

# Üniversiteli Üst Düzey Futbolcuların Kendi Bedenlerini Algılama Düzeylerinin Sigara ve Alkol Kullanımlarına Göre İncelenmesi

Atilla PULUR<sup>1</sup>

Elif ÜSTÜN<sup>1</sup>

Ebru Olcay KARABULUT<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

<sup>2</sup>Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Yazışma Adresi: A.Pulur, e mail: pulur@gazi.edu.tr

## ÖZET

Çalışmamız üniversiteler arası sportif etkinliklere katılan üst düzey futbolcuların sigara ve alkol kullanımına göre çok yönlü bedenlerini algılama düzeylerini araştırmak amacıyla yapılmıştır. Araştırmamıza 7 üniversiteden 81erkek sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada “Çok Yönlü Vücut İmajı İlişki Ölçeği (MBSRQ)” kullanılmıştır. Elde edilen veriler, yüzde frekansı ve t testi ile istatistiksel açıdan değerlendirilerek analiz edilmiştir. Bulgular tasnif edilmiş ve futbolcuların sigara kullanımına göre; görünüşü değerlendirme düzeyinde ( $t=-2.473;p<0,05$ ), sağlık değerlendirme düzeyinde ( $t=-2.880;p<0,05$ ) istatistiksel açıdan farkın anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Sonuç olarak; futbolculardan sigara ve alkol kullanmayanların oranının kullananlara oranla daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Deneklerden alkol kullanan sporcuların beden algılamalarında anlamlı bir fark görülmezken, sigara kullanan sporcuların sigara kullanmayanlara göre kendi bedenlerini algılama düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Genel olarak futbolcuların kendi bedenlerini algılama düzeylerinin olumlu yönde olduğu saptanmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Vücut imajı, beden algısı, üniversite futbolcuları, sigara, alkol

## Evaluation of Self Body Physical Perception Level of Elite University Footballers due to Cigarette and Alcohol Consumption

### ABSTRACT

Our study was aimed to research the level of multi-dimensional physical self-perception by elite footballers, who engage in inter-universities sports activities, due to cigarette and alcohol consumption. The sample of the study included a total of 81 volunteers' male athletes; from 7 universities. The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire (MBSRQ; has been employed. Then the data obtained from questionnaire has been analyzed by a statistical perspective way of percentage frequency and the t-test. The findings were tabulated, and found significant differences between the self-image assessment ( $t=-2.473; p<0,05$ ) and health assessment ( $t=-2.880; p<0,05$ ) identified in reference to the cigarette consumption by footballers. It has been concluded that the number of footballers, who did not consume cigarettes and alcohol, was higher than the consumers. No meaningful difference was observed among the subjects that consume alcohol in terms of physical perceptions. However, it has been noted that the smokers had a higher level of physical self-perception when compared with the non-smokers. Generally, it has been determined that the footballers have a positive level of physical self-perception.

**Keywords:** Body-self relations, physical perception, collegiate footballers, cigarette, alcohol

### GİRİŞ

Futbol sporunun günümüzde yapılan spor dalları arasındaki önemi ve yeri tartışılmaz. Milyonlarca kişi sporcu olarak, çok daha fazla sayıda kişi de seyirci olarak futbol sporuna katılırlar. Uzmanlar tarafından bir oyun olarak kabul edilen futbol, uluslar tarafından gençleri ruhen ve bedenen sağlıklı kılması yanında sosyolojik ve psikolojik açıdan gelişimlerdeki olumlu etkilerinden dolayı bir eğitim vasıtası olarak kabul edilmektedir (8). İnsan pratiği olarak futbol, tarihsel insan gerçeğini açıklamaya çalışan bilimsel girişimlerin konusudur.

