

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
ANTROPOLOJİ ANABİLİM DALI
FİZİK ANTROPOLOJİ BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN, BESLENME
ALİŞKANLIKLARINA, BEDEN ALGILARINA VE ANTROPOMETRİK
ÖLÇÜMLERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Doktora Tezi

Ece SİNANOĞLU EKTİ

Ankara, 2025

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
ANTROPOLOJİ ANABİLİM DALI
FİZİK ANTROPOLOJİ BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN, BESLENME
ALİŞKANLIKLARINA, BEDEN ALGILARINA VE ANTROPOMETRİK
ÖLÇÜMLERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Doktora Tezi

Ece SİNANOĞLU EKTİ

Tez Danışmanı
Prof. Dr. Mehmet SAĞIR

Ankara, 2025

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
ANTROPOLOJİ ANABİLİM DALI
FİZİK ANTROPOLOJİ BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN, BESLENME
ALIŞKANLIKLARINA, BEDEN ALGILARINA VE ANTROPOMETRİK
ÖLÇÜMLERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Doktora Tezi

Tez Danışmanı:
Prof. Dr. Mehmet SAĞIR

TEZ JÜRİSİ ÜYELERİ

Adı ve Soyadı

- 1- Prof. Dr. Mehmet SAĞIR**
- 2- Prof. Dr. İsmail ÖZER**
- 3- Prof. Dr. Ahmet Cem ERKMAN**
- 4- Doç. Dr. Seçil SAĞIR**
- 5- Dr. Öğr. Üyesi Sibel ÖNAL**

Tez Savunması Tarihi

16.06.2025

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

Prof. Dr. Mehmet SAĞIR danışmanlığında hazırladığım “ **Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özelliklerinin, Beslenme Alışkanlıklarına, Beden Algılarına ve Antropometrik Ölçümlerine Etkisinin İncelenmesi (Ankara, 2025)**” adlı doktora tezindeki bütün bilgilerin akademik kurallara ve etik davranış ilkelerine uygun olarak toplanıp sunulduğunu, başka kaynaklardan aldığım bilgileri metinde ve kaynakçada eksiksiz olarak gösterdiğimi, çalışma sürecinde bilimsel araştırma ve etik kurallarına uygun olarak davrandığımı ve aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sonucu kabul edeceğimi beyan ederim.

23/06/2025

Ece SİNANOĞLU EKTİ

ÖNSÖZ

Bu süreçte beni her zaman desteklediği, anlayışını benden esirgemediği için tez danışmanım Prof. Dr. Mehmet SAĞIR'a, geliştirdiği ölçeği kullanmam konusunda izin veren değerli hocam Prof. Dr. Hasan Bacanlı'ya, tez çalışmasının şekli düzeltmelerinde yardımcı olan değerli arkadaşım Çağatay COŞKUN'a, hayatımın her alanında manevi desteğini her zaman hissettiğim sevgili eşim Öner EKTİ'ye ve her şartta yanımda olan babam, annem ve kardeşime teşekkürlerimi sunarım.



İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	I
İÇİNDEKİLER.....	II
TABLolar DİZİNİ.....	V
GRAfİKLER DİZİNİ.....	XIII
KISALTMALAR.....	XV
GİRİŞ.....	1
BİRİNCİ BÖLÜM.....	3
KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE	3
1.1.Kişilik	3
1.2.Kişilik Gelişimini Etkileyen Faktörler	4
1.3.Kişiliği Oluşturan Unsurlar	4
1.3.1. Yetenek.....	5
1.3.2. Karakter	5
1.3.3. Mizaç	6
1.4. Kişilik Kuramları.....	6
1.4.1. Psikanalitik Kuram	6
1.4.2. Davranışçı Kuram	7
1.4.3. Sosyal Öğrenme Kuramı	8
1.4.4. Bilişsel Kuram-Kişisel Yapılar Kuramı	8
1.4.5. İnsancıl (Hümanist) Kuram	10
1.4.6. Varoluşçu Kuram.....	10
1.4.7. Biyolojik Kuram.....	10
1.4.8. Ayırıcı Özellik Kuramı	11
1.5. Beslenme	14
1.5.1 Beslenme ve Kişilik	15
1.6. Beden Algısı	16
1.7. Antropoloji	18
1.7.1. Antropometri	19
İKİNCİ BÖLÜM	21

2. KONU, ÖNEM, MATERYAL VE METOT	21
2.1. Araştırma Konusu	21
2.2. Araştırma Amacı ve Önemi	22
2.3. Araştırma Problemi	22
2.4. Materyal ve Metot	23
2.4.1. Etik Uygunluk	23
2.4.2. Örneklem	23
2.4.3. Ölçekler	24
2.4.4. Antropometrik Ölçümler	25
3.4.5. İstatistiksel Yöntemler	27
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	28
3. BULGULAR	28
3.1. Demografik Bulgular	28
3.2. Betimsel Bulgular	31
3.3. Ankara Üniversitesi Öğrencilerinin Bulguları	36
3.4. Başkent Üniversitesi Öğrencilerinin Bulguları	80
3.5. Üniversite Öğrencilerinin Genel Bulguları	95
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	155
4. TARTIŞMA	155
4.1. Cinsiyet ve Kişilik	155
4.2. Cinsiyet ve Beslenme Alışkanlıkları	158
4.3. Cinsiyet ve Beden Algısı	160
4.4. Kişilik ve Beslenme Alışkanlıkları	163
4.5. Kişilik ve Beden Algısı	165
4.6. Beden Algısı ve Beslenme Alışkanlıkları	167
4.7. Antropometrik Veriler	169
BEŞİNCİ BÖLÜM	173
5. SONUÇ VE ÖNERİLER	173
KAYNAKÇA	179

