

## Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Fizik Kaygı Düzeylerinin Araştırılması

Esmâ MACCA<sup>1</sup>, Arslan KALKAVAN<sup>2</sup>, Nihal AKOĞUZ YAZICI<sup>3</sup>

### Özet

#### Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 11.10.2023  
Kabul Tarihi: 27.12.2023  
Online Yayın Tarihi:  
27.12.2023

#### Anahtar Kelimeler:

Spor, Kaygı, Stres,  
Üniversite Öğrencileri

#### DOI:

10.55238/seder.1374382

**Amaç:** Çalışmamızın amacı, üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerinin, yaşlarının, sınıflarının, spor yapma durumlarının ve spor dallarının sosyal fizik kaygısı üzerindeki etkilerini incelemektir.

**Gereç ve Yöntem:** Çalışmanın araştırma grubunu farklı bölümlerde öğrenim gören 413 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmaya sadece gönüllü olarak katılmak isteyen öğrenciler dahil edilmiştir. Araştırma verilerinin toplanmasında kişisel bilgi formu ve Sosyal Fizik Kaygı Envanteri kullanılmıştır. Oluşturulan anket formu, örneklem grubuna yüz yüze anket yöntemi kullanılarak doldurtulmuştur. Normal dağıldığı tespit edilen verilerin analizinde iki grup için Bağımsız Gruplarda T-Testi, üç ve üzeri gruplarda Tek Yönlü Anova analizinden faydalanılmıştır.

**Bulgular:** Çalışmanın bulgularında cinsiyet, sınıf ve spor yapma durumu açısından sosyal fizik kaygısı düzeylerinde anlamlı fark olduğu görülürken ( $p<0,05$ ), yaş ve spor dalı açısından sosyal fizik kaygısı düzeylerinde anlamlı fark olmadığı görülmüştür ( $p>0,05$ ).

**Sonuç:** Sonuç olarak kadınların, 1. sınıfta okuyanların ve spor yapmayanların sosyal fizik kaygısının yüksek olduğu belirlendi. Çalışmamızda bu durum kadınların duyguları daha fazla yaşamaları, 1. sınıfta olanların ergenlik çağlarında olmaları ve spor yapmayanların ise hareketsiz olmalarından kaynaklı kendilerini beğenmeme durumu ile açıklanmıştır. Bu sonuçlar aktif yaşam açısından ele alındığında, sporun öğrencilerin sosyal-fiziksel kaygı düzeyleri üzerinde etkili olduğunu, diğer bir deyişle kaygılarını azalttığını göstermektedir.

## Investigation of Social Physical Anxiety Levels of University Students, who Participating in Sport or Not

### Abstract

#### Article Info

Received: 11.10.2023  
Accepted: 27.12.2023  
Online Published:  
27.12.2023

#### Keywords:

Sport, Anxiety, Stress,  
University Students

**Aim:** The aim of our study is to examine the effects of university students' gender, age, class, sports status and sports branches on social physics anxiety.

**Method:** The research group of the study consisted of 413 students studying at different departments. Only students who wanted to participate voluntarily were included in the study. Personal information form and Social Physics Anxiety Inventory were used to collect research data. The created questionnaire was filled by the sample group using the face-to-face questionnaire method. T-Test for Independent Groups was used for two groups and One Way Anova analysis was used for groups of three or more in the analysis of the data found to be normally distributed.

**Results:** In the results of the study, it was observed that there was a significant difference in social physical anxiety levels in terms of gender, class and doing sports ( $p<0.05$ ), while there was no significant difference in social physical anxiety levels in terms of age and sports branch ( $p>0.05$ ).

**Conclusion:** It was determined that the social physics anxiety of women, first grade students and those who did not do sports were high. In our study, this was explained by the fact that women experienced emotions more, those who were in the first grade were in their adolescence, and those who did not do sports were inactive due to their dislike for themselves. When these results are considered in terms of active life, they show that sports are effective on students' social-physical anxiety levels, in other words, they reduce their anxiety.

