
Adı-Soyadı	Sercan TEPEGÖZ
Öğrenci Numarası	20185233008
Anabilim Dalı	Spor Yöneticiliği
Programı	Tezli Yüksek Lisans
Danışman Öğretim Üyesi Bilgileri	
Unvanı, Adı-Soyadı	Prof. Dr. Hasan ŞAHAN
Yüksek Lisans Tez Başlığı	Spor Merkezlerindeki Egzersiz Katılımcılarının Kaslılık Dürtüsü ve Görünüme Yönelik Sosyokültürel Tutumlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi
Turnitin Bilgileri	
Ödev Numarası	2030164873
Rapor Tarihi	06.03.2023
Benzerlik Oranı	Alıntılar hariç: %6 Alıntılar dahil: %30
<b>SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE,</b>	
<p>Yukarıda bilgileri bulunan öğrenciye ait tez çalışmasının a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana Bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 73 sayfalık kısmına ilişkin olarak Turnitin adlı intihal tespit programından Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esaslarında belirlenen filtrelemeler uygulanarak yukarıdaki detayları verilen ve ekte sunulan rapor alınmıştır.</p> <p>Danışman tarafından uygun olan seçenek işaretlenmelidir: ( X ) Benzerlik oranları belirlenen limitleri aşmıyor ise: Yukarıda yer alan beyanın ve ekte sunulan Tez Çalışması Orijinallik Raporunun doğruluğunu onaylarım. ( ) Benzerlik oranları belirlenen limitleri aşıyor, ancak tez/dönem projesi danışmanı intihal yapılmadığı kanısında ise: Yukarıda yer alan beyanın ve ekte sunulan Tez Çalışması Orijinallik Raporunun doğruluğunu onaylar ve Uygulama Esaslarında öngörülen yüzdeleri aşılmasına karşın, aşağıda belirtilen gerekçe ile intihal yapılmadığı kanısında olduğumu beyan ederim.</p>	
<b>Gerekçe:</b>	
Benzerlik taraması yukarıda verilen ölçütlere uygun olarak tarafımda yapılmıştır. İlgili tezin orijinallik raporunun uygun olduğunu beyan ederim.	
<b>Prof. Dr. Hasan ŞAHAN</b>	
İmza	

## İÇİNDEKİLER

TABLolar LİSTESİ .....	iii
ÖZET .....	iv
SUMMARY.....	v
KISALTMALAR LİSTESİ .....	vi
ÖNSÖZ .....	vii
TEŞEKKÜR.....	viii

### BİRİNCİ BÖLÜM

#### FİZİKSEL AKTİVİTE VE EGZERSİZ, KASLILIK DÜRTÜSÜ, SOSYOKÜLTÜREL TUTUMLAR

1.1. Fiziksel Aktivite ve Egzersiz.....	2
1.2. Kaslılık Dürtüsü .....	3
1.3. Sosyokültürel Tutumlar.....	4
1.4. Sosyal Görünüş Kaygısı .....	4
1.5. Beden İmajı .....	5
1.6. Benlik Saygısı .....	6
1.7. Beden İmajı Teorileri .....	6
1.7.1. Sosyal Öğrenme Teorisi .....	6
1.7.2. Yetiştirme Teorisi.....	6
1.7.3. Sosyal Karşılaştırma Teorisi.....	7
1.7.4. Kendi Kendine Tutarsızlık Teorisi .....	8
1.8. Sosyokültürel Faktörlerin Beden İmajı Üzerindeki Etkisi .....	8
1.8.1. Medyanın Etkileri.....	9
1.8.2. Akranların Etkisi .....	9
1.8.3. Aile Etkisi.....	10

### İKİNCİ BÖLÜM

#### GEREÇ VE YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Amacı .....	12
2.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi .....	12
2.3. Veri Toplama Araçları .....	12
2.3.1. Kişisel Bilgiler Formu .....	12
2.3.2. Kaslılık Dürtüsü Ölçeği (Drive for Muscularity Scale) .....	13
2.3.3. Görünüme Yönelik Sosyokültürel Tutumlar Ölçeği .....	13
2.4. İstatistiksel Analiz.....	13

### ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

#### BULGULAR

SONUÇ .....	49
ÖNERİLER.....	53

<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>54</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>62</b>
<b>EK 1.KİŞİSEL BİLGİLER FORMU.....</b>	<b>62</b>
<b>EK 2.GÖRÜNÜME YÖNELİK SOSYOKÜLTÜREL TUTUMLAR ÖLÇEĞİ.....</b>	<b>63</b>
<b>EK 3.KASLILIK DÜRTÜSÜ ÖLÇEĞİ.....</b>	<b>64</b>
<b>ÖLÇEK İZİNLERİ.....</b>	<b>65</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>66</b>

## TABLOLAR LİSTESİ

<b>Tablo 3.1:</b> Yaş Değişkenine göre kaslılık dürtüsü ve görünüme yönelik sosyokültürel tutumlara ilişkin Anova ve Kruskal Wallis Analizleri .....	15
<b>Tablo 3.2:</b> VKİ grup değişkenine göre kaslılık dürtüsü ve görünüme yönelik sosyokültürel tutumlara ilişkin T Testi ve Man Whitney U Analizleri.....	17
<b>Tablo 3.3:</b> Cinsiyet değişkenine göre kaslılık dürtüsü ve görünüme yönelik sosyokültürel tutumlara ilişkin T Testi ve Man Whitney U Analizleri.....	20
<b>Tablo 3.4:</b> Eğitim durumu değişkenine göre kaslılık dürtüsü ve görünüme yönelik sosyokültürel tutumlara ilişkin Kruskal Wallis, Welch ve Anova Analizleri .....	22
<b>Tablo 3.5:</b> Gelir durumu değişkenine göre kaslılık dürtüsü ve görünüme yönelik sosyokültürel tutumlara ilişkin Kruskal Wallis, Welch ve Anova Analizleri .....	24
<b>Tablo 3.6:</b> Günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkenine göre kaslılık dürtüsü ve görünüme yönelik sosyokültürel tutumlara ilişkin Kruskal Wallis, Anova ve Welch Analizleri .....	27
<b>Tablo 3.7:</b> Görünüme Yönelik Sosyokültürel Tutumlar ve Kaslılık Dürtüsü Korelasyon Testi .....	31



## ÖZET

Bu araştırma, Spor Merkezlerinde Egzersiz yapan bireylerin Kaslılık Dürtüsü İle Görünüme Yönelik Sosyokültürel Tutumlar Arasındaki İlişkinin incelenmesi amacıyla ele alınmıştır. Verileri toplamada 3 bölümden yararlanılarak anket formu oluşturulmuştur. Veri toplama aracı olarak 3 bölümden oluşan bir anket formu kullanılacaktır. Anket formunun birinci bölümünde demografik bulgulara ilişkin sorular, ikinci bölümde ise McCreary ve Sasse (2000) tarafından geliştirilen Kaslılık Dürtüsü Ölçeği kullanılacaktır. Kaslı olmaya yönelik arzuyu ölçme konusunda yaygın olarak kullanılan ölçeklerden biridir. Söz konusu ölçek, 197 ergen katılımcının yer aldığı bir araştırmada geliştirilmiş ve ilgili çalışmada kaslılık dürtüsünün ince/zayıf olma dürtüsünden farklı bir kavramı işaret ettiği bulunmuştur. Ölçek 5'li likert tipinde olup 15 maddeden oluşmaktadır.Üçüncü bölümde ise Görünüme Yönelik Sosyokültürel Tutumlar Ölçeği uygulanacaktır. Görünüme Yönelik Sosyokültürel Tutumlar Ölçeği Thompson, van den Berg, Roehrig, Guarda ve Heinberg (2004) tarafından beden imajı üzerindeki sosyokültürel etkileri ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. 30 maddeden oluşan 5'li liker tipinde bir öz bildirim ölçeğidir .Ölçek beşli derecelendirme, 1 (Kesinlikle Katılmıyorum) - 5 (Kesinlikle Katılıyorum) ile cevaplanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar bireyin, beden imajı üzerinde sosyokültürel etkileri daha yüksek olarak algıladığını göstermektedir .

**Anahtar Kelimeler:**Egzersiz, Kaslılık Dürtüsü, Sosyokültürel Tutumlar

**SUMMARY**

**INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE  
SOCIOCULTURAL ATTITUDES TOWARDS APPEARANCE OF AND DRIVE FOR  
MUSCULARITY THE EXERCISE PARTICIPANTS IN SPORTS CENTERS**

This research was carried out with the aim of examining the Relationship between muscular impulse and sociocultural attitudes towards appearance of those who exercise in sports Centers.

A questionnaire form consisting of 3 sections will be used as a data collection tool. In the first part of the questionnaire, there are questions related to demographic findings, and in the second part, there are questionnaire questions in which the pertaining to muscular drive. In the third part, the sociocultural attitudes towards appearance scale is included. The Drive for Muscularity Scale was developed by McCreary and Sasse in (2000) measuring the desire to be muscular. The scale in question was developed in a study involving 197 adolescent participants, and in the related study, it was found that the urge to be muscular indicates a different concept from the urge to be thin/weak. The scale is in 5-point Likert type and consists of 15 items. In the third part, the Scale of Sociocultural Attitudes Towards Appearance will be applied. Sociocultural Attitudes Towards Appearance it was developed to measure sociocultural effects on body image by Thompson, van den Berg, Roehrig, Guarda, and Heinberg (2004). It is a 5-point liker-type self-report scale consisting of 30 items. High scores obtained from the scale indicate that the individual perceives sociocultural effects on body image as higher.

**Keywords:** Exercise, Drive for Muscularity, Sociocultural Attitudes

**KISALTMALAR LİSTESİ**

- KWH** : Kruskal Wallis Testi  
**MWU**: Mann- Whitney U Testi  
**VKI** : Vücut Kitle İndeksi

## ÖNSÖZ

Sporun hayatımızdaki rolü gün geçtikçe artmaktadır. Spor, insan vücuduna bir çok yararı bulunan ve düzenli şekilde yapmamız gereken bir aktivitedir. Beden sağlığına iyi geldiği gibi ruh sağlığına da oldukça yararı bulunmaktadır. Son yıllarda, bireylerin hem sağlıklı olmak hemde sosyal medya kullanımının artması ile birlikte bireylerin sosyal medyada güzel, fit ve zayıf bir görünüme sahip olma isteği ile bireyler spor merkezlerinde egzersiz yapmaya yönelmişlerdir. Bu bağlamda spor merkezi sayıları ve spor merkezlerindeki üye sayıları gün geçtikçe artmaktadır.

Bu araştırma, Spor Merkezlerindeki Egzersiz Katılımcılarının Kaslılık Dürtüsü ve Görünüme Yönelik Sosyokültürel Tutumlar Arasındaki İlişkinin incelenmesi amacıyla ele alınmıştır.

Bu araştırmanın, Antalya ilinde yer alan spor merkezlerine giden egzersiz katılımcılarından araştırmaya katılan 166 erkek birey 134 kadın birey olmak üzere toplam 300 tanesi çalışmanın örneklemini oluşturmaktadır.

## TEŞEKKÜR

Her aŐamada desteği ve bilgisi ile yanımda yer alan, üzerimde çok emeği olan ve tez alıŐamamda bana yol gosteren çok değerli danıŐmanım Prof. Dr. Hasan ŞAHAN'a, Akademisyen olma yolunda ilerlemem konusunda destek olan, deneyimleri ve bilgisini esirgemeyen kıymetli hocam Öğr Gör. Dr. Nazmi BAYKÖSE'ye, çalışmaya gönüllü olarak katılan ve destekleyen tüm egzersiz katılımcılarına, son olarak eğitim hayatımda desteğini hiç esirgemeyen aileme ve eşim Huriye Cennet TEPEGÖZ'e teşekkürü borç bilirim.

## **BİRİNCİ BÖLÜM**

### **FİZİKSEL AKTİVİTE VE EGZERSİZ, KASLILIK DÜRTÜSÜ, SOSYOKÜLTÜREL TUTUMLAR**

#### **1.1. Fiziksel Aktivite ve Egzersiz**

Fiziksel aktivite, antrenman, egzersiz ile ifade edilen hareketler sporun temelini oluşturmaktadır. Spor antrenman , fiziksel hareket , egzersiz olmadan olmaz. Egzersiz, kardiyorespiratuar dayanıklılık(kalp, akciğerleriniz ve kaslarınızın uzun süre egzersiz yaparken birlikte çalıştığı seviye), esneklik(eklemde meydana gelen hareket genişliği), kassal uygunluk( kas kuvveti ve kas dayanıklılığını içerir) gibi fiziksel uygunluğun bir veya daha fazla unsurunun geliştirilmesini veya korunmasını amaçlayan tekrarlı, düzenli ve planlanmış fiziksel aktiviteler bütünüdür (Özer , 2013). Fiziksel uygunluğun bir ya da birkaç unsurunu geliştirmeyi amaçlayan planlı yapılandırılmış, istemli ve sürekli aktiviteler egzersiz olarak tanımlanır. (Özer, 2001). Egzersiz fiziksel aktivitenin bir türüdür. Planlı ve düzenli olarak yapılan aktiviteler egzersiz olarak tanımlanır. (Eroğlu, 2006). Egzersizin sağlık açısından birçok olumlu etkileri vardır. Egzersiz bireylerde bazı kanser tiplerini ve kronik ağrıyı azaltır. Bunun yanında kas kuvvetinin ve dayanıklılığının artmasını, esnekliği arttırma, kiloyu azaltma ve koruma, kanda ki yağ ve glikoz düzeylerini düşürme etkilerinin yanı sıra kardiyovasküler hastalık, tromboz riskini azaltma, uyku kalitesinin artması, psikolojik durum, kemik ve mineral yoğunluğunun artması gibi sağlık açısından birçok etkisi vardır (Lee vd, 2012) . Geçmişten günümüze gerçekleşen yeniliklerle beraber bireyler, fiziksel ve psikolojik olarak sağlıklarına daha fazla önem vermeye başlamışlardır (Horner, S. ve Swarbrooke, J., 2005). Aynı zamanda egzersiz yaparak vücudunu dengeleyen ve egzersiz sayesinde fiziksel görünümünü koruyan ya da daha iyi bir hale getiren bireyler toplum içinde ki konumunu da korumaktadır. Sosyal çevrede insanlar ilk olarak karşısında ki insan tarafından dış görünüşü ile karşılandığından dolayı bireylerin fiziksel görünümü önemlidir (Bozhüyük vd., 2012). Bireyler egzersiz yapmak için pek çok neden sunar, bireyler egzersiz yapmaktan hoşlanırlar,fiziksel ve psikolojik sağlıklarını geliştirirler ve kendilerini sağladığı sosyal etkilerden, temaslardan hoşlanırlar(Grove & Dodder, 1982; Wankel & Berger, 1990). Bireylerin egzersiz yapmasının başlıca nedenlerinden biri, kendini tanıtmaya güdüsünü açıkça yansıtan arzu edilen, toplumda ideal olarak gösterilen bir fiziksel görünüme sahip olmak ve bunu sürdürmektir. Hepsi olmasa da çoğu insan, en azından arkadaş gruplarındaki ya da sosyal gruplarındaki önemli kişilerin standartlarına, görünüş hakkındaki yorumlarına göre

çekici olmaya veya çekici olmayan kötü bir görünüme sahip olarak algılanmaktan kaçınmaya motive olur(Dion, 1986). Düzenli egzersiz, kiloyu ve vücuttaki yağ oranını azaltarak, kas oranını arttırarak ve kişinin daha sağlıklı, çekici görünmesini sağlayarak kişinin görünümünü iyileştirebileceğinden bireyler egzersizlere katılırlar. Bununla birlikte, bireyler fit veya atletik görünümünü, sosyal kimliklerini sürdürmek istedikleri için düzenli olarak egzersiz yaparlar(Grove & Dodder, 1982).

## 1.2. Kaslılık Dürtüsü

McCreary ve Sasse (2000) kaslılık dürtüsünü kişinin kas yapısını geliştirme arzusu olarak tanımladılar.Kaslılık dürtüsü: Günümüzde modern toplumda ideal erkek beden imajı olarak V-şeklindeki kaslı erkek bedeni sunulmakta ve bununla birlikte V-şeklindeki kaslı erkek bedeni bireyler için çekicilik, mutluluk, başarı gibi birçok olumlu özelliğin göstergesi olarak kabul edilmektedir. Diğer yandan kişilerin sahip olduğu bedenler ile ideal olarak sunulan birçok olumlu özelliğin göstergesi olarak kabul edilen beden ile arasındaki fark fazla ise bu kişiler başarısız, tembel gibi olumsuz özelliklere sahip olduğu düşünülmektedir. (Grogan, 2008; McCabe ve Ricardelli, 2003; Tiggemann, 2011).Genel olarak yapılan araştırmalarda, kaslılık dürtüsünün erkeklerde kadınlara göre daha yüksek seviyede olduğu gözlemlenmiştir.Bunun nedeni olarak ideal erkek fiziğinin daha kaslı beden olarak vurgulanmasıdır ( Edwards vd., 2016). Böyle bir durum karşısında ise birçok olumlu özelliğin göstergesi olarak kabul edilen ideal olarak belirtilen vücut şekline ulaşmak isteyen erkekler bazı tutum ve davranışlar içerisine girebilmektedirler. (Leit vd., 2002; Mosley, 2009; Peter ve Phelps, 2001; Stokvis, 2006).Daha kaslı görünüme sahip olma arzusu kişilerin kas oranını arttırmak için egzersizlere katılımını mantıksal olarak öngörür ( Edwards vd., 2016). Bunların yanı sıra ek olarak Pope ve arkadaşlarının (2000) yaptığı kültürler arası bir çalışmada, erkeklerin ideal beden şekli olarak kendi vücutlarından yaklaşık 13kilogram daha fazla kaslı olan erkek bedenlerini ideal beden şekli olarak seçtikleri gözlemlenmiştir. Elde edilen tüm bu bulgular, günümüzde modern toplum tarafından kabul edilen ve dayatılan ideal kaslı erkek bedeni imajının bireylerin tutumlarının üzerinde oldukça etkili olduğunu gösterir. Bu tutum ve davranışlara ek olarak, erkekler kaslı bir bedene ulaşma arzusu güderek vücut geliştirme faaliyetleri ve farklı egzersizler de bulunabilmektedir. Nitekim Dünya’ da ve ülkemizde vücut geliştirme akitivitesi yapan ve egzersiz merkezlerine giden erkeklerin sayısı son yıllarda katlanarak artmıştır. (Mosley, 2009; Stokvis, 2006; ayrıca bkz. (Türkiye Cumhuriyeti Gençlik ve Spor Bakanlığı, 2017), erkekler için kaslılık dürtüsünün öneminin arttığını gösteren önemli örneklerden biridir.