EKLER	203
ÖZET	210
ABSTRACT	211



TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 1: George Kelly'nin temel varsayımı ve 11 alt önerme	9
Tablo 2: Cattell'in belirlediği 16 temel kişilik özelliği	12
Tablo 3: Üniversite öğrencilerinin yaş ve cinsiyetlere göre birey sayıları (n) ve yüzdeleri (%)	28
Tablo 4: Ankara Üniversitesi öğrencilerinin yaş ve cinsiyetlere göre birey sayıları (n) ve yüzdeleri (%)	29
Tablo 5: Başkent Üniversitesi öğrencilerinin yaş ve cinsiyetlere göre birey sayıları (n) ve yüzdeleri (%).....	30
Tablo 6: Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ortalamaları ve standart sapmaları	31
Tablo 7: Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ortalamaları ve standart sapmaları.....	32
Tablo 8: Üniversite öğrencilerinin beden algısı ortalamaları ve standart sapmaları	33
Tablo 9: Üniversite öğrencilerinin antropometrik ölçümlerinin ortalamaları ve standart sapmaları.....	35
Tablo 10: Cinsiyete göre kişilik özellikleri t testi sonuçları	37
Tablo 11: Cinsiyete göre beslenme alışkanlıkları t testi sonuçları	38
Tablo 12: Cinsiyete göre beden algısı t testi sonuçları	39
Tablo 13: Kişilik özellikleri ile beslenme alışkanlıkları arasındaki korelasyon analizi sonuçları	40
Tablo 14: Kişilik özellikleri ve ŞKÖ alt boyutları arasındaki çoklu regresyon analizi sonuçları	41
Tablo 15: Çoklu regresyon analizine göre kişilik özellikleri ve ŞKA arasındaki ilişki .	42
Tablo 16: Kişilik özellikleri ve beden algısı arasındaki korelasyon analizi sonuçları ...	43

Tablo 17: Çoklu regresyon analizine göre kişilik özellikleri ve beden algısı arasındaki ilişki	44
Tablo 18: Kişilik özellikleri ve antropometrik ölçümler arasındaki korelasyon analizi sonuçları	48
Tablo 19: Çoklu regresyon analizine göre ağırlık değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki.....	49
Tablo 20: Çoklu regresyon analizine göre boy değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki	50
Tablo 21: Çoklu regresyon analizine göre BKE değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki	51
Tablo 22: Çoklu regresyon analizine göre göğüs çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki.....	52
Tablo 23: Çoklu regresyon analizine göre üst kol çevresi ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki	53
Tablo 24: Çoklu regresyon analizine göre bel çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki.....	54
Tablo 25: Çoklu regresyon analizine göre kalça çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki.....	55
Tablo 26: Çoklu regresyon analizine göre baldır çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki.....	56
Tablo 27: Çoklu regresyon analizine göre triceps DKK değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki.....	57
Tablo 28: Beslenme alışkanlıkları ve beden algısı arasındaki korelasyon analizi sonuçları	58
Tablo 29: Çoklu regresyon analizine göre beslenme alışkanlıkları ve beden algısı arasındaki ilişki.....	58

Tablo 30: Beslenme alışkanlıkları ve antropometrik ölçümler arasındaki korelasyon analizi sonuçları.....	61
Tablo 31: Çoklu regresyon analizine göre ağırlık değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	62
Tablo 32: Çoklu regresyon analizine göre boy değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	63
Tablo 33: Çoklu regresyon analizine göre BKE ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki	64
Tablo 34: Çoklu regresyon analizine göre göğüs çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	66
Tablo 35: Çoklu regresyon analizine göre üst kol çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	69
Tablo 36: Çoklu regresyon analizine göre bel çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	70
Tablo 37: Çoklu regresyon analizine göre kalça çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	71
Tablo 38: Çoklu regresyon analizine göre baldır çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	72
Tablo 39: Çoklu regresyon analizine göre triceps DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	73
Tablo 40: Çoklu regresyon analizine göre biceps DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	74
Tablo 41: Çoklu regresyon analizine göre subscapular DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	75
Tablo 42: Çoklu regresyon analizine göre supraspinale DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	76