<sup>1</sup>Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rize/Türkiye, E-Mail: esma.macca@gmail.com, ORCID: 0000-0003-1172-1623

<sup>2</sup>Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Rize/Türkiye, E-Mail: arslan.kalkavan@erdogan.edu.tr, ORCID: /0000-0001-9439-4976

<sup>3</sup>Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Rize/Türkiye, E-Mail: nihhal.akoguz@erdogan.edu.tr, ORCID: 0000-0002-4766-140X

## Giriş

Sosyal fizik kaygısı, bireyin başkaları tarafından değerlendirildiğini algıladığı durumlarda fiziksel görüntüsü ile ilgili olarak hissettiği endişeyi yansıtan, sosyal psikolojik değişkendir. Sosyal fizik kaygısının önemli olmasının nedeni sağlıkla ilgili belirgin psikolojik ve davranışsal faktörlerle ilişkili olmasıdır (Kowalski ve ark., 2001). Örneğin, araştırmalarda sosyal fizik kaygısının, benlik saygısı, vücut imajı, görünüm memnuniyetsizliği, yeme tutumları ve fiziksel aktivite gibi sağlıkla ilgili davranışlardan kaçınma motivasyonu ile ilişkili olduğu gösterilmiştir (Niven ve ark., 2009; Strong ve ark., 2006).

Sosyal fizik kaygısı yaşayan ergenler, sosyal fizik kaygısının getirdiği rahatsız edici duygularla başa çıkmak için kullanılan bir dizi uyumsuz davranış için daha yüksek risk altındadır (Kowalski ve ark., 2006, Sabiston ve ark., 2007). Sosyal fizik kaygısı, fiziksel sağlık sonuçları açısından özellikle endişe vericidir, çünkü daha fazla sosyal fizik kaygısına sahip bireyler, vücutlarının muhtemelen sergileneceği veya fiziksel özelliklerinin vurgulandığı fiziksel aktivite ortamlarından (örn. spor, egzersiz) kaçınma eğilimindedir (Carron ve Prapavessis, 1997, Hart ve ark., 1989). Ek olarak, kişinin bedeni hakkındaki düşünce ve duyguları, ergenlik döneminde benlik saygısı üzerinde en büyük etkiye sahiptir (Harter, 1999). Bu doğrultuda da sosyal fizik kaygısı hem zihinsel hem de fiziksel sağlık sonuçları için bir risk faktörüdür. Bu nedenle, bireylerin sosyal fizik kaygısını etkileyen faktörlerin belirlenmesi, sosyal fizik kaygısından kaynaklanan rahatsızlığı ve öğrencilerin olumsuz başa çıkma stratejilerini en aza indirmek için önemlidir (Harter, 1999).

Ergenlikle ilişkili fiziksel değişiklikler, ergenlik öncesinde ve ergenlik sırasında akran değerlendirmelerinin ve kabulünün artan önemi, öğrencilerin sosyal farkındalık ve öz bilinç duygularını artırabilir (Brustad ve Partridge, 2002; Harter, 1999). Bu hiçbir alanda, öğrencilerin görünüşlerini veya vücutlarını sosyal olarak arzu edilir bir şekilde sunma konusundaki kaygıları kadar belirgin değildir. Öğrenciler kültürel olarak belirlenmiş fiziksel ideali ne kadar çok içselleştirirlerse ve kendilerini idealden ne kadar uzak görürlerse, vücutlarının görünümünden o kadar memnun olmazlar (Levine ve Smolak, 2002). Vücut memnuniyetsizliği öğrencilik yıllarında özellikle de kendilerini kültürel ideallerden uzaklaştıran ergenlik değişimleri yaşayanlar için önemli ölçüde artar (Levine ve Smolak, 2002). Daha yüksek düzeyde vücut memnuniyetsizliği ve sosyal öz bilinç, bazı öğrencilerde sosyal fiziksel kaygının yukarıda bahsettiğimiz hoş olmayan duygularına zemin hazırlayabilir (Hart ve ark., 1989). Bu bağlamda yapılan çalışmalar sosyal fizik kaygısı yüksek olanların kalabalık ortamlar yerine yalnız başlarına fiziksel etkinliğe katılma eğiliminde olduklarını göstermiştir (Ballı ve ark., 2006). Tüm bu bilgiler ışığında çalışmamız ailelerinden uzakta maddi ve manevi pek çok sorunla boğuşan üniversite öğrencilerinin, diğer taraftan da akademik başarı için yoğun bir kaygı yaşadıkları dönemlerde sosyal fizik kaygılarını etkileyebilecek faktörlerin belirlenmesi açısından önemlidir.