### 1.3. Sosyokültürel Tutumlar

Sosyokültürel yaklaşım, bireyin bulunduğu toplumdaki kültürel değerlerin bireyin davranışlarını, değerlerini hangi yönde etkilediğiyle ilgili olup bununla birlikte birçok teorik yaklaşımı içinde barındırmaktadır. Sosyokültürel yaklaşıma göre kültürel değerler, bireyin toplumdaki yerini nasıl algıladığı ve nasıl algılandığını anlamada önemli bir role sahiptir (Jackson, 2002). Sosyokültürel bakış açılarına göre, idealler, kültüre bağlı sosyal deneyimler ve beklentilerin beden imgesi üzerinde etkisi vardır (Heinberg, 1996). Grogan (2008) yaptığı çalışmada, batı toplumlarında bireylerin çekiciliği toplumsal beden şekli idealine göre değerlendirdiğini, bununla birlikte kadınlar için ince ve zayıf olmanın ideal beden şekli olarak algılandığını, zayıf ve ince olmanın başarı, mutluluk genç kalma ve sosyal kabulle gibi olumlu özelliklerle ilişkilendirildiğini, kilolu ve kalın bir fiziğe sahip olmanın ise irade eksikliği, tembellik ve kontrolden çıkma gibi olumsuz özelliklerle eşleştiğini vurgulamaktadır. Günümüzde kitle iletişim araçları kullanımının oldukça artmasıyla birlikte çoğu kadın için ulaşılması zor olan ince, zayıf ideal olarak kabul edilen kadın figürünün en güçlü aktarıcısıdır (Tiggemann, M., 2002). Televizyon, gazete, dergi gibi kitle iletişim araçlarının ve medyanın ideal vücut ölçülerinin belirlenmesinde rolü büyüktür. Geçmişten günümüze kadar sanat, müzik ve edebiyat aracılığıyla güzellik kavramı bireylere aktarılmış olup günümüzde medya gibi kitle iletişim araçları, evrensel olması ve kolay ulaşılabilirliği nedeniyle en çok eleştirilen sosyokültürel faktör olmaktadır (Thompson ve Heinberg, 1999).

### 1.4. Sosyal Görünüş Kaygısı

Sosyal görünüş kaygısı, “kişinin görünüşü nedeniyle olumsuz değerlendirileceği korkusu” olarak tanımlanmaktadır (Hart vd., 2008). Sosyal görünüş kaygısı, sosyal kaygı ölçümleri ve olumsuz beden imajı ile olumlu bir şekilde ilişkilidir (Claes vd., 2012). Sosyal görünüş kaygısı, bu sosyal kaygıyı ve olumsuz beden imajı yönlerini birleştiren bir yapıdır, yani kişinin genel görünümünü çevreleyen sosyal kaygı düzeylerini tanımlar, ancak vücut şekli ile sınırlı değildir (Hart vd., 2008). Sosyal görünüş kaygısı, literatürde beden imajı ve benlik saygısı gibi birçok kavramla ilişkilendirilir. Sosyal görünüm kaygısı, kişinin başkaları tarafından fiziksel görünümü açısından değerlendirildiğinde yaşadığı gerginlik ve kaygı olarak tanımlanmaktadır (Amil ve Bozgeyikli, 2015). Sosyal görünüş kaygısının en çok ergenlik döneminde görüldüğü ve başkaları tarafından kişinin dış görünüşüyle ilgili değerlendirmelerinin en yoğun kaygıya neden olduğu düşünülmektedir (Amil ve Bozgeyikli, 2015).



### 1.5. Beden İmajı

Beden imajı birçok farklı şekilde tanımlanmıştır. Cash ve Ruzinsky (1990) beden imajını, bir kişinin görünüş, yaş, ırk, işlevler ve cinsellik de dahil olmak üzere genel olarak vücudu hakkındaki düşünceleri, duyguları ve algıları olarak tanımlamıştır..Beden imajı ,bireyin kendi bedeni hakkındaki düşünceleri, duyguları ve algıları ile ilgilidir. Bireylerde genel olarak vücut çekiciliğinin değerlendirilmesi ve vücut şekli,büyüklüğü ve ölçüsünün tahmini ile ilgili duyguların birleşimi olarak kavramsallaştırılır (Grogan, 2008; Muth ve Cash, 1997).

Beden imajı, bazı sağlıksız olarak adlandırılan davranışla ilişkilendirilir. Bunlara örnek olarak algılanan beden imajı bireylerin egzersizden kaçınma gibi davranışlara yönlendirebilir. (Choi, 2000; Grogan vd., 2004).

Bireylerin kendi beden imajlarından,görünüşlerinden memnun olmaması ve kendini kilolu,şişman hissetmesi bazı durumlarda kendilerini egzersiz yapmaya teşvik etse de (Grogan vd., 2004) , bazı zamanlar toplu spor faaliyetlerine katılmayı engelleyebilir.

Erkek bireylerde vücut büyüklüğünün beğenilmemesi ve beden memnuniyetsizliği, vücuttaki kas oranını arttırmaya çalışan ilaçların ve anabolik steroidlerin tüketilmesini sağlayabilir. (Wright vd., 2000).

Beden imajı faktörleri bireylerin beslenmesini etkileyebilir. (Cooley ve Toray, 2001; Stice, 2002). Vücut imajı kalıcı değildir,bireylerin zamanla vücut imajı algısı değişebilir.Cash ve Pruzinsky (1990), televizyon izlemenin, sosyal medyada zaman geçirmenin, kişinin kilosu,çekiciliği ve görünüşü ile ilgili düşünmesini etkileyerek kişinin vücut imajını değiştirebileceğini bulmuşlardır.Grogan (2008), yapılan çeşitli araştırmalardan beden imajının aile, arkadaşlar, öğretmen, akran ve toplum gibi birçok faktörden etkilendiğini ve bir kişi yaşlandıkça beden imajı üzerindeki etkilerin değiştiğini ve bu etkilerin daha güçlü ve daha zayıf hale gelebileceğini, böylece yaşam süresi boyunca vücut imajının değişebileceğini vurgulamıştır.Olumsuz beden imajına sahip kadınlar kendileri hakkında olumsuz duygular yaşarlar. Cash ve arkadaşları (1997), bazı kadınların bedenleri hakkında sahip oldukları olumsuz duyguların yalnızca küçük rahatsızlar olduğunu, ancak diğer kadınlar için vücutları hakkında sahip oldukları olumsuz duyguların, günlük yaşantılarına müdahale edebilecek büyük sıkıntılara neden olduğunu bulmuşlardır. Lighthstone (2001) , beden imajının ailelerde ve akranlar arasında olup bitenlerle öğrenildiğini ve beden imajı üzerindeki en büyük etkinin kişinin geldiği kültür olduğunu bildirmiştir. Cash (2002) ailenin, akranların ve toplumun beden imajını etkilediği fikrine katılıyor.

## 1.6. Benlik Saygısı

Benlik saygısı, en genel olarak bireyin kendisi hakkındaki genel olumlu değerlendirmesini ifade eder (Gecas, 1982; Rosenberg, 1990; Rosenberg vd., 1995). Benlik saygısının çoğu kavramının altında yatan tema, genellikle bir kişinin kendisine yönelik değerlendirmesini veya tutumunu ifade etmesidir (Baumeister, 1993; James, 1950). Feather (1991), hem lise örnekleminde hem psikoloji öğrencilerinden oluşan bir örnekleme, yüksek benlik saygısının başarı, kendini yönetme ve yeterlilik ile ilgili değerler ile bağlantılı olduğunu bildirmiştir.

(James, (1985/1992), benlik saygısının ‘ gerçeklerimizin kabul edilen,varsayılan potansiyellerimize oranıyla belirlendiğini belirtti.Benlik saygısı kişinin kendisini ne ölçüde sevip sevmediğini veya kişinin kendisi hakkında ne ölçüde olumlu veya olumsuz düşündüğünü yansıtır. (Baumeister, 1993,1998). Cohen (1959), benlik saygısından "ideal benlik" ile "gerçek benlik" arasındaki uyuma derecesi olarak söz ederken, Argyle (1967) benlik saygısını, bireyin bu tutarsızlığı etkili bir şekilde değerlendirmesi olarak kabul etmiştir.

## 1.7. Beden İmajı Teorileri

### 1.7.1. Sosyal Öğrenme Teorisi

Sosyal Öğrenme Teoris (Bandura, 1977) medyanın bireylerin beden imajı bozukluğuna etkilelerini açıklamak için sıklıkla kullanılmıştır (Holmstrom, 2004). Sosyal kavramsal teori, insanların çekici buldukları başka bireylerin davranışlarını öğrendiğini ve modellediğini varsayar (Bandura, 1994). Daha önce yapılan çalışmalar, bireylerin ince görünümlü vücutlarla ilgili pozitif yönde sosyokültürel değerler edindiklerini ve kendi vücutlarını medyada yer alan ince vücut görünümüne sahip olan modeller ile karşılaştırdıklarını varsayıyordu. Bu da kendi vücut görünümleri ile ilgili memnuniyetsizliğe yol açabilir. (akt. Bessenoff, 2006; Dittmar ve Howard, 2004). Medyanın tetiklediği bilişsel değişkenler, bireylerde beden imajının bozulmasına yol açabilir.Medya sadece ideal olarak gösterilen ince vücut figürlerini öne çıkarmaz, aynı zamanda ince bedeni sosyal olarak arzulanan ideal vücut şekli olarak gösterir ( Herbozo vd., 2004).

### 1.7.2. Yetiştirme Teorisi

Yetiştirme teorisi (Gerbner ve Gross, 1976)medyanın, özellikle televizyonun alışılmış kullanımının bireylerin dünya görüşünü dolaylı olarak nasıl etkilediğini açıklar (Gerbner ve Gross, 1976). Yetiştirme teorisine göre, bir kişi ne kadar çok televizyon izlerse,kişi televizyon hayatının “gerçek hayat” olduğuna o kadar çok inanacaktır ( Gerbner vd., 1994).Bu teoriye

gore medyadaki ideal olan ince görünmek gibi mesajlara sürekli maruz kalmak bireylerin beden imajı algısını farklı yönde etkiler. Yetiştirme teorisinin medya ve beden imajı arasındaki ilişkiye bir açıklama getirdiğine inananlar, medyadaki ince beden görünümlerinin insanları ideal vücut görünümü olarak inandırdığını varsayıyor. Bireylerin medyada ince, zayıf görünme isteği ve zayıflıkla ilgili yanlış tahminler beden imajı bozukluğunu etkileyebilir.

### 1.7.3. Sosyal Karşılaştırma Teorisi

Beden imgesi ve ruh halinin medyadan etkilenmesi sosyal karşılaştırma teorisi ile açıklanabilir (Festinger, 1954). Bu teori, bireylerin başkalarıyla ilgili olarak kendi yeteneklerini ve görüşlerini izledikleri ve değerlendirdikleri süreci açıklamak için geliştirilmiştir. Bununla birlikte, teori görünüş değerlendirmelerini içerecek şekilde genişletilmiştir (Lin ve Kulik, 2002; Richins, 1991). Bu teoriye göre, değerlendirmenin dayandırılacağı nesnel kriterler olmadığında, insanlar kendilerini başkalarıyla karşılaştırarak değerlendirirler (Festinger, 1954). Sosyal karşılaştırma teorisi zayıf ve ince görünümün ideal vücut görünümü olarak içselleştirilmesi ile ilgili sosyal tutumların vücut memnuniyetsizliği ile ilişkisine dair yararlı bir bakış açısı sunar. (Festinger, 1954), insanların kendilerini başkalarıyla karşılaştırarak değerlendirdiklerini ve kendilerine benzeyen ve çekici olanlarla kendilerini karşılaştırma olasılıklarının daha yüksek olduğunu savunur. Sosyal karşılaştırma teorisi, bireylerin kendilerinin sürekli olarak başka bireyler ile karşılaştırarak değerlendirme yaptıklarını öne sürer (Festinger, 1954). İnsanlar kendilerini başkalarıyla karşılaştırırken aşağı doğru ve yukarı doğru olmak üzere iki karşılaştırma şekli vardır. Bu doğrultuda aşağı doğru karşılaştırma (kendilerinden daha aşağı olarak gördükleri bireylerle yaptıkları karşılaştırma bireylerin tatmin olmalarına neden olurken yukarı doğru karşılaştırma (kendilerinden üstün görülen kişilerle) yaptıkları karşılaştırma tatminsizliğe neden olabilir, Aşağı doğru karşılaştırmalara dayalı kişisel tatmin, muhtemelen daha fazla özgüven gibi olumlu duygular getirirken, yukarı doğru karşılaştırmaların bir sonucu olarak kendinden memnuniyetsizlik özgüven eksikliği gibi olumsuz duyguları beraberinde getirmesi muhtemeldir. (Tiggemann ve Slater, 2003), "sosyal karşılaştırma sürecinin, medya görüntülerine maruz kalmanın olumsuz etkilere neden olabileceğini öne sürdüler. Kadınlar kendi çekiciliklerini değerlendirirken kendilerini medyada yer alan ince vücut görünümüne sahip olan figürler ile karşılaştırdıklarında ve görünüş olarak eşleşmediğinde vücut memnuniyetsizliği ortaya çıkabilmektedir (Tantleff-Dunn ve Gokee, 2002).

#### **1.7.4. Kendi Kendine Tutarsızlık Teorisi**

Kendi kendine tutarsızlık teorisi (Higgins, 1987), beden imajı algısıyla ilişkili farklı türdeki duygusal zayıflıkları anlamak için kullanılmıştır (Harrison, 2001). Teori ideal olmayan medya kullanımı ile ortaya çıkan ‘gerçek benlik’ ile ‘ideal benlik’ ya da olması gereken benlik arasındaki tutarsızlıkları fark ederek bireylerin nasıl olumsuz etkilendiklerini açıklar. Higgins (1987)’e göre bireyler, ideal benlikleri gerçek benliklerinden farklı olduğunda hayal kırıklığı yaşarlar. Buna karşılık, bireyler, gerçek benlikleri ile olması gereken benlikleri arasındaki tutarsızlıkları algıladıklarında korku veya suçluluk yaşayacaklardır. Medyanın sürekli olarak ince bir vücudu ideal görünüm olarak geliştirdiği göz önüne alındığında (Harrison, 2003), buna medyada sürekli maruz kalan bireyler kendilerini mutsuz hissedeceklerdir. Bunun nedeni , bireylerin kendi bedenlerinin medyada ideal görünüm olarak lanse edilen ince bedenden uzak olması ve medya kullanımıyla birlikte bireyin kendi kendine tutarsızlıklar üretmesidir (Higgins, 1987) . Daha önce yapılan çalışmalar zayıf,ince bedeni ideal olarak gösteren medya kullanımının beden imajına yönelik olumsuz düşüncelerden sorumlu olduğunu göstermiştir (Levine ve Harrison, 2009).

#### **1.8. Sosyokültürel Faktörlerin Beden İmajı Üzerindeki Etkisi**

Son yıllarda ortaya çıkan önemli bir araştırma alanı, beden imajı problemlerinin gelişimine katkıda bulunan faktörlerin değerlendirilmesidir. Bilişsel ve davranışsal bakış açılarından (Cash, 2002), sosyokültürel faktörler beden imajı gelişiminin güçlü belirleyicileri olarak görülmektedir. Bu bağlamda en çok dikkati sosyokültürel faktörler çekmiştir çünkü kişilerarası ve medya etkileri, beden imajı tutumlarının ortaya çıktığı kaynak olarak kabul edilmektedir (Bordo, 1993; Fallon, 1990; Striegel-Moore vd., 1986). Sosyal ve kültürel faktörler olarak beden imajı tutumlarıyla olan ilişkilerine göre medyada zayıflığın ideal bir vücut olarak sunulması, zayıflığın ideal vücut görünümü olarak içselleştirilmesi ve zayıf olmak için algılanan baskılar olarak bu üç faktör dikkat çekmiştir (Thompson ve Stice, 2001). İçselleştirme, farkındalık ve algılanan baskılar, ince bir görünüme sahip olmak güzellik idealiyle ilgili olarak en sık değerlendirilen sosyokültürel faktörler olarak gelişen üç faktördür. Son yıllarda yapılan çalışmalarda beden imajını etkileyen faktörlere oldukça fazla ilgi gösterilmiştir. Bu çalışmaların bir çoğu beden imajını etkileyen sosyokültürel faktörler ile ilgilidir (Cafri vd., 2005). Yapılan araştırmalarda beden imajını etkileyen bir çok sosyokültürel faktör bulunmaktadır (Gilbert vd., 2009). Medya , aile ve akranlar beden imajını etkileyen sosyokültürel faktörlerin başında gelmektedir (Smolak vd., 2002).