Futbolu oynarken, seyredirken ve konuşurken, sadece bir oyun veya seyir sınırı içinde hapis kalmaz; aksine, oluşmuş olan ve oluşan kendini, dışını, ilişkileri ve ilişkilerini kurar ve sürdürür (4)

Futbolun toplum içerisinde diğer spor dallarına göre taşıdığı önem ortadadır. Karagözoğlu ve Ay (9)'a göre; futbol, seyirlik bir spor olması ve kitleleri peşinden sürüklemesi özelliği ile diğer branşlardan farklılık göstermektedir (11). Futbol, nereye gideceği kestirilebilen ve kontrol edilebilen yuvarlak bir toplu heyecan verici bir koşu, ölçülü bir top sürme, soluk

kesici bir şut ve sonuçta da, estetik açıdan mükemmel bir kurtuluş veya golle sonuçlanan bir spordur. Oyun boyunca seyredenler ve oyuna katılanları yeni durum ve şartlara taşıyan ve yığınları peşinden sürükleyen bir takım oyunudur. Takım oyunu özelliği taşıması yanında her oyuncunun futbol kişiliği ve kendi becerisi doğrultusunda yeteneklerini sergilemesi ve kendini göstermesi yanında kendini kanıtlama imkanına sahip olması, bunu yaparken de takım arkadaşları ile uyum içinde, ortak etkileşimle başarıya kavuştuğu bir spor dalıdır. Futbolcuların atletik yeteneklere sahip olması, topu iyi izleyerek oyun anında tüm dikkatlerini yeni pozisyonlara uyum göstermek için toplamaları, fizik kondisyonlarını en üst seviyeye çıkartmaları yanında, zeka düzeylerini de geliştirmeleri beklenir (8).

Batı toplumu ve kültüründe, iyi antrenmanlı ve düzenli bir vücut, kendini toplum içerisinde sunmada çok önemli bir yatırım olarak kabul edilmektedir (12). Solomon ve ark. (15)'na göre; toplum, giderek artan biçimde fiziksel çekicilik standartlarını empoze etmekte, kadınların zayıflığı ve erkeklerin kaslılığını önemsemekte ve kültürler fiziksel çekicilik, vücut ağırlığı ve vücut şekline yönelik cinsiyete dayalı standartlar getirmektedirler. Kendi bedenini olumlu bir şekilde algılayan ya da fiziksel görünümünden hoşnut olan bir sporcunun veya bireyin ruhsal gelişimi de olumlu olacaktır. Bu yüzden dış görünüş yaşamın önemli bir parçası olmuştur. Öyle ki, bireyin kişilik gelişimine de olumlu veya olumsuz olarak etkisinin olduğu kabul edilmiştir. (5).

Poul (13) olumlu benlik bilincine sahip olmanın, insanın kendine değer vermesine, kendine güvenmesine ve yeteneklerini geliştirmesine katkısı olduğunu ifade etmektedir. Olumlu benlik bilinci, kendini değerli ve güvende hissetme, yetkin olma, bir insanın başarı potansiyelini, ilişkilerini, kişisel hedeflerini doğrudan etkiler (10,13).

Kuru (10)'ya göre; Gökdoğan'ın (7), yaptığı araştırmada sportif etkinliklere katılmanın bedene olan ilgiyi artırdığını, ergenin psikolojik ve toplumsal gelişimini olumlu yönde etkilediğini ve beden imajından doyum sağladığını saptamıştır. Bedenden sağlanan doyum düzeyi ile, ergenin kendine güveni ve kişiler arası ilişkiler arasında bağıntı vardır. Spor yapmak, bedensel etkinlikte bulunmak, bedeni eğitmek, değişen bedeni kabul etmedeki zorlukları gidererek kişinin değişen bedenine uyum sağlaması kolaylaşır. Sportif etkinlikte bulunmak, bedene olan ilgiyi artırır, beden imajı ve kendini gerçekleştirme yardımı eder.

Bu nedenle spor; sigara ve alkol ile hem görünüm itibarıyla hem de vücuda verdiği olumsuzluklar nedeniyle bir arada düşünülemez. Yapılan çalışmalara göre; sporcuların sigara ve alkol kullanımının ciddi boyutlarda olmadığını fakat yinede sporun tam anlamıyla engel teşkil etmediğini söyleyebiliriz. Gençlik dönemi, kimlik arayışının olduğu, risk alma davranışlarının daha

sık görüldüğü bir süreç olarak sigara, alkol içmenin daha kolay ortaya çıkabildiği bir dönemdir (1). Bu dönemde gençler için görünümün yani bedenlerinden hoşnutluk derecesinin önemi göz önünde bulundurulduğunda bunu olumsuz yönde etkileyebilecek olan nedenleri engelleyebilecek olan sportif aktivitelere gençlerin yönlendirilmesi önem taşımaktadır.