Bu doğrultuda çalışmamızın amacı, üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerinin, yaşlarının, sınıflarının, spor yapma durumlarının ve spor dallarının sosyal fizik kaygısı üzerindeki etkilerini incelemektir. Bu çalışmadan elde edilen bulguların, farklı cinsiyette ve farklı yaş grupları arasında sosyal fizik kaygısındaki gelişimsel eğilimlerin nasıl değiştiğini göstererek literatüre benzersiz bir katkı yapması beklenmektedir.

## Materyal ve Yöntem

### *Araştırma Modeli*

Betimsel tarama modeli olan bu araştırmada, veri toplama tekniklerinden anket yöntemi kullanılmıştır.

### *Araştırma Grubu*

Çalışmanın araştırma grubunu Rize Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesinde farklı bölümlerde öğrenim gören 413 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmaya sadece gönüllü olarak katılmak isteyen öğrenciler dahil edilmiştir.

Araştırmaya katılma kriterleri:

- 17-26 yaş arasında olmak
- Üniversiteye kayıtlı öğrenci olmak
- Fakültede öğrenim görüyor olmak
- Gönüllü olmak

### *Verilerin Toplanması*

Araştırma verilerinin toplanmasında kişisel bilgi formu ve Sosyal Fizik Kaygı Envanteri kullanılmıştır. Oluşturulan anket formu, örneklem grubuna yüz yüze anket yöntemi kullanılarak doldurtulmuştur.

### *Kişisel Bilgi Formu*

Form araştırmacılar tarafından öğrencilerin; cinsiyet, yaş, sınıf, aktif spor yapma durumu ve spor dalı gibi bilgilerinin toplanması amacıyla oluşturulmuştur.

### *Sosyal Fizik Kaygı Envanteri (SFKE)*

Hart ve ark. (1989) tarafından geliştirilen SFKE’nde toplam 12 madde bulunmaktadır. SFKE’nin Türkçeye ilk uyarlaması Mülazımoğlu-Ballı ve Aşçı (2006) tarafından yapılmıştır. Daha sonra Hagger ve ark. (2007) tarafından yapılan çalışmada ise Türk insanı için en uygun modelin yedi maddelik ölçek ile elde edildiği ifade edilmiştir. Bu çalışmada yedi maddelik SFKE formu kullanılmıştır. SFKE soruları beşli likert tipi (tamamen yanlış, genellikle yanlış, bazen doğru, genellikle doğru, tamamen doğru) ölçek kullanılarak cevaplandırılmaktadır. Envanterden alınabilecek en düşük puan 7, en yüksek puan 35’tir. Puanın yüksekliği kaygı düzeyinin yüksek olduğunu ifade eder.

### *Verilerin Analizi*

Çalışmadan elde edilen verilere öncelikli olarak Kolmogorov-Smirnov ve Saphiro-Wilk normallik testleri uygulandı. Normal dağıldığı tespit edilen verilerin analizinde iki grup için Bağımsız Gruplarda T-Testi, üç ve üzeri gruplarda Tek Yönlü Anova analizinden faydalanılmıştır. Tüm analizler SPSS 24.0 istatistik paket programında gerçekleştirilmiştir.

## Bulgular

**Tablo 1.** Öğrencilerin cinsiyetleri açısından sosyal fizik kaygı düzeyleri

Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	SD	t	p
Kadın	230	19,03	4,85	410	2,522	<b>0,012*</b>
Erkek	182	17,83	4,73			

Çalışmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine göre sosyal fizik kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık olup olmadığını anlamak için bağımsız gruplarda t-testi analizinden faydalanılmıştır. Test sonuçları kadınların sosyal fizik kaygı ortalamalarının (19,03±4,85) erkeklerin ortalamalarından (17,83±4,73) anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermiştir ( $t_{(410)} = 2,522$ ;  $p < 0,05$ ).

**Tablo 2.** Öğrencilerin yaşları açısından sosyal fizik kaygı düzeyleri

Yaş	N	Ortalama	Standart Sapma	SD	F	p
18 Yaş ve Altı	33	20,33	4,12			
19 Yaş	59	18,59	4,03			
20 Yaş	72	19,06	4,94			
21 Yaş	84	18,27	5,14	6-405	1,450	0,194
22 Yaş	68	18,20	5,23			
23 Yaş	42	17,45	4,33			
24 Yaş ve üstü	54	18,05	5,07			

Çalışmaya katılan öğrencilerin yaşlarına göre sosyal fizik kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık olup olmadığını anlamak için tek yönlü anova analizinden faydalanılmıştır. Test sonuçları yaş açısından sosyal fizik kaygı düzeylerinde anlamlı fark olmadığını göstermiştir ( $F_{6,405} = 1,450$ ;  $p > 0,05$ ).