### 1.8.1. Medyanın Etkileri

Medyanın sürekli ince görünümlü zayıf bir bedeni ideal bir beden olarak sunmasının bireylerin ince ve zayıf olmayı ideal olan ve çekici olarak görülen beden görünümü olarak düşünmelerine yol açtığına inanılıyor. Ancak medyada ideal olarak sunulan zayıf, ince beden görünümü çoğu kişinin ulaşamayacağı bir ideali sergilediği için, bireylerin bunu içselleştirmesi vücut memnuniyetsizliğine yol açabilir (Levine ve Harrison, 2004). Medya kullanımı özellikle genç bireyler arasında oldukça fazla, ideal bedene ulaşmak ve sorunlarla başa çıkmak için sıklıkla medyayı kullanırlar. Çeşitli medya ve kitle iletişim araçları, özellikle genç bireylere ideal fiziksel özelliklerle ilgili mesajlar verir (Ricciardelli vd., 2000). Özellikle genç kadın bireyler dergilerden, sosyal medyadan sunulan ideal beden ile ilgili mesajları içselleştirirler ve medyayı fiziksel görünümelerini nasıl iyileştirecekleri konusunda bir bilgi kaynağı olarak kullanırlar (Litleton ve Ollendick, 2003). Özellikle ergenlik döneminde, ideal bedeni tanımlamanın ve ideal bedene ulaşmanın önemli yolları olarak dergilere, reklamlara ve sosyal medyaya bakan kadınların, gerçek kendi vücut ölçüleri ile medyada tasvir edilen ideal vücut ölçüleri arasındaki tutarsızlıktan dolayı vücut memnuniyetsizliği yaşama olasılıklarını arttırır (Levine ve Smolak, 2002). Kadınlarla yapılan ankete göre (Field vd., 2001), %69'u dergilerde sergilenen kadın fotoğraflarının ideal vücut figure algılarını etkilediğini, %47'si fotoğrafların kendilerinde diyet yapma arzusunu ve kilo verme isteği uyandırdığını bildirdi. Ek olarak, ergenlik öncesi kadınlarda sadece televizyon izlemek, olgunlaştıklarında zayıf bir vücuda sahip olma isteğinin artması ile ilişkilendirilmiştir (Harrison ve Hefner, 2006). Erkekler için ise medyadan gelen baskılar ters yönde olma eğilimindedir, zayıflığın aksine erkekler için ideal vücut görünümü daha kaslı olmakla ilişkilidir. Bu nedenle, kadınlar önce kilo vermeye odaklanırken, erkekler medyada ideal olarak sunulan kaslı, V şeklindeki ideal vücuda ulaşmak için egzersiz ya da gıda takviyelerinin kullanımı gibi stratejiler benimsemiştir (McCabe ve Ricciardelli, 2003). Medyada aynı cinsiyetteki ideal olarak sunulan figürler gibi görünmeye çalıştığını bildiren erkek bireylerin kilo ve diyetle ilgilenme olasılığı daha yüksek gibi görülmektedir (Field vd., 2001), yapılan genel araştırmalar, erkek bireylerin kadın bireylere göre, ideal bedene uymak için medyadan daha az baskı hissettiğini, algıladığını göstermektedir (McCabe ve Ricciardelli, 2001).

### 1.8.2. Akranların Etkisi

Sosyal karşılaştırma teorisi, vücut memnuniyetsizliği üzerindeki akran etkisini araştırmak için yararlı olmuştur. Görünüme dayalı sosyokültürel faktörler ve değerler bağlamında, kişinin çocukluk ve ergenlik dönemindeki görünümüyle ilgili sosyal geri

bildirimini beden imajı üzerinde biçimlendirici bir etkisi olabilir. Örneğin, kişinin akranlarından (Tantleff-Dunn ve Gokee, 2002)ve aile üyelerinden (Kearney-Cooke, 2002; McKinley, 1999; Rieves ve Cash, 1996) sürekli olarak görüşleri ile ilgili alay etmeleri ya da eleştirileri, sosyal karşılaştırmalar ve benzetmeler bireylerin vücut imajı üzerinde olumsuz etki bırakabilir. Bireyler eğer ince görünümü ideal vücut görünümü olarak benimserler ise eve bu standartı karşılamıyorlar ise bu vücut görünümüne sahip olan arkadaşları olursa bir karşılaştırma yapabilirler ve vücut memnuniyetsizliği yaşayabilirler (Jones, 2001; Krones vd., 2005). Akranlar da beden imajı tutumları üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. (Krcmar vd., 2008), yaşlıları tarafından zayıflığın önemli bir nitelik olarak görüldüğü genç kadınların zayıflığa daha fazla değer verdiklerini ve daha düşük benlik saygısına sahip olduklarını bulmuşlardır. McCabe ve Ricciardelli (2001), vücut memnuniyetsizliği yüksek olan kadınların, özellikle kilo aldıklarında kötü yönde bir eleştiri ve kilo verdiklerinde övgü almaları, zayıflık konusunda akran baskısı hissetmelerini sağladığını gözlemledi. (Xu ve arkadaşları, 2010), erkekler arasında kas hacmini artırmaya yönelik akran baskısının vücut memnuniyetsizliğine yol açtığını, akranlardan, yetişkin akrabalarından ve medyadan kilo verme baskısının kızlar arasında vücut memnuniyetsizliğine yol açtığını buldu. Ergenlik döneminde akranlarla geçirilen zamanın, verilen değer ve akranların etkisinin önemi büyüktür (Brown, 2004). Bu nedenle akranlar, ergenlerin vücutları hakkındaki görüşlerini etkileme ve şekillendirme potansiyeline sahiptir. Akranlarından, doğrudan gözlemleyerek ve kendilerini akranlarının fiziksel özellikleriyle karşılaştırarak kendilerinin ve başkalarının çekiciliğini öğrenirler. Gerçekten de, bugüne kadar yapılan araştırmalar, akranların vücut imajını etkilediğinin altını çizmiştir. Spesifik olarak, (Carey ve arkadaşları, 2013), akranlarla yapılan vücut karşılaştırmalarının, ergen kızlar arasında zayıflık standartlarının onaylanması ile beden imajı kaygısı arasındaki ilişkiye önemli ölçüde aracılık ettiğini bulmuşken, (Jones, 2004), akranlarla görünüme yönelik konuşmaları ve görünüş karşılaştırmalarının, ergen kızlar arasında beden memnuniyetsizliğindeki değişimin önemli unsurlarından olduğunu bulmuştur. (Barker ve Galambos, 2003), akranları tarafından alay edilmenin, hem erkek hem de kızların vücut memnuniyetsizliği için önemli bir faktör olduğunu bulmuşlardır.

### **1.8.3. Aile Etkisi**

Aile, zamanla değerlerin, davranışların ve tutumların aktarıldığı önemli bir sosyal kurumu temsil eder (Parke ve Buriel, 2006). Araştırmalar, bireye anne, baba gibi en yakını olan kişilerin, bireyin ideal ya da doğru olarak algıladığı şeyler üzerinde güçlü bir etkiye sahip olabileceğini belirttiler. Ailenin etkisi ve ebeveynlerin gelişimde oynadıkları rol, ergenlik ve

erken yetişkinlik yıllarına kadar uzanır (Aquilino ve Supple, 2001). Akranların etkisinin yanı sıra, ebeveyn tutumları ile beden imajı tutumları arasındaki ilişkiyi de dikkate almak önemlidir çünkü ebeveyn etkisi, çocuğun gelişimi sırasında vücut tutumlarıyla ilişkili en önemli faktörlerden biridir (Ata vd., 2007; Kremer vd., 2008; Rodgers vd., 2009). (Kremer vd., 2008), çocukların ve bireylerin fiziksel görünümüyle ilgili ebeveyn yorumlarının vücut memnuniyetsizliğine yol açabileceğini belirtmiştir. Ebeveynler, kendi vücut imajı memnuniyetsizlikleri nedeniyle görünüşe odaklanabilir ve çocuklarına zayıflığa değer verdiklerine dair mesajlar gönderebilirler (Annette, 2009). Araştırmalar, anneler arasındaki beden imajı memnuniyetsizliği ile kız çocuklarında artan beden imajı memnuniyetsizliği arasında bağlantı kurmuştur (Kichler ve Crowther, 2001; Sanfner vd., 1996; Smolak vd., 1999). Bu, annelerin fiziksel görünüme odaklanmasının kız çocukları için olumsuz sonuçlar doğurabileceği fikriyle tutarlıdır. Kluck' un, (2010), genel olarak görünüşe ve çekiciliğe odaklanma eğilimi olan bir ailenin, çocuklarının görünümlerine odaklanmalarına ve kilolarıyla ilgilenmelerine neden olabilir.

## İKİNCİ BÖLÜM

### GEREÇ VE YÖNTEM

#### 2.1. Araştırmanın Amacı

Sosyokültürel yaklaşıma göre kültürel değerler, bireyin toplumdaki yerini nasıl algıladığı ve nasıl algılandığını anlamada önemli bir role sahiptir (Jackson, 2002). Sosyokültürel bakış açılarına göre, idealler, kültüre bağlı sosyal deneyimler ve beklentilerin beden imgesi üzerinde etkisi vardır (Heinberg, 1996).

Bu bağlamda son zamanlarda kaslılık dürtüsü, görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ve beden imajı ilişkisine ilgi oldukça artmıştır. Bu konuda yeterli bilgiyi sağlamak için spor yönetimi alanında daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır. Bu sebeple çalışmanın amacı spor merkezlerindeki egzersiz katılımcılarının kaslılık dürtüsü ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

#### 2.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evreni; Antalya ilindeki spor merkezlerindeki egzersiz katılımcıları oluşturmaktadır. Spor merkezlerindeki egzersiz katılımcılarından çalışmaya katılan 134 kadın 166 erkek olmak üzere toplam 300 tanesi örnekleme oluşturmaktadır.

#### 2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmamızın ilk kısmında; Spor merkezlerindeki egzersiz katılımcılarına veri toplama aracı olarak üç bölümden oluşan bir anket formu uygulanmıştır.

Anket formunun birinci bölümü bireylerin demografik bulgularına ilişkin sorular bulunmaktadır. Formun ikinci bölümünde ise ise Kaslılık Dürtüsü Ölçeği (Drive for Muscularity Scale; McCraery ve Sasse, 2000) kullanılmıştır. Anket formunun üçüncü bölümünde ise Thompson, van den Berg, Roehrig, Guarda ve Heinberg (2004) tarafından geliştirilen Görünüme Yönelik Sosyokültürel Tutumlar Ölçeği uygulanmıştır.

##### 2.3.1. Kişisel Bilgiler Formu

Kişisel Bilgiler Formu, bireyin yaş, boy, kilo, cinsiyet, eğitim durumu, gelir durumu, sosyal medyada geçirilen zaman gibi soruları içermektedir.



### 2.3.2. Kaslılık Dürtüsü Ölçeği (Drive for Muscularity Scale)

McCraery ve Sasse (2000) tarafından geliştirilen, Özlem Bozo ve Kerim Selvi (2019) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan kaslı olmaya yönelik arzuyu ölçme konusunda yaygın olarak kullanılan ölçeklerden biridir. Söz konusu ölçek, 197 ergen katılımcının yer aldığı bir araştırmada geliştirilmiş ve ilgili çalışmada kaslılık dürtüsünün ince/zayıf olma dürtüsünden farklı bir kavramı işaret ettiği bulunmuştur. Ölçek 6'lı likert tipinde olup 15 maddeden oluşmaktadır.

Kaslılık Dürtüsü Ölçeği, kas odaklı davranış ve kas odaklı tutum olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Kas odaklı davranış alt boyutunu ölçekte yer alan 2,3,4,5,6,8,10,12. Maddeler oluşturmaktadır. Kas odaklı tutum alt boyutunu ise 1,7,9,11,13,14,15. maddeler oluşturmaktadır. Ölçeğin orijinalinde 1 daima 6 ise asla şeklinde yer almaktadır ve tüm maddeler tersine çevrilmektedir. Araştırma sürecimizde ise tüm maddeleri tersine çevirmek yerine veri toplama sürecinde ölçeğin derecelendirme sistemi 1 asla 6 ise daima şeklinde düzenlenmiştir. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Cronbach Alfa iç tutarlılık kat sayısı hesaplanmış, bu değer 0.89 olarak bulunmuştur.

### 2.3.3. Görünüme Yönelik Sosyokültürel Tutumlar Ölçeği

Görünüme Yönelik Sosyokültürel Tutumlar Ölçeği Thompson, van den Berg, Roehrig, Guarda ve Heinberg (2004) tarafından beden imajı üzerindeki sosyokültürel etkileri ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 5'li likert tipinde olup 31 maddeden oluşmaktadır. Ölçek Cihan, Bozo (2016) tarafından Türk kültürüne uyarlanmıştır.

Görünüme Yönelik Sosyokültürel Tutumlar Ölçeği, medya, aile, yakın arkadaş, incelik, kaslılık, genel çekicilik, önemli kişiler olmak üzere 7 alt boyuttan ve ters maddelerden oluşmaktadır. Medya alt boyutu 28,29,30,31. Maddelerden oluşmaktadır. Aile alt boyutunu 16,17,18,19 maddeler oluşturmaktadır. Yakın arkadaş alt boyutunu 20,21,22,23. maddeler oluşturmaktadır. İncelik alt boyutunu 3,6,11,13. maddeler oluşturmaktadır. Kaslılık alt boyutunu 1,4,8,10,15. maddeleri oluşturmaktadır. Genel çekicilik alt boyutunu 2,5,7,9,12,14 maddeleri oluşturmaktadır. Önemli kişiler alt boyutunu ise 24,25,26,27. maddeleri oluşturmaktadır. Ölçekteki ters maddeleri 9,10,14. maddeler oluşturmaktadır. Cronbach Alfa iç tutarlılık sayısı hesaplanmış bu değer 0.84 olarak bulunmuştur.

## 2.4. İstatiksel Analiz

Araştırma kapsamında elde edilen verilerin normallik dağılımını değerlendirmek için, basıklık, çarpıklık (Tabachnick & Fidell, 2007) ve kolmogorov smirnov testi sonuçları değerlendirilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonrası görünüme yönelik sosyokültürel

tutumlar sosyokültürel toplam ve kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı tutum parametric iken geriye kalan değişkenlerin nonparametric olduğu belirlenmiştir. Araştırma kapsamında T testi, Kruskall Wallis, Mann Whitney U, Anova, Welch Kullanılmıştır. Araştırma dahilinde elde edilen bulgular %95 güven aralığında yorumlanmıştır. Söz konusu analizler spss paket program yardımı ile analiz edilmiştir.