Bu çalışmanın amacı; futbol branşıyla ilgilenen üniversiteli sporcuların sigara ve alkol kullanımının bedenlerinden hoşnutluk düzeylerine olumsuz yönde etkisinin olup olmadığını araştırmaktır. Bu çalışmanın literatür değeri taşıyacak diğer çalışmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

## MATERYAL VE METOT

Üniversiteler arası yarışmalara katılan futbolcuların bedenlerini algılama düzeylerini araştırmak amacıyla yapılan çalışmanın evrenini; 7 üniversiteden (Gazi, Ankara, Erciyes, Akdeniz, Haliç, Dumlupınar, Muğla,) toplam 120 erkek sporcu, örneklemini ise bu sporcular arasından gönüllü olarak ankete katılan 81 sporcu oluşturmaktadır.

Çalışmada “Çok Yönlü Vücut İmajı İlişkisi Ölçeği (MBSRQ)” kullanılmıştır. Orijinal “MBSRQ” tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen 2000 kişiye uygulamış ölçeğin İngilizce formu Türkçe’ye iki Ruh Sağlığı ve Hastalıkları uzmanı ve bir Psikiyatri Hemşiresi tarafından çevrilmiştir. MBSRQ’da yer alan maddelerin Türk toplumu için uygun olup olmadığı belirlemek ve ölçeğin Türkçe uyarlamasına hangi maddelerin alınıp hangi maddelerin alınmayacağına karar verebilmek için madde analizi yapılmıştır. Madde analizi işlemi için 45’i kız, 45’i erkek olmak üzere toplam 90 üniversite öğrencisinin verileri kullanılmış kapsam geçerliliği için ölçeğin Türkçe uyarlamasıyla, ülkemizde geçerlik ve güvenilirlik çalışması Hovardaoglu (1990) tarafından yapılmış olan Body Cathexis Scale (BCS) ile karşılaştırılması yapılmıştır. Ölçeğin güvenilirlik çalışması “test-tekrar test yöntemi” ile yapılmıştır. Bunun için ölçek 20’si kız, 20’si erkek olmak üzere toplam 40 üniversite öğrencisine uygulanmıştır. (Doğan ve Doğan 1992). MBSRQ; Görünüşü Değerlendirme, Görünüş Yönelimi, Fiziksel Yeterliliği Değerlendirme, Fiziksel Yeterlilik Yönelimi, Sağlık Değerlendirmesi, Sağlık Yönelimi, Beden Alanlarından Doyum olmak üzere 7 alt gruptan ve “kesinlikle katılmıyorum, çoğunlukla katılmıyorum, kararsızım, çoğunlukla katılıyorum, tamamen katılıyorum şeklinde beş seçeneği toplam 57 maddeden oluşmaktadır. Maddelerin puanlanmasında denek ölçekten en az 57 en çok 285 puan alabilir ve denegın alt grup ortalama puanı en az 1 en çok 5 olabilir. Var olan durumu tespit için; yöntemi anket (tarama), örnekleme sayısı, analiz tekniği t testi, işlem yolu olarak da SPSS kullanılan betimsel bir çalışmadır.