**Tablo 3.** Öğrencilerin sınıfları açısından sosyal fizik kaygı düzeyleri

Sınıf	N	Ortalama	Standart Sapma	SD	F	p
1. Sınıf	140	19,32	4,47			
2. Sınıf	97	18,95	5,05	3-408	3,845	,010**
3. Sınıf	88	17,59	4,51			1>3, 1>4,
4. Sınıf	87	17,57	5,19			

Çalışmaya katılan öğrencilerin sınıflarına göre sosyal fizik kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık olup olmadığını anlamak için tek yönlü anova analizinden faydalanılmıştır. Test sonuçları 1. sınıf öğrencilerinin (19,32±4,47) sosyal fizik kaygı ortalamalarının 3. ve 4. sınıf öğrencilerinin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermiştir ( $F_{3,408} = 3,845$ ;  $p < 0,05$ ).

**Tablo 4.** Öğrencilerin spor yapma durumları açısından sosyal fizik kaygı düzeyleri

Spor Yapma Durumu	N	Ortalama	Standart Sapma	SD	t	p
Spor Yapıyor	208	17,93	5,00			
Spor Yapmıyor	204	19,07	4,58	410	-2,369	,018*

Çalışmaya katılan öğrencilerin spor yapma durumlarına göre sosyal fizik kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık olup olmadığını anlamak için bağımsız gruplarda t-testi analizinden faydalanılmıştır. Test sonuçları spor yapmayanların sosyal fizik kaygı ortalamalarının (19,07±4,58) spor yapanların ortalamalarından (17,93±5,00) anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermiştir ( $t_{(410)} = -2,369$ ;  $p < 0,05$ ).

**Tablo 5.** Öğrencilerin yapmış oldukları spor dalı açısından sosyal fizik kaygı düzeyleri

Spor Dalı	N	Ortalama	Standart Sapma	SD	F	p
Spor Dalı Yok	204	19,07	4,57			
Basketbol	22	18,00	4,50			
Voleybol	35	17,82	4,83			
Futbol	68	18,20	5,53	7-404	1,271	,263
Mücadele Sporları	26	17,00	4,84			
Raket Sporları	14	19,50	5,40			
Bireysel Sporlar	21	18,04	5,03			
Doğa Sporları	22	17,22	4,27			

Çalışmaya katılan öğrencilerin spor dallarına göre sosyal fizik kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık olup olmadığını anlamak için tek yönlü anova analizinden faydalanılmıştır. Test sonuçları spor dalı açısından sosyal fizik kaygı düzeylerinde anlamlı fark olmadığını göstermiştir ( $F_{7,404} = 1,271$ ;  $p > 0,05$ ).

### Tartışma ve Sonuç

Yapılan analizlere göre; cinsiyete göre sosyal fizik kaygısının anlamlı olarak değiştiği belirlendi. Buna göre kadınların ortalamalarının anlamlı olarak daha yüksek olduğu görüldü. Bu bağlamda kadınların fiziksel olarak iyi görünme ve/veya giyimlerinin vücuda daha iyi oturma gibi kaygı durumlarından dolayı puanların yüksek olduğu söylenebilir. Daha önceki çalışmalarda da ifade edildiği gibi (Taub ve Blinde, 1992), sosyal faktörler ve toplumsal olarak kabul görmüş ideal vücut standartları bayanları, çekici olmak için oldukça zayıf olmaları konusunda zorlamaktadır. Tüm bu sosyal etkiler bayanlarda zayıf olma, ince bir vücuda sahip olma konusunda saplantı haline dönüşmekte, dolayısıyla bayanların beden imgelerinden hoşnutsuzluk duymalarına ve sosyal fizik kaygıyı daha yoğun yaşamalarına neden olmaktadır. Konu ile ilgili araştırmalara bakıldığında kadınların erkeklere göre görünümüne daha fazla takıntılı olduklarını ve daha fazla negatif duygulara sahip oldukları görülmektedir (Berry ve Howe, 2004; Eklund ve ark., 1997; Grieve ve ark., 2006; Haase ve ark., 2002; Hart ve ark., 1989; Kruisselbrink ve ark., 2004; Martin ve Mack, 1996).