**ÜÇÜNCÜ BÖLÜM**  
**BULGULAR**

**Tablo 3.1: Yaş Değişkenine göre kaslılık dürtüsü ve görünüme yönelik sosyokültürel tutumlara ilişkin Anova ve Kruskal Wallis Analizleri**

YAŞ DEĞİŞKENİ									
	YAŞGRUP	n	ORT±SS	MEDYAN (MİN-MAKS)	SIRAORT	TEST	P	TEST ADI	FARK YORUM
<b>MEDYA</b>	18-22	71	1,88 ± 1,21	1,25 (1-5)	116,58	20,62	0,001	KWH	2>1,3
	23-30	129	2,68 ± 1,25	3 (1-5)	173,21				
	31 VE ÜZERİ	100	2,2 ± 1,06	2 (1-5)	145,28				
<b>AİLE</b>	18-22	71	1,86 ± 0,81	1,75 (1-4,5)	120,26	12,551	0,002	KWH	1<2,3
	23-30	129	2,28 ± 1,06	2 (1-5)	154,63				
	31 VE ÜZERİ	100	2,37 ± 0,95	2,25 (1-4,5)	166,64				
<b>YAKIN ARKADAŞ</b>	18-22	71	1,9 ± 0,97	1,5 (1-5)	119,92	12,909	0,002	KWH	1<2,3
	23-30	129	2,43 ± 1,24	2,5 (1-5)	154,52				
	31 VE ÜZERİ	100	2,52 ± 1,12	2,63 (1-5)	167,03				
<b>İNCELİK</b>	18-22	71	2,32 ± 0,84	2,25 (1-5)	126,32	8,201	0,017	KWH	1<2
	23-30	129	2,78 ± 1,08	2,75 (1-5)	162,84				
	31 VE ÜZERİ	100	2,63 ± 1,01	2,5 (1-5)	151,76				
<b>KASLILIK</b>	18-22	71	3,43 ± 0,99	3,6 (1-5)	184	34,683	0,001	KWH	3<1,2
	23-30	129	3,2 ± 1,01	3,4 (1-5)	163,06				
	31 VE ÜZERİ	100	2,54 ± 0,99	2,4 (1-4,4)	110,51				
<b>GENEL ÇEKİCİLİK</b>	18-22	71	4,04 ± 0,66	4 (2,83-5)	170,38	30,81	0,001	KWH	3<1,2
	23-30	129	4,03 ± 0,75	4,17 (1,33-5)	169,94				
	31 VE ÜZERİ	100	3,51 ± 0,7	3,5 (1,67-5)	111,31				
<b>ÖNEMLİ KİŞİLER</b>	18-22	71	1,9 ± 0,85	1,75 (1-4,5)	112,56	18,158	0,001	KWH	1<2,3
	23-30	129	2,64 ± 1,22	2,75 (1-5)	164,34				
	31 VE ÜZERİ	100	2,53 ± 1,12	2,5 (1-5)	159,58				
<b>SOSYO KÜLTÜREL TOPLAM</b>	18-22	71	2,61 ± 0,56	2,55 (1,58-3,81)		8,16	0,001	ANOV A	2>1,3
	23-30	129	2,95 ±	2,97 (1,23-					

			0,68	4,61)					
	31 VE ÜZERİ	100	2,67 ± 0,67	2,68 (1,29-4,45)					
<b>KAS ODAKLI DAVRANIŞ</b>	18-22	71	2,53 ± 1,04	2,63 (1-4,38)	157,17	15,41 1	0,00 1	KWU	3<1,2
	23-30	129	2,74 ± 1,24	2,38 (1-6)	167,87				
	31 VE ÜZERİ	100	2,14 ± 1,05	1,75 (1-5,25)	123,36				
<b>KAS ODAKLI TUTUM</b>	18-22	71	3,35 ± 1,14	3,29 (1-6)		5,51	0,00 4	ANOV A	3<1,2
	23-30	129	3,42 ± 1,25	3,43 (1-6)					
	31 VE ÜZERİ	100	2,92 ± 1,16	3 (1-5,29)					
<b>KASLILIK TOPLAM</b>	18-22	71	2,91 ± 0,95	3,07 (1-4,47)	160,89	15,58 5	<0,0 01	KWU	3<1,2
	23-30	129	3,06 ± 1,11	3 (1-6)	166,32				
	31 VE ÜZERİ	100	2,5 ± 0,97	2,33 (1-5,27)	122,71				

Tablo 1 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından medya alt boyutunun yaş değişkeni bağlamında yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 23-30 yaş arası bireylerin medya puanlarının 18-22 yaş arası ve 31 yaş ve üzeri bireylere göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 1 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından aile alt boyutunun yaş değişkeni bağlamında yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 18-22 yaş arası bireylerin aile puanlarının 23-30 yaş arası ve 31 yaş ve üzeri bireylere göre daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 1 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutunun yaş değişkeni bağlamında yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 18-22 yaş arası bireylerin yakın arkadaş puanlarının 23-30 yaş arası ve 31 yaş ve üzeri bireylere göre daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 1 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutunun yaş değişkeni bağlamında yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 18-22 yaş arası bireylerin incelik puanlarının 23-30 yaş arası bireylere göre daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 1 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutunun yaş değişkeni bağlamında yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 31 ve üzeri yaş bireylerin kaslılık

puanlarının 18-22 yaş arası ve 23-30 yaş arası bireylere göre daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 1 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutunun yaş değişkeni bağlamında yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 31 ve üzeri yaş bireylerin genel çekicilik puanlarının 18-22 yaş arası ve 23-30 yaş arası bireylere göre daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 1 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutunun yaş değişkeni bağlamında yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 18-22 yaş arası bireylerin önemli kişiler puanlarının 23-30 yaş arası ve 31 ve üzeri yaş bireylere göre daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 1 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplumunun yaş değişkeni bağlamında yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 23-30 yaş arası bireylerin sosyal toplam puanlarının 18-22 yaş arası ve 31 ve üzeri yaş bireylere göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 1 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutunun yaş değişkeni bağlamında yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 31 ve üzeri yaş bireylerin kas odaklı davranış puanlarının 18-22 yaş arası ve 23-30 yaş arası bireylere göre daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 1 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutunun yaş değişkeni bağlamında yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 31 ve üzeri yaş bireylerin kas odaklı tutum puanlarının 18-22 yaş arası ve 23-30 yaş arası bireylere göre daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 1 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplumunun yaş değişkeni bağlamında yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 31 ve üzeri yaş bireylerin kaslılık toplamı puanlarının 18-22 yaş arası ve 23-30 yaş arası bireylere göre daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

**Tablo 3.2:VKİ grup değişkenine göre kaslılık dürtüsü ve görünüme yönelik sosyokültürel tutumlara ilişkin T Testi ve Man Whitney U Analizleri**

VKİ GRUP DEĞİŞKENİ									
		Vali d N	ORT±S	MEDYAN (MİN-MAKS)	SIRA ORT	TEST	p	TEST ADI	FARK YORUM
<b>MEDYA</b>	25 VE ALTI	177	2,16 ± 1,15	2 (1-5)	139,3	8902	0,007	MWU	1<2

	25 ÜZERİ	123	2,57 ± 1,28	2,75 (1-5)	166,6				
<b>AİLE</b>	25 VE ALTI	177	2 ± 0,91	2 (1-4,5)	132,9	7787	0,000	MWU	1<2
	25 ÜZERİ	123	2,5 ± 1,02	2,5 (1-5)	175,6				
<b>YAKIN ARKADAŞ</b>	25 VE ALTI	177	2,03 ± 1,02	1,75 (1-5)	128,7	7027	0,000	MWU	1<2
	25 ÜZERİ	123	2,77 ± 1,23	2,75 (1-5)	181,9				
<b>İNCELİK</b>	25 VE ALTI	177	2,57 ± 1,04	2,25 (1-5)	145	9907	0,184	MWU	
	25 ÜZERİ	123	2,7 ± 0,98	2,75 (1-5)	158,5				
<b>KASLILIK</b>	25 VE ALTI	177	3,07 ± 1,07	3,2 (1-5)	153,8	10292	0,421	MWU	
	25 ÜZERİ	123	2,99 ± 1,04	3 (1-4,8)	145,7				
<b>GENEL ÇEKİCİLİK</b>	25 VE ALTI	177	3,97 ± 0,76	4 (1,33-5)	163,7	8544	0,001	MWU	1>2
	25 ÜZERİ	123	3,7 ± 0,71	3,67 (1,67-5)	131,5				
<b>ÖNEMLİ KİŞİLER</b>	25 VE ALTI	177	2,19 ± 1,11	2 (1-5)	131,9	7590	0,000	MWU	1<2
	25 ÜZERİ	123	2,77 ± 1,11	2,75 (1-5)	177,3				
<b>SOSYOKÜLTÜR EL TOPLAM</b>	25 VE ALTI	177	2,68 ± 0,65	2,68 (1,23-3,97)		-3,08	0,002	T Test	1<2
	25 ÜZERİ	123	2,92 ± 0,66	2,87 (1,55-4,61)					
<b>KAS ODAKLI DAVRANIŞ</b>	25 VE ALTI	177	2,48 ± 1,14	2,25 (1-5,75)	150	10796	0,904	MWU	
	25 ÜZERİ	123	2,51 ± 1,18	2,25 (1-6)	151,2				
<b>KAS ODAKLI TUTUM</b>	25 VE ALTI	177	3,22 ± 1,22	3,14 (1-6)		-0,298	0,766	T Test	
	25 ÜZERİ	123	3,26 ± 1,2	3,43 (1-6)					
<b>KASLILIK TOPLAM</b>	25 VE ALTI	177	2,83 ± 1,07	2,8 (1-5,6)	149,5	10712	0,814	MWU	
	25 ÜZERİ	123	2,86 ± 1,04	2,93 (1,07-6)	151,9				

Tablo 2 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından medya alt boyutunun VKİ ikili grup değişkeni bağlamında VKİ arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 25 altı vücut kitle indeksine sahip bireylerin medya puanlarının 25 üzeri vücut kitle indeksine sahip olan bireylere göre daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 2 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından aile alt boyutunun VKİ ikili grup değişkeni bağlamında VKİ arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 25 altı vücut kitle indeksine sahip bireylerin aile puanlarının 25 üzeri vücut kitle indeksine sahip olan bireylere göre daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 2 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutunun VKİ ikili grup değişkeni bağlamında VKİ arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 25 altı vücut kitle indeksine sahip bireylerin yakın arkadaş puanlarının 25 üzeri vücut kitle indeksine sahip olan bireylere göre daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 2 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutunun VKİ ikili grup değişkeni bağlamında VKİ arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 2 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutunun VKİ ikili grup değişkeni bağlamında VKİ arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 2 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutunun VKİ ikili grup değişkeni bağlamında VKİ arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 25 altı vücut kitle indeksine sahip bireylerin genel çekicilik puanlarının 25 üzeri vücut kitle indeksine sahip olan bireylere göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 2 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutunun VKİ ikili grup değişkeni bağlamında VKİ arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 25 altı vücut kitle indeksine sahip bireylerin önemli kişiler puanlarının 25 üzeri vücut kitle indeksine sahip olan bireylere göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 2 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplamının VKİ ikili grup değişkeni bağlamında VKİ arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 25 altı vücut kitle indeksine sahip bireylerin sosyokültürel toplam puanlarının 25 üzeri vücut kitle indeksine sahip olan bireylere göre daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 2 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutunun VKİ ikili grup değişkeni bağlamında VKİ arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 2 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutunun VKİ ikili grup değişkeni bağlamında VKİ arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 2 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplamının VKİ ikili grup değişkeni bağlamında VKİ arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

**Tablo 3.3: Cinsiyet değişkenine göre kaslılık dürtüsü ve görünüme yönelik sosyokültürel tutumlara ilişkin T Testi ve Man Whitney U Analizleri**

CİNSİYET									
		Valid N	ORT±S S	MEDYAN (MİN-MAKS)	SIRA ORT	TES T	P	TEST ADI	FARK YORUM
MEDYA	Kadın	134	2,4 ± 1,3	2 (1-5)	153,5	1071 7	0,58 3	MWU	
	Erkek	166	2,28 ± 1,15	2 (1-5)	148,1				
AİLE	Kadın	134	2,22 ± 1,04	2 (1-4,5)	149,9	1104 2	0,91 4	MWU	
	Erkek	166	2,2 ± 0,95	2 (1-5)	159,9				
YAKIN ARKADAŞ	Kadın	134	2,34 ± 1,2	2,5 (1-5)	149,2	1095 4	0,82 1	MWU	
	Erkek	166	2,33 ± 1,14	2,25 (1-5)	151,5				
İNCELİK	Kadın	134	3,02 ± 1,02	3 (1,25-5)	183,1	6741	0,00 0	MWU	1>2
	Erkek	166	2,31 ± 0,89	2,25 (1-5)	124,1				
KASLILIK	Kadın	134	2,49 ± 1,05	2,4 (1-5)	105,9	5148	0,00 0	MWU	1>2
	Erkek	166	3,48 ± 0,84	3,6 (1,4-5)	186,4				
GENEL ÇEKİCİLİK	Kadın	134	3,88 ± 0,79	3,83 (1,33-5)	153,6	1070 3	0,57 4	MWU	
	Erkek	166	3,84 ± 0,72	3,75 (1,67-5)	147,9				
ÖNEMLİ KİŞİLER	Kadın	134	2,39 ± 1,22	2 (1-5)	146,4	1057 5	0,46 2	MWU	
	Erkek	166	2,46 ± 1,08	2,25 (1-5)	153,8				
SOSYOKÜLTÜ REL TOPLAM	Kadın	134	2,75 ± 0,68	2,73 (1,23-4,13)		- 0,63 6	0,52 5	T Test	
	Erkek	166	2,8 ± 0,65	2,76 (1,29-4,61)					
KAS ODAKLI DAVRANIŞ	Kadın	134	1,99 ± 0,99	1,75 (1-5,75)	109,6	5650	0,00 0	MWU	1>2
	Erkek	166	2,89 ± 1,13	2,81 (1,13-6)	183,4				
KAS ODAKLI TUTUM	Kadın	134	2,94 ± 1,18	3 (1-5,57)		- 3,87 4	0,00 0	T Test	2>1
	Erkek	166	3,48 ± 1,19	3,43 (1-6)					
KASLILIK TOPLAM	Kadın	134	2,44 ± 0,93	2,37 (1-5,6)	116,4	6556	0,00 0	MWU	1>2
	Erkek	166	3,17 ± 1,03	3,13 (1,27-6)	178				

Tablo 3 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından medya alt boyutunun cinsiyet değişkeni bağlamında cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.



Tablo 3 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından aile alt boyutunun cinsiyet değişkeni bağlamında cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 3 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutunun cinsiyet değişkeni bağlamında cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 3 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutunun cinsiyet değişkeni bağlamında cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında kadın bireylerin incelik puanlarının erkek bireylerden yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 3 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutunun cinsiyet değişkeni bağlamında cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında kadın bireylerin kaslılık puanlarının erkek bireylerden yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 3 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutunun cinsiyet değişkeni bağlamında cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 3 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutunun cinsiyet değişkeni bağlamında cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 3 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplamının cinsiyet değişkeni bağlamında cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 3 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutunun cinsiyet değişkeni bağlamında cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında kadın bireylerin kas odaklı davranış puanlarının erkek bireylerden yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 3 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutunun cinsiyet değişkeni bağlamında cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında erkek bireylerin kas odaklı tutum puanlarının kadınbireylerden yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 3 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplamının cinsiyet değişkeni bağlamında cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında kadın bireylerin kaslılık toplam puanlarının erkek bireylerden yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

**Tablo 3.4: Eğitim durumu değişkenine göre kaslılık dürtüsü ve görünümüne yönelik sosyokültürel tutumlara ilişkin Kruskal Wallis, Welch ve Anova Analizleri**

EĞİTİM DURUMU									
		Valid N	ORT±SS	MEDYAN (MİN-MAKS)	SIRA ORT	TEST	p	TEST ADI	FAR K YOR UM
<b>MEDYA</b>	İLKOKUL-ORTAOKUL	22	2,52 ± 1,21	2,25 (1-5)	167,27	5,53	0,137	KWH	
	LİSE	86	2,03 ± 0,96	1,88 (1-4,5)	135,8				
	ÜNİVERSİTE	175	2,42 ± 1,33	2,25 (1-5)	152,75				
	LİSANS ÜSTÜ	17	2,68 ± 1,06	2,75 (1-5)	180,03				
<b>AİLE</b>	İLKOKUL-ORTAOKUL	22	2,58 ± 1,03	2,63 (1-4,5)	181,27	3,31	0,345	KWH	
	LİSE	86	2,15 ± 0,9	2 (1-4,25)	147,85				
	ÜNİVERSİTE	175	2,2 ± 1,02	2 (1-5)	149,2				
	LİSANS ÜSTÜ	17	2,07 ± 1,01	2 (1-4)	137,47				
<b>YAKIN ARKADAŞ</b>	İLKOKUL-ORTAOKUL	22	2,9 ± 1,19	2,88 (1-5)	190,43	5,45	0,142	KWH	
	LİSE	86	2,26 ± 1,1	2,13 (1-5)	147,01				
	ÜNİVERSİTE	175	2,33 ± 1,2	2,25 (1-5)	148,63				
	LİSANS ÜSTÜ	17	2,07 ± 0,89	2,5 (1-3)	135,74				
<b>İNCELİK</b>	İLKOKUL-ORTAOKUL	22	2,99 ± 1,22	3,25 (1-4,5)	178,95	3,03	0,386	KWH	
	LİSE	86	2,56 ± 1,02	2,5 (1-5)	145,12				
	ÜNİVERSİTE	175	2,62 ± 1	2,5 (1-5)	150,71				
	LİSANS ÜSTÜ	17	2,5 ± 0,8	2,25 (1,75-4,5)	138,68				
<b>KASLILIK</b>	İLKOKUL-ORTAOKUL	22	2,76 ± 0,99	2,7 (1,4-4,2)	128,2	13,97	0,003	KWH	3>2
	LİSE	86	2,74 ± 1,07	2,8 (1-5)	126,5				
	ÜNİVERSİTE	175	3,23 ± 1,02	3,4 (1-5)	166,1				
	LİSANS ÜSTÜ	17	2,92 ± 1,17	2,6 (1,4-4,8)	140,4				
<b>GENEL ÇEKİCİLİK</b>	İLKOKUL-ORTAOKUL	22	3,33 ± 0,87	3,42 (1,67-5)	100,1	17,24	0,001	KWH	3>1
	LİSE	86	3,71 ± 0,81	3,5 (1,33-5)	131,8				
	ÜNİVERSİTE	175	4 ± 0,68	4 (1,83-5)	166,21				
	LİSANS ÜSTÜ	17	3,84 ± 0,66	4,17 (2,33-4,67)	148,2				
<b>ÖNEMLİ KİŞİLER</b>	İLKOKUL-ORTAOKUL	22	2,94 ± 1,2	3 (1-4,75)	188,07	4,79	0,188	KWH	
	LİSE	86	2,29 ± 0,98	2 (1-4,5)	143,74				