**BULGULAR**

Tablo 1’de futbolcuların alt ölçeklere göre bedenlerini algılama düzeylerinin yüzde oranları incelendiğinde; görünüşü değerlendirme alt ölçeği ile ilgili sorulara kesinlikle katılmıyorum seçeneği hiç tercih edilmezken, futbolculardan 4’ünün (4.9%) çoğunlukla katılmıyorum, 19’unun (23.5%) kararsızım, 38’inin (46.9%) çoğunlukla katılıyorum, 20’sinin (24.7%) tamamen katılıyorum seçeneğini tercih ettikleri görülmüştür. Görünüş yönelimi alt ölçeği ile ilgili sorulara kesinlikle katılmıyorum seçeneği hiç tercih edilmezken, futbolculardan 5’inin (6.2%) çoğunlukla katılmıyorum, 22’sinin (27.2%) kararsızım, 37’sinin (45.7%) çoğunlukla katılıyorum, 17’sinin (21.0%) tamamen katılıyorum seçeneğini tercih ettikleri görülmüştür. Fiziksel yeterliliği değerlendirme alt ölçeği ile ilgili sorulara kesinlikle katılmıyorum seçeneği hiç tercih edilmezken, futbolculardan 2’sinin (2.5%) çoğunlukla katılmıyorum, 20’sinin (24.7%) kararsızım, 57’sinin (70.4%) çoğunlukla katılıyorum, 2’sinin (2.5%) tamamen katılıyorum seçeneğini tercih ettikleri görülmüştür. Fiziksel yeterlik yönelimi alt ölçeği ile ilgili sorulara kesinlikle katılmıyorum seçeneği hiç tercih

edilmezken, futbolculardan 7’sinin (8.6%) çoğunlukla katılmıyorum, 17’sinin (21.0%) kararsızım, 46’sinin (56.8%) çoğunlukla katılıyorum, 11’inin (13.6%) tamamen katılıyorum seçeneğini tercih ettikleri görülmüştür. Sağlık değerlendirmesi alt ölçeği ile ilgili sorulara kesinlikle katılmıyorum seçeneği hiç tercih edilmezken, futbolculardan 2’sinin (2.5%) çoğunlukla katılmıyorum, 26’sinin (32.1%) kararsızım, 33’ünün (40.7%) çoğunlukla katılıyorum, 20’sinin (24.7%) tamamen katılıyorum seçeneğini tercih ettikleri görülmüştür. Sağlık yönelimi alt ölçeği ile ilgili sorulara kesinlikle katılmıyorum seçeneği hiç tercih edilmezken, futbolculardan 7’sinin (8.6%) çoğunlukla katılmıyorum, 35’inin (43.2%) kararsızım, 34’ünün (42.0 %) çoğunlukla katılıyorum, 5’inin (6.2%) tamamen katılıyorum seçeneğini tercih ettikleri görülmüştür. Beden alanlarından doyum alt ölçeği ile ilgili sorulara kesinlikle katılmıyorum seçeneği 1(1.2%)kişi tarafından tercih edilirken, futbolculardan 5’inin (6.2%) çoğunlukla katılmıyorum, 31’inin (38.3%) kararsızım, 21’inin (25.9%) çoğunlukla katılıyorum, 23’ünün (28.4%) tamamen katılıyorum seçeneğini tercih ettikleri görülmüştür.

**Tablo 1.** Futbolcuların Bedenlerini Algılama Düzeylerinin Alt Ölçeklere Göre Yüzde Oranları

Alt Ölçekler		Kesinlikle Katılmıyorum	Çoğunlukla Katılmıyorum	Kararsızım	Çoğunlukla Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum	Toplam
Görünüşü	n	-----	4	19	38	20	81
Değerlendirme	%	-----	4.9	23.5	46.9	24.7	100
Görünüş Yönelimi	n	-----	5	22	37	17	81
	%	-----	6.2	27.2	45.7	21	100
Fiziksel Yeterliliği	n	-----	2	20	57	2	81
Değerlendirme	%	-----	2.5	24.7	70.4	2.5	100
Fiziksel Yeterlilik Yönelimi	n	-----	7	17	46	11	81
	%	-----	8.6	21	56.8	13.6	100
Sağlık	n	-----	2	26	33	20	81
Değerlendirmesi	%	-----	2.5	32.1	40.7	24.7	100
Sağlık Yönelimi	n	-----	7	35	34	5	81
	%	-----	8.6	43.2	42	6.2	100
Beden Alanlarından	n	1	5	31	21	23	81
Doyum	%	1.2	6.2	38.3	25.9	28.4	100