Yaş açısından sosyal fiziksel kaygı düzeylerinin değişmediği belirlendi. Bunun nedeninin çalışmamıza katılan öğrencilerin yaş aralıklarının fazla olmamasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Çavuşoğlu ve Yılmaz (2020)'in çalışmasında da yaş ile fiziksel kaygı düzeylerinde anlamlı farka rastlanmamıştır. Sosyal fizik kaygı düzeyi ile yaş arasında anlamlı fark bulunmadığını ortaya koyan farklı çalışmalar da bulunmaktadır (Tunç, 2015; Ümmet, 2007). Yapılan çalışmalar bu araştırma sonuçlarını desteklemektedir.

Yapılan analizlere göre sınıfa göre sosyal fizik kaygısının anlamlı olarak değiştiği belirlendi. Buna göre 1. sınıfta okuyanların sosyal fizik kaygılarının anlamlı olarak daha yüksek olduğu görüldü. 1. sınıftaki öğrencilerin dışsal görünüşe (sosyal fiziksel duruma) daha fazla önem verdikleri söylenebilir. Bunun nedeninin 1. Sınıfta okuyan öğrencilerin ergenlikten yeni çıkmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Daha üniversiteye yeni adım atmış olan bu öğrencilerin kendilerini kanıtlama, buldukları ortama aidiyet hissetme ve kendilerini buldukları grup içerisinde güvenli hissetme durumları her öğrenci için farklı şekillerde oluşmaktadır. Bu nedenle öğrenciler için, buldukları ortamın görüşleri önemlidir. Burada da fiziksel görünüşün nasıl değerlendirildiği öğrencilerde kaygı yaratabilecek bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bağlamda ergenliğinin sonlarında olan ve yeni ortamlara adım atmış olan öğrencilerin görünüş kaygılarının kendilerinden büyük öğrencilere göre yüksek olması olasıdır. Alanda yapılan araştırmalar incelendiğinde görünüş kaygısı, sosyal kaygı ve benlik saygısı gibi faktörlerin sınıf değişkenine göre anlamlı olarak değiştiği görülmektedir (Alemdağ, 2013; Baltacı, 2010; Güler Yılmaz, 2012; Işıkol, 2013; Kozaklı, 2006; Sarıçam, 2011; Şentürk, 2010).

Yapılan analizlere göre spor yapma durumuna göre sosyal fizik kaygısının anlamlı olarak değiştiği belirlendi. Buna göre spor yapmayanların sosyal fizik kaygılarının anlamlı olarak daha yüksek olduğu görüldü. Elde edilen bu bulguda fiziksel etkinliklere katılmayan katılımcıların sosyal fizik kaygılarının daha fazla olduğu söylenebilir. Bu durum, sporun fiziksel gelişimi desteklediği düşünüldüğünde, spor yapan

bireylerin kendi fiziki durumları hakkında daha olumlu yargılara sahip olabileceği düşüncesi ile açıklanabilir. Konu ile ilgili yapılan bazı araştırmalara bakıldığında fiziksel etkinliğe katılımın sosyal fizik kaygıyı azalttığını ortaya koyan çalışmaların olduğu görülmektedir (Finkenberg ve ark., 1998; Frederick ve Morrison, 1996; Lantz ve Hardy, 1997). Sporcu ve sporcu olmayanların beden imgesinden hoşnut olma düzeylerini inceleyen çalışmalarda da sporcuların sporcu olmayanlara göre beden imgelerinden daha hoşnut olduğu belirlenmiştir (Bucaria, 1989; Snyder ve Kilvin, 1975).

Spor dalı açısından sosyal fiziksel kaygı düzeylerinin değişmediği belirlendi. Bu durumun sosyal fizik kaygı düzeyleri üzerinde branştan çok, kişinin fiziksel durumunun etkili olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Çavuşoğlu ve Yılmaz (2020) ve Crocker ve ark. (2001)'nin çalışmasında da spor dalı ile fiziksel kaygı düzeylerinde anlamlı farka rastlanmamıştır. Konu ile ilgili araştırmalara bakıldığında çalışmamızdan farklı olarak ferdi sporlar ile uğraşan sporcuların takım sporlarına katılan sporculara göre daha düşük sosyal fizik kaygı düzeyine sahip olduğu da görülmektedir (Haase, 2001).