	ÜNİVERSİTE	175	2,43 ± 1,2	2 (1-5)	149,66				
	LİSANS ÜSTÜ	17	2,38 ± 1,21	2,75 (1-5)	144,71				
<b>SOSYOKÜLTÜREL TOPLAM</b>	İLKOKUL-ORTAOKUL	22	2,89 ± 0,81	2,74 (1,55-4,45)		2,69	0,056	WELCH	
	LİSE	86	2,62 ± 0,59	2,63 (1,23-3,81)					
	ÜNİVERSİTE	175	2,84 ± 0,69	2,84 (1,42-4,61)					
	LİSANS ÜSTÜ	17	2,72 ± 0,47	2,68 (1,97-3,52)					
<b>KAS ODAKLI DAVRANIŞ</b>	İLKOKUL-ORTAOKUL	22	2,35 ± 1,21	2 (1-5,25)	138	1,38	0,709	KWH	
	LİSE	86	2,35 ± 0,94	2,25 (1-4,38)	144,62				
	ÜNİVERSİTE	175	2,56 ± 1,22	2,25 (1-6)	153,92				
	LİSANS ÜSTÜ	17	2,73 ± 1,42	2,38 (1-5,25)	161,24				
<b>KAS ODAKLI TUTUM</b>	İLKOKUL-ORTAOKUL	22	3,15 ± 1,25	3,43 (1-4,86)		1,95	0,122	ANOVA	
	LİSE	86	3 ± 1,09	3 (1-6)					
	ÜNİVERSİTE	175	3,38 ± 1,23	3,43 (1-6)					
	LİSANS ÜSTÜ	17	3,13 ± 1,45	3,43 (1-5,29)					
<b>KASLILIK TOPLAM</b>	İLKOKUL-ORTAOKUL	22	2,72 ± 1,13	2,33 (1,33-5)	138,93	3,84	0,278	KWH	
	LİSE	86	2,65 ± 0,87	2,53 (1-4,47)	137,05				
	ÜNİVERSİTE	175	2,94 ± 1,09	2,93 (1-6)	158,05				
	LİSANS ÜSTÜ	17	2,92 ± 1,36	3 (1-5,27)	155,79				

Tablo 4 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından medya alt boyutunun eğitim durumu değişkeni bağlamında eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 4 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından aile alt boyutunun eğitim durumu değişkeni bağlamında eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 4 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutunun eğitim durumu değişkeni bağlamında eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 4 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutunun eğitim durumu değişkeni bağlamında eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 4 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutunun eğitim durumu değişkeni bağlamında eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında üniversite mezunu bireylerin kaslılık puanlarının lise mezunlarına göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 4 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutunun eğitim durumu değişkeni bağlamında eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında üniversite mezunu bireylerin genel çekicilik puanlarının ilkokul-ortaokul mezunlarına göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 4 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutunun eğitim durumu değişkeni bağlamında eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 4 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplumun eğitim durumu değişkeni bağlamında eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 4 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kaslı odaklı davranış alt boyutunun eğitim durumu değişkeni bağlamında eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 4 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kaslı odaklı tutum alt boyutunun eğitim durumu değişkeni bağlamında eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 4 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplumunun eğitim durumu değişkeni bağlamında eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

**Tablo 3.5: Gelir durumu değişkenine göre kaslılık dürtüsü ve görünüme yönelik sosyokültürel tutumlara ilişkin Kruskal Wallis, Welch ve Anova Analizleri**

GELİR DURUMU									
	GELİR	Vali d N	ORT±S	MEDYAN (MİN-MAKS)	SIRA ORT	TEST	p	TEST ADI	FAR K YOR UM
MEDYA	2000-3500	78	2,21 ± 1,63	1,63 (1-5)	138,32	7,102	0,131	KWH	
	3501-5000	56	2,56 ± 3	3 (1-5)	170,86				
	5001-6500	76	2,43 ± 2,25	2,25 (1-5)	157,23				
	6501-8000	45	2,09 ± 1,25	1,25 (1-5)	133,1				
	8001 ve üzeri	45	2,33 ± 2,5	2,5 (1-4)	152,31				

<b>AİLE</b>	2000-3500	78	2,08 ± 2	2 (1-4,25)	140,89	2,097	0,718	KWH	
	3501-5000	56	2,31 ± 2,25	2,25 (1-4)	161,53				
	5001-6500	76	2,24 ± 2	2 (1-4,5)	152,91				
	6501-8000	45	2,21 ± 1,75	1,75 (1-5)	146,46				
	8001 ve üzeri	45	2,23 ± 2	2 (1-4,5)	153,41				
<b>YAKIN ARKADAŞ</b>	2000-3500	78	2,12 ± 2	2 (1-5)	134,12	6,869	0,143	KWH	
	3501-5000	56	2,41 ± 2,63	2,63 (1-4,25)	161,88				
	5001-6500	76	2,6 ± 2,5	2,5 (1-5)	166,21				
	6501-8000	45	2,28 ± 2	2 (1-5)	146,96				
	8001 ve üzeri	45	2,23 ± 2	2 (1-5)	141,73				
<b>İNCELİK</b>	2000-3500	78	2,54 ± 2,25	2,25 (1-4,5)	145,81	10,026	0,04	KWH	4<3,2 5<3,2
	3501-5000	56	2,79 ± 2,75	2,75 (1-4,5)	170,41				
	5001-6500	76	2,81 ± 2,75	2,75 (1-5)	164,41				
	6501-8000	45	2,46 ± 2,25	2,25 (1-5)	129,58				
	8001 ve üzeri	45	2,4 ± 2,25	2,25 (1-5)	131,28				
<b>KASLILIK</b>	2000-3500	78	3,29 ± 3,4	3,4 (1-5)	171,22	7,302	0,121	KWH	
	3501-5000	56	2,82 ± 2,9	2,9 (1-4,6)	134,17				
	5001-6500	76	3,03 ± 3	3 (1-4,8)	150,62				
	6501-8000	45	2,98 ± 3	3 (1-4,6)	145,41				
	8001 ve üzeri	45	2,94 ± 3	3 (1-5)	139,8				
<b>GENEL ÇEKİCİLİK</b>	2000-3500	78	3,96 ± 4,08	4,08 (1,67-5)	163,91	7,184	0,126	KWH	
	3501-5000	56	3,88 ± 3,67	3,67 (2-5)	151,68				
	5001-6500	76	3,86 ± 3,67	3,67 (1,33-5)	150,57				
	6501-8000	45	3,61 ± 3,67	3,67 (1,83-5)	121,17				
	8001 ve üzeri	45	3,91 ± 3,67	3,67 (2,17-5)	155				
<b>ÖNEMLİ KİŞİLER</b>	2000-3500	78	2,43 ± 2	2 (1-5)	150,19	3,822	0,431	KWH	
	3501-5000	56	2,33 ± 2,25	2,25 (1-5)	145,3				
	5001-6500	76	2,65 ± 2,5	2,5 (1-5)	165,89				
	6501-8000	45	2,34 ± 2	2 (1-5)	144,04				
	8001 ve üzeri	45	2,26 ± 2	2 (1-5)	137,98				
<b>SOSYOKÜLTÜREL TOPLAM</b>	2000-3500	78	2,76 ± 2,69	2,69 (1,55-4,13)		0,855	0,493	WELC H	
	3501-5000	56	2,81 ± 2,89	2,89 (1,58-3,9)					
	5001-6500	76	2,88 ± 2,84	2,84 (1,23-4,45)					

	6501-8000	45	2,65 ± 2,61	2,61 (1,68-4,61)					
	8001 ve üzeri	45	2,71 ± 2,68	2,68 (1,29-3,74)					
<b>KAS ODAKLI DAVRANIŞ</b>	2000-3500	78	2,63 ± 2,5	2,5 (1-5,75)	164,18	6,168	0,187	KWH	
	3501-5000	56	2,23 ± 1,94	1,94 (1-5)	127,57				
	5001-6500	76	2,42 ± 2,38	2,38 (1-5,38)	148,34				
	6501-8000	45	2,64 ± 2,13	2,13 (1-6)	156,6				
	8001 ve üzeri	45	2,55 ± 2,25	2,25 (1-5,25)	152,88				
<b>KAS ODAKLI TUTUM</b>	2000-3500	78	3,36 ± 3,29	3,29 (1-5,86)		1,115	0,35	ANO VA	
	3501-5000	56	3,02 ± 3,14	3,14 (1-5,14)					
	5001-6500	76	3,22 ± 3,36	3,36 (1-6)					
	6501-8000	45	3,13 ± 2,86	2,86 (1,29-6)					
	8001 ve üzeri	45	3,45 ± 3,57	3,57 (1-5,71)					
<b>KASLILIK TOPLAM</b>	2000-3500	78	2,97 ± 3,03	3,03 (1,33-5,6)	163,62	5,534	0,237	KWH	
	3501-5000	56	2,6 ± 2,4	2,4 (1-5,07)	130,54				
	5001-6500	76	2,79 ± 2,87	2,87 (1-5,4)	148,62				
	6501-8000	45	2,87 ± 2,2	2,2 (1,2-6)	145,71				
	8001 ve üzeri	45	2,97 ± 3	3 (1-5,27)	160,57				

Tablo 5 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından medya alt boyutunun gelir durumu değişkeni bağlamında gelir durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 5 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından aile alt boyutunun gelir durumu değişkeni bağlamında gelir durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 5 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutunun gelir durumu değişkeni bağlamında gelir durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 5 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutunun gelir durumu değişkeni bağlamında gelir durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında 6501-8000 aralığında ve 8001 ve üzeri geliri olan bireylerin 5001-6500 aralığında ve 3501-5000 aralığında geliri olan bireylere göre incelik puanlarının düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 5 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutunun gelir durumu değişkeni bağlamında gelir durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 5 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutunun gelir durumu değişkeni bağlamında gelir durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 5 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutunun gelir durumu değişkeni bağlamında gelir durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 5 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplamının gelir durumu değişkeni bağlamında gelir durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 5 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kaslı odaklı davranış alt boyutunun gelir durumu değişkeni bağlamında eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 5 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kaslı odaklı davranış alt boyutunun gelir durumu değişkeni bağlamında eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 5 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplamının gelir durumu değişkeni bağlamında eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

**Tablo 3.6: Günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkenine göre kaslılık dürtüsü ve görünüme yönelik sosyokültürel tutumlara ilişkin Kruskal Wallis, Anova ve Welch Analizleri**

GÜNLÜK SOSYAL MEDYADA GEÇİRİLEN ZAMAN									
		Vali d N	ORT±S S	MEDYAN (MİN-MAKS)	SIRA ORT	TEST	p	TEST ADI	FARK YORU M
<b>MEDYA</b>	0-30dakika	29	1,99 ± 1	1,5 (1-4)	128,74	4,792	0,30 9	KWH	
	31-60dakika	50	2,2 ± 1,17	2 (1-5)	142,75				
	61-90dakika	73	2,19 ± 1,1	2 (1-5)	144,35				
	91-120dakika	54	2,54 ± 1,26	2,75 (1-5)	163,9				
	121dakika ve üzeri	94	2,49 ± 1,34	2,75 (1-5)	158,41				
<b>AİLE</b>	0-	29	2,1 ±	1,75 (1-3,75)	142,38	3,703	0,44	KWH	

	30dakika		0,93				8		
	31-60dakika	50	2 ± 0,94	1,88 (1-4,5)	132,16				
	61-90 dakika	73	2,17 ± 0,87	2 (1-4)	150,74				
	91-120 dakika	54	2,36 ± 1,15	2 (1-5)	158,95				
	121 dakika ve üzeri	94	2,3 ± 1,02	2,25 (1-4,25)	157,72				
<b>YAKIN ARKADAŞ</b>	0-30dakika	29	2,16 ± 1,01	2,5 (1-5)	138,9	1,848	0,76 4	KWH	
	31-60dakika	50	2,36 ± 1,13	2 (1-5)	152,03				
	61-90 dakika	73	2,26 ± 1,06	2 (1-5)	148,35				
	91-120 dakika	54	2,31 ± 1,28	2,25 (1-5)	143,51				
	121 dakika ve üzeri	94	2,45 ± 1,24	2,25 (1-5)	158,95				
<b>İNCELİK</b>	0-30dakika	29	2,47 ± 0,95	2,5 (1-4,75)	139,95	17,98	0,00 1	KWH	2<4,5
	31-60dakika	50	2,15 ± 0,93	1,88 (1-4,5)	107,92				
	61-90 dakika	73	2,6 ± 0,97	2,25 (1-5)	150,41				
	91-120 dakika	54	2,77 ± 0,97	2,75 (1-5)	165,01				
	121 dakika ve üzeri	94	2,86 ± 1,06	2,75 (1-5)	168,14				
<b>KASLILIK</b>	0-30dakika	29	2 ± 0,91	1,8 (1-4)	70,38	30,676	0,00 1	KWH	1<2,3,4,5
	31-60dakika	50	2,96 ± 1,11	3,1 (1-5)	144,13				
	61-90 dakika	73	3,19 ± 0,74	3,2 (1,4-4,6)	161,54				
	91-120 dakika	54	3,12 ± 0,86	3 (1,4-5)	152,03				
	121 dakika ve üzeri	94	3,23 ± 1,22	3,4 (1-5)	169,15				
<b>GENEL ÇEKİCİLİK</b>	0-30dakika	29	3,4 ± 0,75	3,33 (1,33-5)	100,74	42,69	0,00 1	KWH	1<4,5 2<4,5 3<5
	31-60dakika	50	3,52 ± 0,84	3,5 (1,67-5)	112,6				
	61-90 dakika	73	3,72 ± 0,66	3,67 (1,83-5)	132,84				
	91-120 dakika	54	4,05 ± 0,62	4,17 (2,5-5)	171,92				
	121 dakika ve üzeri	94	4,18 ± 0,68	4,33 (2,33-5)	187,43				
<b>ÖNEMLİ KİŞİLER</b>	0-30dakika	29	2,35 ± 1,1	3 (1-4,5)	146,76	2,38	0,66 6	KWH	
	31-60dakika	50	2,34 ± 1,13	2 (1-4,75)	143,55				
	61-90 dakika	73	2,41 ± 1,07	2,25 (1-5)	150,9				



	91-120 dakika	54	2,31 ± 1,18	2 (1-5)	140,71				
	121 dakika ve üzeri	94	2,57 ± 1,21	2,38 (1-5)	160,66				
<b>SOSYOKÜLTÜREL TOPLAM</b>	0-30dakika	29	2,41 ± 0,69	2,45 (1,23-3,81)		5,79	0,001	ANOV A	1<4,5 2<5
	31-60dakika	50	2,58 ± 0,72	2,48 (1,55-4,45)					
	61-90 dakika	73	2,74 ± 0,58	2,71 (1,68-3,9)					
	91-120 dakika	54	2,87 ± 0,65	2,87 (1,68-4,61)					
	121 dakika ve üzeri	94	2,96 ± 0,63	2,97 (1,58-4,13)					
<b>KAS ODAKLI DAVRANIŞ</b>	0-30dakika	29	2,24 ± 1,01	1,88 (1-4,38)	133,97	1,31	0,859	KWH	
	31-60dakika	50	2,51 ± 1,12	2,31 (1-5,38)	153,73				
	61-90 dakika	73	2,41 ± 0,97	2,13 (1-4,25)	149,08				
	91-120 dakika	54	2,61 ± 1,34	2,25 (1-6)	154,26				
	121 dakika ve üzeri	94	2,56 ± 1,25	2,25 (1-5,75)	152,83				
<b>KAS ODAKLI TUTUM</b>	0-30dakika	29	2,54 ± 0,93	2,57 (1-4,29)		5,53	0,001	WELCH	1<4,5
	31-60dakika	50	3,13 ± 1,22	3,14 (1-5,57)					
	61-90 dakika	73	3,09 ± 0,93	3 (1,14-6)					
	91-120 dakika	54	3,53 ± 1,27	3,71 (1-6)					
	121 dakika ve üzeri	94	3,46 ± 1,35	3,43 (1-5,86)					
<b>KASLILIK TOPLAM</b>	0-30dakika	29	2,38 ± 0,94	2,2 (1-4,33)	116,17	7,3	0,121	KWH	
	31-60dakika	50	2,8 ± 1,03	2,8 (1-4,87)	147,01				
	61-90 dakika	73	2,73 ± 0,8	2,8 (1,2-4,47)	144,73				
	91-120 dakika	54	3,04 ± 1,16	2,9 (1,07-6)	163,91				
	121 dakika ve üzeri	94	2,98 ± 1,16	3 (1-5,6)	159,72				

Tablo 6 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından medya alt boyutunun günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni bağlamında günlük sosyal medyada geçirilen zamanlar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 6 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından aile alt boyutunun günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni

bağlamında günlük sosyal medyada geçirilen zamanlar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 6 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutunun günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni bağlamında günlük sosyal medyada geçirilen zamanlar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 6 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutunun günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni bağlamında günlük sosyal medyada geçirilen zamanlar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında sosyal medyada günlük 31-60 dakika aralığında zaman geçiren bireylerin 91-120 dakika aralığında ve 121 dakika ve üzeri zaman geçiren bireylere göre incelik puanlarının düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 6 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutunun günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni bağlamında günlük sosyal medyada geçirilen zamanlar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında sosyal medyada günlük 0-30 dakika aralığında zaman geçiren bireylerin 31-60 dakika aralığında, 61-90 dakika aralığında , 91-120 dakika aralığında ve 121 dakika ve üzeri zaman geçiren bireylere göre kaslılık puanlarının düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 6 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutunun günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni bağlamında günlük sosyal medyada geçirilen zamanlar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında sosyal medyada günlük 0-30 dakika aralığında ve 31-60 dakika aralığında zaman geçiren bireylerin, 91-120 dakika aralığında ve 121 dakika ve üzeri zaman geçiren bireylere, 61-90 dakika aralığında zaman geçiren bireylerin 121 dakika ve üzeri zaman geçiren bireylere göre genel çekicilik puanlarının düşük olduğu ve gözlemlenmiştir.