**Tablo 2.** Sigara Kullanımına Göre Futbolcuların Bedenlerini Algılama Düzeylerinin Karşılaştırılması

Alt Ölçekler	Sigara	n	$\bar{x}$	sd	t	df	P
Görünüşü	Kullanıcılar	8	3.250	1,03	-2.473	79	,016*
Değerlendirme	Kullanmayanlar	73	3.986	,772			
Görünüş Yönelimi	Kullanıcılar	8	3.625	1,06	-,672	79	,503
	Kullanmayanlar	73	3.835	,816			
Fiziksel Yeterliliği	Kullanıcılar	8	3.375	,744	-1.955	79	,054
Değerlendirme	Kullanmayanlar	73	3.767	,514			
Fiziksel Yeterlilik Yönelimi	Kullanıcılar	8	3.375	1,18	-1.419	79	,358
	Kullanmayanlar	73	3.794	,744			
Sağlık Değerlendirmesi	Kullanıcılar	8	3.125	,991	-2.880	79	,005*
	Kullanmayanlar	73	3.958	,753			
Sağlık Yönelimi	Kullanıcılar	8	3.125	,991	-1.338	79	,185
	Kullanmayanlar	73	3.493	,709			
Beden Alanlarından	Kullanıcılar	8	3.250	1,38	-1.496	79	,139
Doyum	Kullanmayanlar	73	3.794	,927			

**Tablo 3.** Alkol Kullanımına Göre Futbolcuların Bedenlerini Algılama Düzeylerinin Karşılaştırılması

Alt Ölçekler	Alkol	n	$\bar{x}$	sd	t	df	P
Görünüşü Değerlendirme	Kullananlar	28	4,035	,922	,969	79	,336
	Kullanmayanlar	53	3,849	,769			
Görünüş Yönelimi	Kullananlar	28	3,678	,862	-1.064	79	,291
	Kullanmayanlar	53	3,886	,824			
Fiziksel Yeterliliği Değerlendirme	Kullananlar	28	3,750	,518	,256	79	,798
	Kullanmayanlar	53	3,717	,567			
Fiziksel Yeterlilik Yönelimi	Kullananlar	28	3,750	,751	-,025	79	,980
	Kullanmayanlar	53	3,754	,829			
Sağlık Değerlendirmesi	Kullananlar	28	3,750	,751	-1.020	79	,311
	Kullanmayanlar	53	3,943	,841			
Sağlık Yönelimi	Kullananlar	28	3,535	,792	,693	79	,490
	Kullanmayanlar	53	3,415	,718			
Beden Alanlarından Doyum	Kullananlar	28	3,642	1,09	-,648	79	,519
	Kullanmayanlar	53	3,792	,927			

Tablo 2’de sigara kullanımına göre futbolcuların bedenlerini algılama düzeyleri karşılaştırıldığında; görünüş yönelimi alt ölçeğinin değeri ( $t=-,672$ ;  $p>0,05$ ), fiziksel yeterliliği değerlendirme alt ölçeğinin değeri ( $t=-1.955$ ;  $p>0,05$ ), fiziksel yeterlilik yönelimi alt ölçeğinin değeri ( $t=-1.419$ ;  $p>0,05$ ), sağlık yönelimi alt ölçeğinin değeri ( $t=-1.338$ ;  $p>0,05$ ), beden alanlarından doyum alt ölçeğinin değeri ( $t=-1.496$ ;  $p>0,05$ ) olduğundan istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunmazken; görünüşü değerlendirme alt ölçeğinin değeri ( $t=-2.473$ ;  $p<0,05$ ), sağlık değerlendirmesi alt ölçeğinin değeri ( $t=-2.880$ ;  $p<0,05$ ) istatistiki açıdan farkın anlamlı olduğunu göstermektedir.

Tablo 3’de alkol kullanımına göre futbolcuların bedenlerini algılama düzeyleri karşılaştırıldığında ; görünüş değerlendirme alt ölçeğinin değeri ( $t=-,969$ ;  $p>0,05$ ), görünüş yönelimi alt ölçeğinin değeri ( $t=-1.064$ ;  $p>0,05$ ), fiziksel yeterliliği değerlendirme alt ölçeğinin değeri ( $t=,256$ ;  $p>0,05$ ), fiziksel yeterlilik yönelimi alt ölçeğinin değeri ( $t=-,025$ ;  $p>0,05$ ), sağlık değerlendirmesi alt ölçeğinin değeri ( $t=-1.020$ ;  $p>0,05$ ), sağlık yönelimi alt ölçeğinin değeri ( $t=,693$ ;  $p>0,05$ ), beden alanlarından doyum alt ölçeğinin değeri ( $t=-,648$ ;  $p>0,05$ ) olduğundan istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunamamıştır.