Sonuç olarak kadınların, 1. sınıfta okuyanların ve spor yapmayanların sosyal fizik kaygısının yüksek olduğu belirlendi. Çalışmamızda bu durum kadınların duyguları daha fazla yaşamaları, 1. sınıfta olanların ergenlik çağlarında olmaları ve spor yapmayanların ise hareketsiz olmalarından kaynaklı kendilerini beğenmeme durumu ile açıklanmıştır. Bu sonuçlar aktif yaşam açısından ele alındığında, sporun öğrencilerin sosyal-fiziksel kaygı düzeyleri üzerinde etkili olduğunu, diğer bir deyişle kaygılarını azalttığını göstermektedir. Bu bulgular insanların başkaları tarafından hoş ve iyi bir şekilde değerlendirilmek istemeleri yani iyi bir vücut imajına sahip olarak karşısındaki bireylerden daha fazla saygı göreceği fikrine kapıldıkları düşüncesini de desteklemektedir. Bu doğrultuda sporun bu kavramlar üzerindeki etkisini daha iyi anlayabilmek için daha geniş örneklem grubu ile spora katılım nedenleri, kişisel özellikleri, fiziksel olarak kendine güven gibi kavramların gelecekteki çalışmalarda ele alınarak incelenmesi kaygı durumlarını açıklamada daha fazla katkı sağlayabilir.

## Kaynaklar

- Alemdağ, S. (2013). *Öğretmen adaylarında fiziksel aktiviteye katılım sosyal görünüş kaygısı ve sosyal yeterlik ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon, 27-38.
- Ballı, Ö. M., & Aşçı, F. H. (2006). Sosyal Fizik kaygı envanteri' nin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 17(1), 11-19.
- Ballı, Ö. M., Kirazcı, S., & Aşçı, F. H. (2006). Sporcu ve sporcu olmayan bayanların sosyal fizik kaygı ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(1), 9-16.
- Baltacı, Ö. (2010). *Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı, sosyal destek ve problem çözme yaklaşımları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Berry, T. R., & Howe, B. L. (2004). Effects of health-based and appearance-based exercise advertising on exercise attitudes, social physique anxiety and self-presentation in an exercise setting. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 32(1), 1-12.
- Brustad, R. J., & Partridge, J. A. (2002). *Parental and peer influence on children's psychosocial development through sport*. Dubuque, IA: Kendall/Hunt.

- Bucaria, L. L. (1989). The relation of sport status to body image, self-esteem and fearfulness in high school adolescents. *Dissertation Abstract International*, 50, 09, 3086-A.
- Carron, A., & Prapavessis, H. (1997). Self presentation and group influence. *SAGE Social Sciences Collections*, 28, 500e516.
- Crocker, P.R.E., Synder, J. Kowalski, K.C. & Hoar, S. (2000). Don't let me be fat or physically incompetent! The relationship between physical self-concept and social physique anxiety in canadian high performance female adolescent athletes. *AVANTE*, 6, 16-23.
- Çavuşoğlu, G., & Yılmaz, A. K. (2020). Üniversite öğrencilerinin egzersizde motivasyonel düzenleme ve sosyal fizik kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(2), 106-114.
- Eklund, R. C., & Crawford, S. (1994). Active women, social physique anxiety, and exercise. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(4), 431-448.
- Finkenbergl, M.E., DiNucci, J.M., McCune, S.L., Chenette, T. & McCoy, P. (1998). Commitment to physical activity and anxiety about physique among collage women. *Perceptual and Motor Skills*, 87, 1393-1394.
- Frederick, C.M. & Morrison, C.S. (1996). Social physique anxiety, personality constructs, motivations, exercise attitudes, and behaviors. *Perceptual and Motor Skills*, 82, 963-972.
- Grieve, F. G., Wann, D., Henson, C. T., & Ford, P. (2006). Healthy and unhealthy weight management practices in collegiate men and women. *Journal of Sport Behavior*, 29(3), 229-242.
- Güler Yılmaz, M. (2012). *Orta öğretim öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile utangaçlık düzeyleri arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi. Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetimi Yüksek Lisans Programı, İstanbul, 8-17, 49-52.
- Haase, A. (2001) Team and individual sports-effects on social physique anxiety and disturbed eating attitudes in elite male and female athletes. *X. World Congress of Sports Psychology*, 4, 232-233.
- Haase, A. M., Prapavessis, H., & Owens, R. G. (2002). Perfectionism, social physique anxiety and disordered eating: A comparison of male and female elite athletes. *Psychology of sport and Exercise*, 3(3), 209-222.
- Hagger, M.S., Asc,i, F.H., Lindwall, M., Hein, V., Mu'lazimoglu-Balli, O., Tarrant, M. (2007). Cross-cultural validity and measurement invariance of the social physique anxiety scale in five European nations. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 17, 703-719.
- Hart, E. A., Leary, M. R., & Rejeski, W. J. (1989). The measurement of social physique anxiety. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 11, 94e104.
- Harter, S. (1999). *The construction of the self: A developmental perspective*. New York: Guilford.
- Işıkol, F. (2013). *İlköğretim II. kademe öğrencilerinin sosyal görünüş saygıları ile benlik saygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Üsküdar İlçesi örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. Yedi Tepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 22, 36-46, 122-138.
- Kowalski, K.C., Mack, D.E., Crocker, P.R.E., Niefer, C.B., & Fleming, T.L. (2006). Coping with social physique anxiety in adolescence. *Journal of Adolescent Health*, 39, 275.e9-275.e16.
- Kowalski, N.P., Crocker, P.R.E., & Kowalski, K.C. (2001). Physical self and physical anxiety relationships in college women: Does social physique anxiety moderate effects? *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 72, 55-62.
- Kozaklı, H. (2006). *Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkilerin karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Mersin, 7-30, 96-113.