Tablo 6 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutunun günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni bağlamında günlük sosyal medyada geçirilen zamanlar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 6 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplamın günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni bağlamında günlük sosyal medyada geçirilen zamanlar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık

bağlamında sosyal medyada günlük 0-30 dakika aralığında zaman geçiren bireylerin, 91-120 dakika aralığında ve 121 dakika ve üzeri zaman geçiren bireylere, 31-60 dk aralığında zaman geçiren bireylerin 121 dakika ve üzeri zaman geçiren bireylere göre sosyokültürel toplam puanlarının düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 6 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutunun günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni bağlamında günlük sosyal medyada geçirilen zamanlar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 6 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutunun günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni bağlamında günlük sosyal medyada geçirilen zamanlar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık bağlamında sosyal medyada günlük 0-30 dakika aralığında zaman geçiren bireylerin 91-120 dakika aralığında ve 121 dakika ve üzerinde zaman geçiren bireylere göre kas odaklı tutum puanlarının düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 6 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplamının günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni bağlamında günlük sosyal medyada geçirilen zamanlar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

**Tablo 3.7: Görünüme Yönelik Sosyokültürel Tutumlar ve Kaslılık Dürtüsü Korelasyon Testi**

Correlations												
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Spearm an's rho	YAŞ	0,073	,200*	,194*	0,034	-,284*	-,298*	,166*	-0,004	-,120*	-,115*	-,142*
		0,205	0,001	0,001	0,560	0,000	0,000	0,004	0,942	0,038	0,047	0,014
	BOY	-,011	-,0068	-,0006	-,202*	,413*	0,06	-,0014	0,056	,368*	,250**	,350**
		0,849	0,242	0,915	0,000	0,000	0,301	0,811	0,337	0,000	0,000	0,000
	KİLO	0,163**	,171*	,262*	-,0107	,250*	-,0061	,197*	,197*	,297*	,182**	,270**
		,005	0,003	0,000	0,064	0,000	0,296	0,001	0,001	0,000	0,002	0,000
	VKİ	0,224**	,311*	,386*	0,049	-,0021	-,162*	,316*	,233*	0,048	0,038	0,05
		0,005	0,000	0,000	0,399	0,717	0,005	0,000	0,000	0,408	0,508	0,389
		300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300
	EĞİTİM DURUMU	0,073	-,006	-,0075	-,0039	,175*	,208*	-,0043	0,078	0,068	0,105	0,103

		0,207	0,302	0,194	0,498	0,002	0,000	0,455	0,176	0,241	0,07	0,074
		300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300
	<b>GELİR DURUMUNUZ</b>	0,006	0,028	0,035	-0,079	-0,100	-	-	-	0,00	0,00	-
		0,922	0,625	0,545	0,172	0,084	0,111	0,667	0,384	0,818	0,99	0,82
		300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300
	<b>GÜNLÜK SOSYAL MEDYADA GEÇİRİLEN ZAMAN</b>	0,109	0,093	0,053	,202*	,230*	,373*	0,06	,268*	0,037	,192**	,127*
		0,058	0,107	0,362	0,000	0,000	0,000	0,301	0,000	0,520	0,00	0,02
		300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300
1	<b>MEDYA</b>	1,000	,495*	,565*	,321*	,209*	,044	,563*	,705*	,296*	,297**	,318**
		.	0,000	0,000	0,000	0,000	0,445	0,000	0,000	0,000	0,00	0,00
		300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300
2	<b>AİLE</b>	,495*	1,000	,687*	,357*	,163*	-	,616*	,707*	,255*	,239**	,278**
		0,000	.	0	0	0,005	0,793	0	0	0	0	0
		300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300
3	<b>YAKIN ARKADAŞ</b>	,565*	,687*	1,000	,368*	,167*	0,001	,745*	,768*	,263*	,294**	,318**
		0,000	0	.	0	0,004	0,982	0	0	0	0	0
		300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300
4	<b>İNCELİK</b>	,321*	,357*	,368*	1,000	0,102	,240*	,450*	,605*	0,054	,220**	,155**
		0,000	0	0	.	0,079	0	0	0	0,352	0	0,007
		300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300
5	<b>KASLILIK</b>	,209*	,163*	,167*	0,102	1,000	,388*	,211*	,523*	,628*	,603**	,684**
		0,000	0,005	0,004	0,079	.	0	0	0	0	0	0
		300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300
6	<b>GENEL ÇEKİCİLİK</b>	,044	-0,015	0,001	,240*	,388*	1,000	0,014	,377*	,139*	,244**	,204**
		0,445	0,793	0,982	0	0	.	0,813	0	0,016	0	0
		300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300
7	<b>ÖNEMLİ KİŞİLER</b>	,563*	,616*	,745*	,450*	,211*	0,014	1,000	,781*	,275*	,236**	,286**
		0,000	0	0	0	0	0,813	.	0	0	0	0
		300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300
8	<b>SOSYOKÜLTÜREL TOPLAM</b>	,705*	,707*	,768*	,605*	,523*	,377*	,781*	1,000	,434*	,487**	,512**
		0,000	0	0	0	0	0	0	.	0	0	0
		300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300
9	<b>KAS ODAKLI DAVRANIŞ</b>	,296*	,255*	,263*	0,054	,628*	,139*	,275*	,434*	1,000	,577**	,880**
		0,000	0	0	0,352	0	0,016	0	0	.	0	0
		300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300
10	<b>KAS ODAKLI TUTUM</b>	,297*	,239*	,294*	,220*	,603*	,244*	,236*	,487*	,577*	1,00	,886**

		0,000	0	0	0	0	0	0	0	0	.	0
		300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300
11	<b>KASLILIK TOPLAM</b>	,318*	,278*	,318*	,155*	,684*	,204*	,286*	,512*	,880*	,886	1,00
		*	*	*	*	*	*	*	*	*	**	0
		0,000	0	0	0,007	0	0	0	0	0	0	.
		300	300	300	300	300	300	300	300	300	300	300
	** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).											
	* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).											

Tablo 7 incelendiğinde yaş değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya altboyutu arasında

Tablo 7 incelendiğinde yaş değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından aile altboyutu arasında düşük düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde yaş değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından yakın arkadaş altboyutu arasında düşük düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde yaş değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından incelik altboyutu arasında ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde yaş değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından kaslılık altboyutu arasında düşük düzeyli negatif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde yaş değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu arasında düşük düzeyli negatif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde yaş değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından önemli kişiler altboyutu arasında düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde yaş değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplam arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde yaş değişkeni ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı davranış altboyutu ile arasında düşük düzeyli negatif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde yaş değişkeni ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı tutum altboyutu arasında düşük düzeyli negatif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde yaş değişkeni ile kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplam ile arasında düşük düzeyli negatif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde boy değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya altboyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde boy değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından aile altboyutu arasında bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde boy değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından yakın arkadaş altboyutu arasında bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde boy değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından incelik altboyutu arasında düşük düzeyde negatif ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde boy değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından kaslılık altboyutu arasında orta düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde boy değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu arasında bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde boy değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutu arasında bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde boy değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplam arasında bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde boy değişkeni ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı davranış altboyutu ile arasında düşük düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde boy değişkeni ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı tutum altboyutu arasında düşük düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde boy değişkeni ile kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplam arasında düşük düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kilo değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya altboyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kilo değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından aile altboyutu arasında düşük düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kilo değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından yakın arkadaş altboyutu arasında düşük düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kilo değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından incelik altboyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kilo değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından kaslılık altboyutu arasında düşük düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kilo değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu arasında bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kilo değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından önemli kişiler altboyutu arasında düşük düzeyli pozitif anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kilo değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplam ile arasında düşük düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kilo değişkeni ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı davranış altboyutu ile arasında düşük düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kilo değişkeni ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı tutum altboyutu arasında düşük düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kilo değişkeni ile kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplam ile arasında düşük düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde vki değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya altboyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde vki değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından aile altboyutu arasında düşük düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde vki değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından yakın arkadaş altboyutu arasında düşük düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde vki değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından incelik altboyutu arasında ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde vki değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından kaslılık altboyutu arasında bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde vki değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu arasında düşük düzeyli negatif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde vki değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından önemli kişiler altboyutu arasında düşük düzeyli pozitif anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde vki değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplam ile arasında düşük düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde vki değişkeni ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı davranış altboyutu ile arasında bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde vki değişkeni ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı tutum altboyutu arasında bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde vki değişkeni ile kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplam ile arasında bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde eğitim durumu değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde eğitim durumu değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından aile alt boyutu arasında orta ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde eğitim durumu değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutu arasında ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde eğitim durumu değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından incelik alt boyutu arasında ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde eğitim durumu değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından kaslılık alt boyutu arasında düşük düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde eğitim durumu değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu arasında düşük düzeyli pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde eğitim durumu değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutu arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde eğitim durumu değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplam ile arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde eğitim durumu değişkeni ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu ile arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde eğitim durumu değişkeni ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde eğitim durumu değişkeni ile kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplamı ile arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.



Tablo 7 incelendiğinde gelir durumu değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde gelir durumu değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından aile alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde gelir durumu değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından yakın arkadaş altboyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde gelir durumu değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından incelik alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde gelir durumu değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından kaslılık alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde gelir durumu i değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde gelir durumu değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından önemli kişiler altboyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde gelir durumu değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplam ile arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde gelir durumu değişkeni ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı davranış ile arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde gelir durumu değişkeni ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde gelir durumu değişkeni ile kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplamı ile arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya altboyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından aile altboyutu arasında ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından yakın arkadaş altboyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından incelik altboyutu arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından kaslılık altboyutu arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından önemli kişiler altboyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplam ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı davranış altboyutu ile arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı tutum altboyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde günlük sosyal medyada geçirilen zaman değişkeni ile kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplamı ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya alt boyutu ile aile alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya alt boyutu ile yakın arkadaş alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya alt boyutu ile incelik alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya alt boyutu ile kaslılık alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya alt boyutu ile genel çekicilik alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya alt boyutu ile önemli kişiler alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplam arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya alt boyutu ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya alt boyutu ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya alt boyutu ile kaslılık dürtüsü kaslılık toplamı arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından aile alt boyutu ile medya alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından aile alt boyutu ile yakın arkadaş alt boyutu arasında yüksek düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından aile alt boyutu ile incelik alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından aile alt boyutu ile kaslılık alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından aile alt boyutu ile genel çekicilik alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar aile alt boyutu ile önemli kişiler alt boyutu arasında yüksek düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından aile alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından sosyokültürel toplam ile arasında yüksek düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından aile alt boyutu ile kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından aile alt boyutu ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından aile alt boyutu ile kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplamı arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutu ile medya alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutu ile aile alt boyutu arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutu ile incelik alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutu ile kaslılık alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutu ile genel çekicilik alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar yakın arkadaş alt boyutu ile önemli kişiler alt boyutu arasında yüksek düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplam arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutu ile kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutu ile kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutu ile kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kaslılık toplamı alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından incelik alt boyutu ile medya alt boyutu arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutu ile aile alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutu ile yakın arkadaş alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutu ile kaslılık alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutu ile genel çekicilik alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutu ile önemli kişiler alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplam arasında yüksek düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutu ile kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutu ile kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutu ile kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplamı arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutu ile medya alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutu ile aile alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutu ile yakın arkadaş alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutu ile incelik alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutu ile genel çekicilik alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutu ile önemli kişiler alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplam arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutu ile kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu arasında yüksek düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutu ile kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile arasında yüksek düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutu ile kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplamı arasında yüksek düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu ile medya alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu ile aile alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu ile yakın arkadaş alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu ile incelik alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu ile kaslılık alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu ile önemli kişiler alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplam arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu ile kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu ile kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu ile kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplamı arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutu ile medya alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutu ile aile alt boyutu ile arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutu ile yakın arkadaş alt boyutu ile arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutu ile incelik alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutu ile kaslılık alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutu ile genel çekicilik alt boyutu ile arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutu ile sosyokültürel toplam ile arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutu ile kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.



Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutu ile kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutu ile kaslılık dürtüsü ölçeği kaslılık toplamı arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplam ile medya alt boyutu arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından sosyokültürel toplam ile aile alt boyutu ile arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutu sosyokültürel toplam ile yakın arkadaş alt boyutu ile arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından sosyokültürel toplam ile incelik alt boyutu arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından sosyokültürel toplam ile kaslılık alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplam ile genel çekicilik alt boyutu ile arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından sosyokültürel toplam ile önemli kişiler alt boyutu ile arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından sosyokültürel toplam ile kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından sosyokültürel toplam ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından sosyokültürel toplam ile kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kaslılık toplamı arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından medya alt boyutu ile arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından aile alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde ölçeği kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutu arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından sosyokültürel toplam arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu ile kaslılık toplamı alt boyutu ile arasında yüksek düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından medya alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından aile alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde ölçeği kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutu arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından sosyokültürel toplam arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı davranış alt boyutu ile arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ile kaslılık toplamı alt boyutu arasında yüksek düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kaslılık toplamı alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından medya alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kaslılık toplamı alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından aile alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kaslılık toplamı alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kaslılık toplamı alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından incelik alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde ölçeği kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kaslılık toplamı alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından kaslılık alt boyutu arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kaslılık toplamı alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kaslılık toplamı alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutu ile arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kaslılık toplamı alt boyutu ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçeği sosyokültürel toplam arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kaslılık toplamı alt boyutu ile kas odaklı davranış alt boyutu ile arasında yüksek düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 7 incelendiğinde kaslılık dürtüsü ölçeği alt boyutlarından kaslılık toplamı alt boyutu ile kas odaklı tutum alt boyutu ile arasında yüksek düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

## SONUÇ

Bu çalışmanın amacı Spor Merkezlerindeki Egzersiz Katılımcılarının Kaslılık Dürtüsü ile Görünüme Yönelik Sosyokültürel Tutumlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesidir.

Grogan (2008), yaptığı bir çalışmada bir kişi yaşlandıkça beden imajı üzerindeki etkilerin değiştiğini ve bu etkilerin daha güçlü ve daha zayıf hale gelebileceğini, böylece yaşam süresi boyunca beden imajının değişebileceğini vurgulamıştır. Bu bağlamda çalışmamızda elde edilen bulgular doğrultusunda yaş değişkeni ile kaslılık, genel çekicilik, kas odaklı tutum, kas odaklı davranış ve kaslılık toplamı arasında negative yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Çalışmamızda elde edilen bulgular doğrultusunda yaş değişkenine göre aile, yakın arkadaş, önemli kişiler ve incelik alt boyutlarına bakıldığında 18-22 yaş aralığındaki bireylerin değerlerinin 23-30 yaş aralığındaki ve 31 yaş üzeri bireylere göre daha düşük çıktığı ,görünüme yönelik sosyokültürel alt boyutlarından kaslılık, genel çekicilik ve kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı davranış, kas odaklı tutum ve kaslılık toplamına göre 31 ve üzeri yaş bireylerin 18-22 yaş aralığı ve 23-30 yaş aralığındaki bireylere göre daha düşük olduğu görülmektedir.