## TARTIŞMA

Yapılan çalışmalarda spor yapmanın olumlu benlik gelişmesine katkısının olduğu, benlik saygısının yüksek olmasının da spor alanında başarılı olmayı sağladığı ve fiziksel yönden yeterli düzeyde beden imgesine sahip bireylerin yüksek düzeyde olumlu benlik kavramlarına sahip oldukları öne sürülmektedir (3,6,8,13).

Çalışmada; görünüşü değerlendirme, görünüş yönelimi, fiziksel yeterliliği değerlendirme, fiziksel yeterlilik yönelimi, sağlık değerlendirmesi, sağlık yönelimi, beden alanlarından doyum alt ölçeklerine; araştırmaya katılan sporcuların duygu, düşünce ve davranışları ile ilgili verilen anlatımlar için tercih ettikleri uygun seçenekler doğrultusunda, futbolcuların

bedenlerini olumlu yönde algıladıklarını ve dış görünüşlerinden memnun olduklarını söyleyebiliriz. Bu sonuç; Arroyo ve ark.’nın (2) gönüllü 56 genç elit futbolcunun vücut kompozisyonu ve vücut görüntüsünü algılama ve memnuniyet düzeylerini belirleyip değerlendirebilmek amacıyla yapılan çalışma ile ve Kuru ve Var’ın (11) çalışması ile paralellik göstermektedir.

Sporcuların sigara kullanımları göz önüne alındığında, görünüşü değerlendirme ve sağlık değerlendirmesi açısından farklılıklar anlamlı bulunmuştur. Bu sonuç; Pulur ve ark.’nın (14) çalışmasıyla ve Baştuğ’un (3) çalışmasıyla paralellik göstermektedir. Sigara kullanmayanların oranının kullananlara oranla fazla olmasının yanı sıra sigara kullanımının futbolcuların dış görünüşlerini algılamalarında her hangi bir olumsuzluk yaratmadığını söyleyebiliriz.

Çalışmanın bir diğer sonucuna göre; futbolcuların alkol kullanımının bedenlerini algılama düzeylerine anlamlılık açısından bir fark yaratmadığı söylenebilir. Bu sonuç; Pulur ve ark.’nın (14) çalışmasıyla paralellik göstermektedir.

Sigara ve alkol kullanımı günümüzde pek çok sağlık sorunun kaynağı olarak görülmekte ve erken önleyici çalışmalarla kullanım oranının azaltılması amaçlanmaktadır. Sporcular arasında da kullanımı görülen sigara ve alkol sporun dinamiğine bağlı olarak etkilerini yavaş göstermekte fakat ilerleyen süreçte sosyal, fiziksel ve psikolojik olumsuz sonuçları sporcuları da etkilemektedir. Ergen ve erişkin sporcuların madde kullanımı ile ilgili yapılan çalışmalarda genel olarak sporun alkol ve madde kullanımına negatif etkisinden söz edilirken, belli spor dallarında kullanım oranının arttığı bildirilmiştir (12).

Çalışma bulgularına bakıldığında; futbolcularda sigara ve alkol kullanmayanların oranının kullananlara oranla fazla olduğu görülmüştür. Bu durum futbol branşının gerektirdiği kondisyon nedeniyle sporcuların

bu tarz zararlı maddelerden uzak olmalarının gerekliliğinden kaynaklandığı düşünülebilir. Bu sonuç Moss ve Bessinger'in (17) çalışmasının sonucuyla paralellik göstermektedir.