- Kruisselbrink, L. D., Dodge, A. M., Swanburg, S. L., & MacLeod, A. L. (2004). Influence of same-sex and mixed-sex exercise settings on the social physique anxiety and exercise intentions of males and females. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26(4), 616-622.
- Lantz, C.D. & Hardy, C.J. (1997). Social physique anxiety and perceived exercise behavior. *Journal of Sport Behavior*, 20, 83-93.
- Levine, M. P., & Smolak, L. (2002). *Body image development in adolescence*. The Guilford Press, New York.
- Martin, K. A., & Mack, D. (1996). Relationships between physical self-presentation and sport competition trait anxiety: A preliminary study. *Journal of Sport & Exercise Psychology*.
- Niven, A., Fawcner, S., Knowles, A.-M., Henretty, J., & Stephenson, C. (2009). Social physique anxiety and physical activity in early adolescent girls: The influence of maturation and physical activity motives. *Journal of Sports Sciences*, 27, 299-305.
- Sabiston, C. M., Sedgwick, W. A., Crocker, P. R. E., Kowalski, K. C., & Mack, D. E. (2007). Social physique anxiety in adolescence: an exploration of influences, coping strategies, and health behaviors. *Journal of Adolescent Research*, 22, 78e101.
- Sarıçam, H. (2011). *Üniversite öğrencilerinin reddedilme duyarlılıkları ile benlik saygıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Erzurum, 3-5, 29-46, 102-108.
- Snyder, E. E., & Kilvin, J. E. (1975). Women athletes and aspects of psychological well being and body image. *The Research Quarterly*, 46(2), 191-199.
- Strong, H.A., Mack, D.E., Martin Ginis, K.A., & Wilson, P.M. (2006). Examining selfpresentational exercise motives and social physique anxiety in men and women. *Journal of Applied Biobehavioral Research*, 11, 209-225.
- Şentürk, S. (2010). *Liseli ergenlerin yalnızlık algısının sosyal beceri, benlik saygısı ve kişilik özellikleri bağlamında değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 141-157.
- Taub, D. E., & Blinde, E. M. (1992). Eating disorders among adolescent female athletes: Influence of athletic participation and sport team membership. *Adolescence*, 27(108), 833.
- Tunç, A.Ç. (2015). *Sporun üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı ve öznel iyi oluş düzeylerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Ümmet, D. (2007). *Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygının cinsiyet rolleri ve aile ortamı bağlamında incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

#### Makale Alıntısı

Macca, E., Kalkavan, A., Akoğuz Yazıcı, N. (2023). Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Fizik Kaygı Düzeylerinin Araştırılması [Investigation of Social Physical Anxiety Levels of University Students, who Participating in Sport or Not], *Spor Eğitim Dergisi*, 7(3), 279-286.



Bu eser Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.