Daniel ve Bridges (2010) 244 erkek lisans öğrencisi ile kaslılık, medya ve nesnelleştirme teorisi arasındaki ilişkiyi incelemek için yaptığı çalışmasında, kaslılık dürtüsünün en güçlü yordayıcısının medya ve VKİ olduğunu belirtmiştir. Bu bağlamda çalışmamızda elde edilen bulgular ile medyanın bireylerde incelik, kaslılık,kas odaklı tutum, kas odaklı davranış ve kaslılık toplamı ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu görülmektedir. Çalışmamızda yer alan VKİ değişkenine göre bakıldığında ise çalışmamız Daniel ve Bridges (2010) yaptığı çalışma ile çelişmektedir. Çalışmamızda elde edilen bulgular doğrultusunda VKİ ile kas odaklı tutum, kas odaklı davranış ve kaslılık toplamı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Bedi.B. (2016) yaptığı yüksek lisans tez çalışmasında ilkokul mezunu olup vücut geliştirme sporu yapmayan bireylerin görünüş yönelimi düzeyleri eğitim düzeyi daha yüksek olan bireylere göre daha düşük olduğunu tespit etmiştir. Bu bağlamda çalışmamızda elde edilen bulgular doğrultusunda eğitim durumu değişkeni ile kaslılık ve genel çekicilik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Üniversite düzeyinde eğitim durumuna sahip olan bireylerin puanlarının daha düşük düzeyde eğitim durumuna sahip olanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Çalışmamızda elde edilen bulgular doğrultusunda incelik alt boyutunda gelir durumu değişkeninde gelir düzeyleri arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. 6501-8000

aralığında ve 8001 ve üzerinde gelire sahip olan bireylerin değerlerinin 5001- 6500 aralığında ve 3501- 5000 aralığında gelire sahip olan bireylere göre daha düşük olduğu görülmektedir. Elde edilen bulgular doğrultusunda düşük gelir düzeyine sahip olan bireylerin yüksek gelir düzeyine sahip olan bireylere göre ideal olarak sunulan ince bir görünüme sahip olma isteğinin daha fazla olduğu görülmektedir. Torucu (1992), ebeveyn tutumlarındaki farklılıklar ile sosyo-ekonomik düzeyin özgüvene olan etkisini ele aldığı çalışmasında, düşük sosyo ekonomik seviyeye sahip olan kişilerde düşük özgüven olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Uras (2004) tarafından yapılan çalışmanın amacı Türk üniversite öğrencileri örnekleminde, beden imgesi ve depresyon semptomları ilişkisini ve özgüvenin bu ilişkide oynadığı rolü araştırmaktır. Çalışmaya ODTÜ'nün çeşitli bölümlerinden 111'i kadın, 121'i erkek, 232 öğrenci katılmıştır. Araştırmada özgüvenin, beden imgesi ve depresyon semptomları ilişkisindeki aracı rolü test edilmiştir. Sonuç olarak, beden imgesi, özgüven ile anlamlı olarak ilişkili bulunmuştur. Çalışmamızda tespit edilen yüksek düzeyde gelir sahibi olan bireylerin puanlarının düşük düzeyde gelir sahibi olan bireylere göre düşük olmasının sebebi özgüvenden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Tiggemann ve Zaccardo'nun (2015) yaptığı çalışmada , fit olmayı teşvik eden fotoğraflar ve paylaşımları gören kadınların formlarını artırmak için ilham aldıklarını, ancak aynı zamanda görünüşlerinden de memnun olmama hissine kapıldıklarını tespit etmiştir. Bu bağlamda çalışmamızda elde edilen bulgular doğrultusunda sosyal medyada günlük geçirilen zaman değişkeni ile incelik, kaslılık, genel çekicilik, kas odaklı tutum ve kaslılık toplam arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Sosyal medyada geçirilen zaman arttıkça, ideal olarak sunulan vücut görünümüne maruz kalan bireylerin incelik, kaslılık, çekicilik, kas odaklı tutum ve kaslı olma istekleride artmaktadır.

Köse.E., Bayköse. N., Bal-Turan.E., Yerlisu-Lapa.T 'nın yaptığı çalışmada egzersiz yapan bireylerin olumsuz değerlendirilme korkusu ile vücut algısı ilişkili olup olumsuz değerlendirilme korkusunun vücut algısı üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğu ortaya konulmuştur. Lighthstone (2001) , beden imajının ailelerde ve akranlar arasında olup bitenlerle öğrenildiğini ve beden imajı üzerindeki en büyük etkinin kişinin geldiği kültür olduğunu bildirmiştir. Cash (2002) ailenin, akranların ve toplumun beden imajını ve görünümle ilgili tutumlarını etkilediği fikrine katılmaktadır. Grogan (2008), yapılan çeşitli araştırmalardan beden imajının aile, arkadaşlar, öğretmen, akran ve toplum gibi birçok faktörden etkilendiğini tespit etmiştir. Bu doğrultuda çalışmamızda elde edilen bulgular ile aile bireylerinin, akranların ve bireyler için önemli kişiler tarafından görünümle ilgili yapılan konuşmaların,

eleştirilerin bireylerin beden imajı ve görünümle ilgili tutumları ile ilişkisi olduğu görülmektedir.

Görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından medya alt boyutu ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı davranış, kas odaklı tutum alt boyutları ve kaslılık toplamı ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda medyada ideal olarak gösterilen görünüme maruz kalmak ve bu ideal görünüme ulaşma isteğinin artması bireylerde kas odaklı tutumlarını ve davranışlarını, kaslı olma isteğini arttırdığı görülmektedir.

Görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından aile alt boyutu ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı davranış, kas odaklı tutum alt boyutları ve kaslılık toplamı ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda aile bireylerinin kişilerin görünümüleriyle ilgili düşüncelerinin, eleştirilerinin bireylerde kas odaklı tutumlarını ve davranışlarını, kaslı olma isteğini arttırdığı görülmektedir.

Görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından yakın arkadaş alt boyutu ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı davranış, kas odaklı tutum alt boyutları ve kaslılık toplamı ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda bireylerin kendi görünümünü yakın arkadaşları ile karşılaştırmaları ve yakın arkadaşlarının görünümüyle ilgili konuşmaları bireylerde kas odaklı tutumlarını ve davranışlarını, kaslı olma isteğini arttırdığı görülmektedir.

Görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından incelik alt boyutu ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı tutum alt boyutu ve kaslılık toplamı ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda bireylerin ince görünme, zayıf olma isteğinin artması bireylerde kas odaklı tutumlarını ve kaslı olma isteğini arttırdığı görülmektedir.

Görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından kaslılık alt boyutu ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı davranış, kas odaklı tutum alt boyutları ve kaslılık toplamı ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda bireylerin kaslı gözükmeye isteğinin artması bireylerde kas odaklı tutumlarını ve davranışlarını, kaslı olma isteğini arttırdığı görülmektedir.

Görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından genel çekicilik alt boyutu ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı davranış, kas odaklı tutum alt boyutları ve kaslılık toplamı ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda bireylerin medyada ideal ve çekici olarak sunulan kadınlar için ince görünüm, erkekler için ise V şeklindeki kaslı görünüme benzeme isteği ve medyada, yakın arkadaşları

arasında çekici görünme isteğinin artması bireylerde kas odaklı tutumlarını ve davranışlarını, kaslı olma isteğini arttırdığı görülmektedir.

Görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar alt boyutlarından önemli kişiler alt boyutu ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı davranış, kas odaklı tutum alt boyutları ve kaslılık toplamı ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda bireylerin hayatlarında erkek arkadaş ya da kız arkadaş, aile büyükleri gibi önemli kişiler tarafından görünümüleriyle ilgili yapılan eleştiriler, şakalar ve konuşmalar bireylerde kas odaklı tutumlarını ve davranışlarını, kaslı olma isteğini arttırdığı görülmektedir.

Görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar sosyokültürel toplam ile kaslılık dürtüsü alt boyutlarından kas odaklı davranış, kas odaklı tutum alt boyutları ve kaslılık toplamı ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda sosyokültürel faktörlerin ve görünüme yönelik sosyokültürel tutumların artması bireylerde kas odaklı tutumlarını ve davranışlarını, kaslı olma isteğini arttırdığı görülmektedir.



## ÖNERİLER

Çalışmada elde edilen bulgular sonucunda;

Bu doğrultuda sosyal medya kullanımı ve kullanım süresi kontrol altına alınabilir, medyada takip edilen ve paylaşılan içerikler kontrol edilebilir.

Birey ile alay etmek, şaka yapmak yerine görünümü ile ilgili doğru bir açıklamayla sağlıklı beslenme alışkanlığı kazandırılabilir ve egzersize yönlendirilebilir.

Bireylerin beslenme bilgisi ölçülebilir ve çıkan sonuç doğrultusunda gerekli eğitim verilebilir.

Lisanslı sporcularda kaslılık dürtüsü ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar arasındaki ilişki incelenebilir.

Sporcuların branşlarına göre kaslılık dürtüsü ile görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar arasındaki ilişki incelenebilir.

## KAYNAKÇA

- Amil, O. ve H. Bozgeyikli.( 2015). *Investigating the relationship between social appearance anxiety and loneliness of Turkish University Youth*. Journal of Studies in Social Sciences 11 (1), 68–96.
- Annette, S. K. (2009). *Family influence on disordered eating: The role of body image dissatisfaction*. Body Image 7 (1) , 8-14
- Aquilino, W. S. ve Supple, A. J. (2001). *Long-Term Effects of Parenting Practices During Adolescence on Well-Being Outcomes in Young Adulthood*. Journal of Family Issues, 22(3), 289–308.
- Argyle, M. (1967). *Psychology and Interpersonal Behaviour*. Pelican, New York.
- Ata, R. N., Ludden, A. B ve Lally, M. M. (2007). *The effects of gender and family, friend, and media influences on eating behaviors and body image during adolescence*. Journal of Youth and Adolescence, 36(8) , 1024–1037.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-hall, 247
- Bandura, A. (1994). *Social cognitive theory of mass communication. Media effects: Advances in theory and research* .I. Bryant and D. Zillman (Eds.), Hillsdale, New Jersey
- Barker, E. T. ve Galambos, N. L. (2003). *Body dissatisfaction of adolescent girls and boys: Risk and resource factors*. The Journal of Early Adolescence, 23, 141-165.
- Baumeister, Roy F. (1993). *Preface to Self-Esteem: The Puzzle of Low Self-Regard*, Plenum, New York.
- Bedi. B. (2016). *Amatör Beden Geliştirme Sporu Yapan Yetişkin Erkeklerin Beden İmajlarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi. İstanbul
- Bessenoff, G. R. (2006). *Can the media affect us? Social comparison, self-discrepancy, and the thin ideal*. Psychology of Women Quarterly, 30(3), 239–251.
- Bordo, S. (1993). *Unbearable weight: Feminism, Western culture, and the body*. Berkeley: University of California Press.
- Bozhüyük, A., Özcan, S., Kurdak, H., Akpınar, E., Saatçi, E. ve Bozdemir, N. (2012). *Sağlıklı yaşam biçimi ve aile hekimliği*. Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care 6(1).
- Brown, B. B. (2004). “*Adolescents’ relationships with peers*”, *Handbook of adolescent psychology*. M. L. Richard ve S. Laurence (Eds.), Hoboken, New Jersey.

- Cafri, G., Yamamiya, Y., Brannick, M., & Thompson, J. K. (2005). *The influence of sociocultural factors on body image: A meta-analysis*. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 12(4), 421–433.
- Carey, R. N., Donaghue, N. ve Broderick, P. (2013). *Peer culture and body image concern among Australian adolescent girls: A hierarchical linear modelling analysis*. *Sex Roles*, 69 (5-6), 250-263.
- Cash, T. F. (1990). “*The psychology of physical appearance: Aesthetics, attributes and images*”, *Body Images: Development, deviance and change*. T. Cash and T. Pruzinsky (Eds.), (51-79). Guilford Press, New York.
- Cash, T. F., Ancis, J. R., & Strachan, M. D. (1997). *Gender attitudes, feminist identity, and body images among college women*. *Sex Roles: A Journal of Research*, 36(7-8), 433–447.
- Cash, T.F. (2002). *The situational inventory of body-image dysphoria: Psychometric evidence and development of a short form*. *International Journal of Eating Disorders*, 32(3), 362-366.
- Choi, P. (2000). *Femininity and the physically activewoman*. Routledge, London.
- Claes, L , Hart,T.A.,Smits, D., Van Den Eynde, F., Mueller, A.ve Mitchell, J.E. (2012). *Validation of the Social Appearance Anxiety Scale in Female Eating Disorder Patients*. *European Eating Disorder Review*, 20(5), 406-409.
- Cohen, A. R. (1959). “*Some implications of self-esteem for social influence*”, *Personality and persuasibility*. C. I. Hovland ve I. L. Janis (Eds.), 102–120. Yale University Press.
- Cooley, E., ve Toray, T. (2001). *Body image and personality predictors of eating disorder symptoms during college years*. *International Journal of Eating Disorders*, 30(1), 28-36.
- Daniel, S. ve Bridges, S. K. (2010). *The Drive For Muscularity In Men: Media Influences And Objectification Theory*. *Body Image*, 7(1), 32-38
- Dion, K. (1986). “*Stereotyping based on physical attractiveness: Issues and conceptual perspectives*”, *Physical appearance, stigma, and social behavior*. C.P. Herman, M.P. Zanna and E.T. Higgins (Eds.), Hillsdale, New Jersey, Erlbaum.
- Dittmar, H. ve Howard, S. (2004). *Thin-ideal internalization and social comparison tendency as moderators of media models' impact on women's body-focused anxiety*. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(6), 768–791.

- Edwards, C., Tod, D., Molnar, G. ve Markland, D. (2016). *Predicting muscularity-related behavior, emotions, and cognitions in men: The role of psychological need thwarting, drive for muscularity, and mesomorphic internalization*. *Body Image*, 18, 108–112.
- Eroğlu, E. (2006). *Spor Merkezlerinde Üyelik Yöntemlerini Etkileyen Faktörlerin Araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Fallon, A. (1990). “*Culture in the mirror: Sociocultural determinants of body image*”, *Body images: Development, deviance and change*. T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), 80–109. Guilford Press, New York.
- Feather. N. T. (1991). *Human Values, Global Self-Esteem, and Belief in a Just World*. *Journal of Personality* 59(1).
- Festinger, L. (1954). *A theory of social comparison processes*. *Human Relations*, 7(2), 117-140.
- Field, A.E., Camargo, C.A., Jr, Taylor. B., Berkey, C.S., Roberts, S.B. ve Colditz, G.A. (2001). *Peer, parent, and media influences on the development of weight concerns and frequent dieting among preadolescent and adolescent girls and boys*. *Pediatrics*.107(1),54-60.
- Gecas, V. (1982). “*The Self-Concept*.”. *Annual Review of Sociology* 8,1-33.
- Gerbner, G., Gross, L.(1976). *The scary world of TV's heavy viewer*. *Psychology today*.
- Gerbner, G., Gross, L., Morgan, M. ve Signorielli, N. (1994). “*Growing up with television: The cultivation perspective*”, *Media effects: Advances in theory and research* . J. Bryant ve D. Zillman (Eds.), Hillsdale, New Jersey: Erlbaum.
- Gilbert-Diamond, D., Baylin, A., Mora-Plazas, M.ve Villamor, E. (2009). *Correlates of Obesity and Body Image in Colombian Women*. *Journal of Women’s Health* ,18(8),1145-51.
- Grogan, S. (2008). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women, and children*. Routledge, London.
- Grogan, S., Evans, R., Wright, S. ve Hunter, G. (2004).*Femininity and muscularity: Accounts of sevenwomen body builders*. *Journal of Gender Studies*,Heslington.13(1), 49–63.
- Grove, S.J., & Dodder, R.A. (1982). *Constructing measures to assess perceptions of sport functions: An exploratory investigation*. *International Journal of Sport Psychology*, 13(2), 96-106.
- Harrison, K. ve Hefner, V. (2006). *Media exposure, current and future body ideals, and disordered eating among preadolescent girls: A longitudinal panel study*. *Journal of Youth Adolescence*, 35(2), 153–163.

- Harrison, K. (2001). *Ourselves, Our Bodies: Thin-Ideal Media, Self-Discrepancies, and Eating Disorder Symptomatology in Adolescents*. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20(3), 289-323.
- Harrison, K.(2003). *Television Viewers' Ideal Body Proportions: The Case of the Curvaceously Thin Woman*. *Sex Roles*, 48, 255–264 .
- Hart, T. A., Mora, D. B., Palyo, S. A., Fresco, D. M., Holle, C. ve Heimberg, R. G. (2008). *Development and examination of the social appearance anxiety scale*. *Assessment*, 15(1), 48–59.
- Heinberg, L. J. (1996). “*Theories of body image disturbance: perceptual, developmental, and sociocultural factors*”. *Body images, eating disorders, and obesity*, J. K. Thompson (Ed). American Psychological Association, New York.
- Herbozo, S., Tantleff-Dunn, S., Gokee-Larose, J. ve Thompson, J. K. (2004). *Beauty and thinness messages in children’s media: A content analysis*. *Eating Disorders*, 12(1), 21–34.
- Higgins, E. T. (1987). *Self-discrepancy: A theory relating self and affect*. *Psychological Review*, 94(3), 319-340.
- Holmstrom, A.J. (2004). *The Effects of the Media on Body Image: A Meta-Analysis*. *Journal of Broadcasting and Electronic Media*, 48(2), 196-217.
- Horner, S. ve Swarbrooke, J. (2005). *Leisure Marketing A Global Perspective*, Elsevier Butterworth-Heinemann: Burlington MA.
- Jackson, R. (2002). *Religious Education: An interpretive approach*. Hodder and Stoughton, London.
- James, W. (1950). *The Principles of Psychology*. Dover, USA
- James, W. (1985/1992). *Psychology: The briefer course*. Notre Dame, IN: University of Notre Dame Press.
- Jones, D. C. (2001). *Social comparison and body image: Attractiveness comparisons to models and peers among adolescent girls and boys*. *Sex Roles*, 45(9-10), 645-664.
- Jones, D. C. (2004). *Body image among adolescent girls and boys: A longitudinal study*. *Developmental Psychology*, 40(5), 823-835.
- Kearney-Cooke, A. (2002). “*Familial influences on body image development*”, *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* T.F. Cash ve T. Pruzinsky (Eds.), Guilford Press, New York.