Sonuç olarak; Sigara kullanan sporcularda kullanmayanlara oranla kendi bedenlerini daha olumlu olarak algıladıkları tespit edilmiştir. Bu sonuca futbol branşının atletik görünüm, dayanıklılık, çeviklik gibi özelliklerinin katkı sağladığı söylenebilir. Yapılan birçok çalışmada sporun beden algısını olumlu yönde etkilediği şeklinde çıkan sonuçlar göz önüne alındığında fiziksel aktivitenin önemi bir kez daha vurgulanmış olmaktadır. Bu nedenle gerek beden eğitimi öğretmenlerinin, gerek antrenörlerin, gerekse üniversite öğretim üyelerinin önemi yadsınamayacak kadar önem arz etmektedir.

#### KAYNAKLAR

1. Akfert SP, Çakıcı E, Çakıcı M. Üniversite öğrencilerinde sigara- alkol kullanımı ve aile sorunları ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2009; 10: 40-47.
2. Arroya M, Gonzalez-de-Suso JM, Sanchez C, Ansotegui L, Rocandio AM. Body image and body composition: comparisons of young male elite soccer players and controls. *Int J Sport Nutr Exerc Metab*, 2008; 18(6): 628-38.
3. Aşçı FH. *Benlik kavramı ve spor*. Spor Psikolojisi Kursu, P Bayar (Der), Ankara, Bağırhan Yayınevi, 1999.
4. Baştuğ G. *Bayan sporcuların bedenlerini algılama düzeyleri ve cinsiyet rolleri üzerine bir araştırma*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Ankara, 2007.
5. Erdoğan İ. Futbol ve Futbolu İnceleme Üzerine, *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 2008; 26:1-58.
6. Erşan EE, Doğan O, Doğan S. Beden eğitimi ve antrenörlük bölümü öğrencilerinde benlik saygısı düzeyi ve bazı sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 2009; 12: 35-42.
7. Güçlü M, Yentür J. Milli Takım Düzeyindeki Elit Bayan Sporcuların Kişisel ve Sosyal Uyum Düzeyleri İle Bedenlerini Algılama Düzeylerin Karşılaştırılması. *Sportre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2008; VI(4): 183-192.
8. Gün E. spor yapanlarda ve spor yapmayan ergenlerde benlik saygısı. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Adana. 2006.
9. Gökdoğan ÇF. *Ortaöğretime devam eden ergenlerde beden imajından hoşnut olma düzeyi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara. 1988.
10. İnal AN. (2008) [www.yenimakale.com/spor/477](http://www.yenimakale.com/spor/477)
11. Karagözoğlu C, Ay MS. Futbol seyircisinde saldırganlık eğilimleri: İstanbul örneği, *Hacettepe Üniversitesi Futbol Bilim ve Teknoloji Dergisi*, 1999; 3: 27-31.
12. Karakaya I, Coşkun A, Ağaoğlu B. Yüzücülerin depresyon, benlik saygısı ve kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2006; 7: 162-166.
13. Kulaksızoğlu A. *Ergenlik psikolojisi*. 7. Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2005.
14. Kuru E. Farklı statüdeki beden eğitimi bölümü öğrencilerinin kişilik özellikleri. *Gazî Üniversitesi Gazî Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2003; 23(1):175-191.
15. Kuru E, Var L. Futbol seyircilerinin spor alanlarındaki saldırganlık davranışları hakkında betimsel bir çalışma (Kırşehir ili örneği). *Abi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2009; 10(2): 141-153.
16. Lindwall M, Hassmen P. The role of exercise and gender for physical self-perceptions and importance ratings in swedish university students. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 2004; 14: 373-380
17. Moss L, Bessinger RC. *Disordered eating and body image perception in male high school athletes and non-athletes*. Paper Presented at the Annual American Dietetic Association Convention, Atlanta, Georgia. 1999.
18. Poul MN. *Girls, physical activity and self-esteem*. Melpomene Institute packet. 1996.
19. Pulur A, Üstün E, Karabulut EO. Üniversiteli üst düzey halkoyunları sporcuların sigara ve alkol kullanımının bedenlerini algılama düzeyi. *Gazî Üniversitesi Gazî Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2009; 29(3): 833-850.
20. Solomon M, Venuti J, Hodges J, Ianuzzelli J, Chambliss C. *Body image perceptions among undergraduate students, educational responses to media challenges to self esteem*. Eric Document (ED 457444), (2001).