- Kichler, J. C. ve Crowther, J. H. (2001). *The effects of maternal modeling and negative family communication on women's eating attitudes and body image*. Behavior Therapy, 32(3), 443–457.
- Kluck, A. S. (2010). *Family influence on disordered eating: The role of body image dissatisfaction*. Body Image, 7(1), 8-14.
- Köse.E., Bayköse. N., Bal-Turan.E. ve Yerlisu-Lapa.T. (2016). *Düzenli egzersiz yapan bireylerde olumsuz değerlendirilme korkusunun vücut algılarını belirlemedeki rolü*. Mediterranean Journal of Humanities, 6(2), 351.
- Krcmar, M. , Giles, S. ve Helme, D. (2008) *Understanding the Process: How Mediated and Peer Norms Affect Young Women's Body Esteem*, Communication Quarterly, 56(2), 111-130.
- Krones, P. G., Stice, E., Batres, C. ve Orjada, K. (2005). *In vivo social comparison to a thinideal peer promotes body dissatisfaction: A randomized experiment*. International Journal of Eating Disorders, 38, 134-142.
- Lee, I.M., Shiroma, E.J., Lobelo, F., Puska, P., Blair, S.N. ve Katzmarzyk, P.T.(2012). *Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy*. Lancet Physical Activity Series Working, 380, 219-229.
- Leit, R. A., Gray, J. J. ve Pope, H. G. (2002). *The media's presentation of the ideal male body: A cause for muscle dysmorphia? . International Journal of Eating Disorder, 31(3), 334–338.*
- Levine MP. ve Smolak, L. (2002). *“Body image development in adolescence”*. *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. Cash, T.F. ve Pruzinsky, T (Eds.). Guilford, New York.
- Levine, M. P. ve Harrison, K. (2004). *“Media's Role in the Perpetuation and Prevention of Negative Body Image and Disordered Eating”*, *Handbook of eating disorders and obesity* . J. K. Thompson (Ed.), John Wiley & Sons, Inc.
- Levine, M.P ve Harrison, K. (2009). *Media Effects. Effects of media on eating disorders and body image*..Routledge, London.
- Lightstone, J. (2001). *Improving Body Image*. [www.edreferral.com/body\\_image.htm](http://www.edreferral.com/body_image.htm). (Retrieved: November 14, 2002)
- Lin, L. F. ve Kulik, J. A. (2002). *Social comparison and women's body satisfaction*. Basic and Applied Social Psychology, 24(2), 115-123.

- Littleton, H.L. ve Ollendick, T. (2003). *Negative body image and disordered eating behavior in children and adolescents: What places youth at risk and how can these problems be prevented?* Clin Child Fam Psychol Rev, 6(1), 51–66.
- McCabe ,M.P. ve Ricciardelli, L.A. (2003). *Body image and strategies to lose weight and increase muscle among boys and girls.* Health Psychol, 22(1):39–46.
- McCabe, M.P. ve Ricciardelli, L.A. (2001). *Parent, peer, and media influences on body image and strategies to both increase and decrease body size among adolescent boys and girls.* Adolescence 36(142):225–240.
- McCreary, D. R. ve Sasse, D. K. (2000). *An exploration of the drive for muscularity in adolescent boys and girls.* Journal of American college health, Washington. 48(6), 297-304.
- McKinley, N.M. (1999). *Women and objectified body consciousness: Mothers' and daughters' body experience in cultural, developmental, and familial context.* Developmental Psychology, 35(3), 760-769.
- Mosley, P. E. (2009). *Bigorexia: Bodybuilding and muscle dysmorphia.* European Eating Disorders Review, 17(3), 191–198.
- Muth, J. L. ve Cash, T. F. (1997). *Body image attitudes: What difference does gender make?* Journal of Applied Social Psychology, 27, 1438–1452.
- Özer, M. K. (2001). *Fiziksel uygunluk.* Nobel Yayın Dağıtım, Ankara
- Özer, M.K. (2013). *Fiziksel Uygunluk.* Nobel Yayın, Ankara: 4. Basım.
- Parke, R. D. ve Buriel, R. (2006). “*Socialization in the family: Ethnic and ecological perspectives*”, *Handbook of child psychology: Social, emotional, and personality development.* N. Eisenberg, W. Damon, ve R. M. Lerner (Eds.). John Wiley & Sons, Inc.
- Peters, M. A. ve Phelps, L. (2001). *Body image dissatisfaction and distortions, steroid use, and sex differences in college age bodybuilders.* Psychology in the Schools, 38(3), 283–289.
- Pope, H. G., Gruber, A. J., Mangweth, B., Bureau, B., deCol, C., Jouvent, R. ve Hudson, J. I. (2000). *Body image perception among men in three countries.* American Journal of Psychiatry, United Kingdom. 157(8), 1297– 1301.
- Ricciardelli, L.A., McCabe, M.P. ve Banfield, S. (2000). *Body image and body change methods in adolescent boys: Role of parents, friends, and the media.* Journal of Psychosom Research. 49(3), 189–197.

- Richins, M. (1991). *Social comparison and the idealized images of advertising*. Journal of Consumer Research, 18, 71-83.
- Rieves, L. ve Cash, T.F. (1996). *Reported social developmental factors associated with womens' body image attitudes*. Journal of Social Behavior and Personality, 11, 63-78.
- Rodgers, R. F., Paxton, S. J. ve Chabrol, H. (2009). *Effects of parental comments on body dissatisfaction and eating disturbance in young adults: A sociocultural model*. Body Image, 6, 171-177.
- Rosenberg, M, Schooler, C., Schoenbach, C. ve Rosenberg, F.(1995). *Global Self-Esteem and Specific Self-Esteem.*" American Sociological Review 60, 141-56.
- Rosenberg, M. (1990). "*The Self-Concept: Social Product and Social Force.*", *Social Psychology: Sociological Perspectives*. M. Rosenberg ve R. H. Turner (eds). New Brunswick, New Jersey.
- Sanftner, J. L., Crowther, J. H., Crawford, P. A. ve Watts, D. D. (1996). *Maternal influences (or lack thereof) on daughters' eating attitudes and behaviors*. Eating Disorders: The Journal of Treatment and Prevention, 4, 147–159.
- Smolak, L., Levine, M. P. ve Schermer, F. (1999). *Parental input and weight concerns among elementary school children*. International Journal of Eating Disorders, 28, 263–271.
- Stice, E. (2002). *Risk and Maintenance Factors for Eating Pathology: A Meta-Analytic Review*. Psychological Bulletin, 128, 825-848.
- Stokvis, R. (2006). *The emancipation of bodybuilding*. Sport in Society, 9(3), 463–479. Routledge, London.
- Striegel-Moore, R., Silberstein, L. ve Rodin, J. (1986). *Toward an understanding of risk factors for bulimia*. American Psychologist, 41, 246–263.
- Tantleff-Dunn, S. ve Gokee, J.L. (2002). "*Interpersonal influences on body image development*", *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. T.F. Cash ve T. Pruzinsky (Eds.). Guilford Press, New York.
- Thompson, J. K. ve Stice, E. (2001). *Thin-Ideal Internalization: Mounting Evidence for a New Risk Factor for Body-Image Disturbance and Eating Pathology*. Current Directions in Psychological Science, 10(5), 181–183.
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M. ve Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting Beauty*. American Psychological Association, Washington, DC.
- Tiggeman, M. , Slater, A. (2003). *Thin ideals in music television: A source of social comparison and body dissatisfaction*. International Journal of Eating Disorders.35(1),48-58.



- Tiggemann, M. (2002). “*Media Influences on Body Image Development*”, *Body image: A handbook of theory, research and clinical practice* .T. F. Cash ve T. Pruzinsky (Eds.). The Guilford Press, New York.
- Tiggemann, M. (2011). “*Sociocultural perspectives on human appearance and body image*”, *Body image: A handbook of science, practice, and prevention*. T. F. Cash ve L. Smolak (Eds.). The Guilford Press, New York.
- Tiggemann, M. ve Zaccardo, M. (2015). “*Exercise to be fit, not skinny*”: *The effect of fitspiration imagery on women's body image*. *Body image*, 15, 61-67.
- Türkiye Cumhuriyeti Gençlik ve Spor Bakanlığı (2017). Yıllara göre federasyonlara bağlı lisanslı sporcu sayısı, 2007-2014.  
[http://www.tuik.gov.tr/PreIstatistikTablo.do?istab\\_id=278](http://www.tuik.gov.tr/PreIstatistikTablo.do?istab_id=278)( Erişim: Ekim 25, 2018)
- Uras, B. Y. (2004). *Body satisfaction and depression symptoms relationship among university students: the mediating role of self esteem*. Yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Wankel, L.M. ve Berger, B.G. (1990). *The psychological and social benefits of sport and physical activity*. *Journal of Leisure Research*, 22, 167-182.
- Wright, S., Grogan, S. ve Hunter, G (2000). *Motivations for Anabolic Steroid use Among Bodybuilders*. *Journal of Health Psychology* Copyright © 2000 SAGE Publications London, Thousand Oaks and New Delhi.
- Xu, X., Mellor, D., Kiehne, M., Ricciardelli, L. A., McCabe, M. P., ve Xu, Y. (2010). *Body dissatisfaction, engagement in body change behaviors and sociocultural influences on body image among Chinese adolescents*. *Body Image*, 7, 156-164.

**EKLER****EK 1.KİŞİSEL BİLGİLER FORMU**

Değerli katılımcılar,

Bu çalışmanın amacı Spor merkezlerindeki egzersiz katılımcılarının kaslılık dürtüsü ve görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Gönüllü olarak çalışmaya verdiğiniz destek için teşekkür ederim.

Sercan TEPEGÖZ

Akdeniz Üniversitesi Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı

Yaş:

Boy:

Kilo:

Cinsiyet:

Erkek ( ) Kadın ( )

Eğitim

İlkokul-Ortaokul( ) Lise ( ) Üniversite( ) Lisansüstü( )

Geliriniz

2000-3500 TL( ) 3501-5000( ) 5001-6500 ( )6501-8000 ( ) 8001 ve üzeri ( )

Sosyal Medyada Günlük Geçirilen Zaman

0-30 dk( ) 31-60 dk( ) 61-90dk( ) 91-120 dk( ) 121 dakika ve üzeri ( )

**EK 2.GÖRÜNÜME YÖNELİK SOSYOKÜLTÜREL TUTUMLAR ÖLÇEĞİ – 4R  
(THE SOCIOCULTURAL ATTITUDES TOWARDS APPEARANCE SCALE-4R,  
SATAQ-4R)**

	Hiç Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Kararsızım	Oldukça Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1 . Kaslı görünmek benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
2. Giydiğim kıyafetlerin içinde iyi görünmek benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
3. Vücudumun çok zayıf görünmesini isterim.	1	2	3	4	5
4 . Kaslı görünmekle ilgili çok fazla düşünürüm.	1	2	3	4	5
5 Dış görünüşümle ilgili çok fazla düşünürüm.	1	2	3	4	5
6 Zayıf görünmekle ilgili çok fazla düşünürüm.	1	2	3	4	5
7 Güzel/yakışıklı görünmek isterim.	1	2	3	4	5
8 Vücudumun kaslı görünmesini isterim.	1	2	3	4	5
9 Dış görünüşüm hakkında çok da fazla düşünmem.	1	2	3	4	5
10 Vücudumun kaslı görünmesini istemem.	1	2	3	4	5
11 Vücudumun çok ince görünmesini isterim.	1	2	3	4	5
12 Çekici olmak benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
13 Vücudumda çok az yağ olması ile ilgili çok fazla düşünürüm.	1	2	3	4	5
14 Nasıl görüdüğümle ilgili çok fazla düşünmem.	1	2	3	4	5
15 Çok kaslı görünen bir vücutum olsun isterim.	1	2	3	4	5

**Aşağıdaki soruları ailenizi (ebeveynleri, ağabeyleri, ablaları, kardeşleri ve akrabalarınızı içerecek şekilde) düşünerek cevaplayınız.**

16 Daha zayıf görünmem konusunda üzerimde ailemin baskısını hissederim.	1	2	3	4	5
17 Dış görünüşümü düzeltmem konusunda üzerimde ailemin baskısını hissederim.	1	2	3	4	5
18 Vücut yağımı düşürmem konusunda ailem beni teşvik eder.	1	2	3	4	5
19 Ailem vücudumu daha iyi bir şekle sokmam konusunda beni teşvik eder.	1	2	3	4	5

**Aşağıdaki soruları akranlarınızı (yakın arkadaşlarınızı, sınıf arkadaşlarınızı ve aynı yaş grubunda olduğunuz diğer kişileri içerecek şekilde) düşünerek cevaplayınız.**

24 Zayıflamam konusunda hayatımdaki önemli kişiler beni teşvik eder.	1	2	3	4	5
25 Dış görünüşümü düzeltmem konusunda üzerimde hayatımdaki önemli kişilerin baskısını hissederim.	1	2	3	4	5
26 Vücudumun daha iyi görünmesi konusunda üzerimde hayatımdaki önemli kişilerin baskısını hissederim.	1	2	3	4	5
27 Vücut yağımı düşürmem konusunda hayatımdaki önemli kişilerden baskı görürüm.	1	2	3	4	5

**Aşağıdaki soruları medyayı (televizyon, dergiler, internet, filmler, reklam panoları ve reklamları içerecek şekilde) düşünerek cevaplayınız.**

28 Vücudumun daha iyi görünmesi konusunda üzerimde medyanın baskısını hissederim.	1	2	3	4	5
29 Daha zayıf görünmem konusunda üzerimde medyanın baskısını hissederim.	1	2	3	4	5

30 Dış görünüşümü düzeltmem konusunda üzerimde medyanın baskısını hissedirim.	1	2	3	4	5
31 Vücut yağımı düşürmem konusunda üzerimde medyanın baskısını hissedirim.					

### EK 3.KASLILIK DÜRTÜSÜ ÖLÇEĞİ

BÖLÜM 2						
(KDÖ)						
Değerli katılımcı, Aşağıda verilen ifadeleri 1 (Tamamen katılmıyorum) ile 6 (tamamen katılıyorum) arasında puanlayınız.						
1. Keşke daha kaslı olsaydım	1	2	3	4	5	6
2. Kas yapmak için ağırlıkları kaldırıyorum.	1	2	3	4	5	6
3. Protein veya enerji takviyeleri kullanıyorum.	1	2	3	4	5	6
4. Kilo artırıcı ya da protein tozları içiyorum.	1	2	3	4	5	6
5. Bir gün içinde tüketebildiğim kadar çok kalori tüketiyorum	1	2	3	4	5	6
6. Ağırlık antrenman oturumunu kaçırsam <i>kendimi</i> suçlu hissedirim.	1	2	3	4	5	6
7. Eger daha fazla kas kitlesine sahip olsaydım daha özgüvenli hissederdim.	1	2	3	4	5	6
8. Diğer insanlar ağırlıklar ile sıklıkla çalıştığımı düşünüyorlar.	1	2	3	4	5	6
9. Kas Kitlesi olarak 5 kilo daha kazanırsam daha iyi görüneceğimi düşünüyorum	1	2	3	4	5	6
10. Anabolik steroid almayı düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6
11. Sanırım biraz daha fazla kas kitlesi kazanırsam daha güçlü hissedeceğim.	1	2	3	4	5	6
12. Benim ağırlık antrenman programımın hayatımın diğer yönleriyle etkileşimde olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6
13. Kollarımın yeterince kaslı olmadığına inanıyorum.	1	2	3	4	5	6
14. Göğsümün yeterince kaslı olmadığına inanıyorum	1	2	3	4	5	6
15. Bacaklarımın yeterince kaslı olmadığına inanıyorum	1	2	3	4	5	6

## ÖLÇEK İZİNLERİ

### Kaslılık Dürtüsü Ölçeği Kullanım İzini



Özlem Bozo <

Kime: Siz



kasli-olma-durtusu-olcegi-ko...  
422 KB

Sayın Sercan Tepegöz,  
Tez çalışmanız kapsamında Kaslı Olma Dürtüsü Ölçeğini kullanabilirsiniz. Ölçek ektedir. Çalışmalarınızda başarılar dilerim,  
Özlem Bozo

### Görünüme Yönelik Sosyokültürel Tutumlar Ölçeği Kullanım İzini



"Özlem Bozo Özen" <

Kime: Siz



sataq makalesi.pdf



sataq.doc

2 ek (990 KB) Tümünü OneDrive'a kaydet Tümünü indir

Sayın Sercan Tepegöz,  
Tez çalışmanız kapsamında bahsi geçen ölçeği kullanabilirsiniz.  
Çalışmalarınızda kolaylıklar ve başarılar dilerim.  
Prof. Dr. Özlem Bozo Özen

## ÖZGEÇMİŞ

<b>Adı ve SOYADI</b>	<b>Sercan TEPEGÖZ</b>
<b>EĞİTİM DURUMU</b>	
<b>Mezun Olduğu Lise</b>	Ali Osman Sönmez Teknik ve Endüstri Meslek Lisesi / BURSA, 2013
<b>Lisans Diploması</b>	Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü
<b>Yabancı Dil / Diller</b>	İngilizce
<b>İŞ DENEYİMİ</b>	
<b>Çalıştığı Kurumlar</b>	Tofaş Spor Kulübü – Altyapı Voleybol Antrenörlüğü Kepez Belediyespor Kulübü – Voleybol Antrenörlüğü Akdeniz Üniversitesi- Altyapı Voleybol Antrenörlüğü Akdeniz Bilgi Spor Kulübü – .altyapı Voleybol Antrenörlüğü / Koordinatörlüğü Kırkgöz Döşemealtı Belediye ve GSK – A Takım Voleybol Yardımcı Antrenörlüğü