Tablo 43: Çoklu regresyon analizine göre baldır DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	77
Tablo 44: Beden algısı ve antropometrik ölçümler arasındaki korelasyon analizi sonuçları	78
Tablo 45: Çoklu regresyon analizine göre beden algısı ile boy ve baldır DKK arasındaki ilişki	79
Tablo 47: Cinsiyete göre beslenme alışkanlıkları t testi sonuçları	82
Tablo 48: Cinsiyete göre beden algısı t testi sonuçları	83
Tablo 49: Kişilik özellikleri ile beslenme alışkanlıkları arasındaki korelasyon analizi sonuçları	83
Tablo 50: Kişilik özellikleri ve ŞKÖ arasındaki çoklu regresyon analizi sonuçları	84
Tablo 51: Kişilik özellikleri ve beden algısı arasındaki korelasyon analizi sonuçları ...	85
Tablo 52: Çoklu regresyon analizine göre kişilik özellikleri ve beden algısı arasındaki ilişki	86
Tablo 53: Kişilik özellikleri ve antropometrik ölçümler arasındaki korelasyon analizi sonuçları	89
Tablo 54: Beslenme alışkanlıkları ve beden algısı arasındaki korelasyon analizi sonuçları	90
Tablo 55: Çoklu regresyon analizine göre beslenme alışkanlıkları ve beden algısı arasındaki ilişki.....	90
Tablo 56: Beslenme alışkanlıkları ve antropometrik ölçümler arasındaki korelasyon analizi sonuçları.....	93
Tablo 57: Beden algısı ve antropometrik ölçümler arasındaki korelasyon analizi sonuçları	94
Tablo 58: Üniversitelere göre kişilik özellikleri t testi sonuçları	95
Tablo 59: Üniversitedeki kadın öğrencilere göre kişilik özellikleri t testi sonuçları	96

Tablo 60: Üniversitedeki erkek öğrencilere göre kişilik özellikleri t testi sonuçları	97
Tablo 61: Üniversiteye göre beslenme alışkanlıkları t testi sonuçları	98
Tablo 62: Üniversitedeki kadın öğrencilere göre beslenme alışkanlıkları t testi sonuçları	99
Tablo 63: Üniversitedeki erkek öğrencilere göre beslenme alışkanlıkları t testi sonuçları	100
Tablo 64: Üniversitelere göre beden algısı t testi sonuçları	101
Tablo 65: Üniversitedeki kadın ve erkek öğrencilere göre beden algısı t testi sonuçları	101
Tablo 66: Cinsiyete göre kişilik özellikleri t testi sonuçları	102
Tablo 67: Cinsiyete göre beslenme alışkanlıkları t testi sonuçları	103
Tablo 68: Cinsiyete göre beden algısı t testi sonuçları	104
Tablo 69: Kişilik özellikleri ile beslenme alışkanlıkları arasındaki korelasyon analizi sonuçları	105
Tablo 70: Kişilik özellikleri ve ŞKÖ arasındaki çoklu regresyon analizi sonuçları	106
Tablo 71: Kişilik özellikleri ve ŞKA arasındaki çoklu regresyon analizi sonuçları	107
Tablo 72: Kişilik özellikleri ve YYD arasındaki çoklu regresyon analizi sonuçları	108
Tablo 73: Kişilik özellikleri ve beden algısı arasındaki korelasyon analizi sonuçları .	109
Tablo 74: Kişilik özellikleri ve beden algısı arasındaki çoklu regresyon analizi sonuçları	110
Tablo 75: Kişilik özellikleri ve antropometrik ölçümler arasındaki korelasyon analizi sonuçları	114
Tablo 76: Çoklu regresyon analizine göre ağırlık değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki	115
Tablo 77: Çoklu regresyon analizine göre boy değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki	116

Tablo 78: Çoklu regresyon analizine göre BKE değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki	117
Tablo 79: Çoklu regresyon analizine göre göğüs çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki.....	118
Tablo 80: Çoklu regresyon analizine göre üst kol çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki.....	119
Tablo 81: Çoklu regresyon analizine göre bel çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki.....	120
Tablo 82: Çoklu regresyon analizine göre kalça çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki.....	121
Tablo 83: Çoklu regresyon analizine göre baldır çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki.....	122
Tablo 84: Çoklu regresyon analizine göre subscapular DKK değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki	123
Tablo 85: Çoklu regresyon analizine göre baldır DKK değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki.....	124
Tablo 86: Beslenme alışkanlıkları ve beden algısı arasındaki korelasyon analizi sonuçları	125
Tablo 87: Çoklu regresyon analizine göre beslenme alışkanlıkları ve beden algısı arasındaki ilişki.....	125
Tablo 88: Beslenme alışkanlıkları ve antropometrik ölçümler arasındaki korelasyon analizi sonuçları.....	128
Tablo 89: Çoklu regresyon analizine göre ağırlık değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	129
Tablo 90: Çoklu regresyon analizine göre boy değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	132

Tablo 91: Çoklu regresyon analizine göre BKE ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki	133
Tablo 92: Çoklu regresyon analizine göre göğüs çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	136
Tablo 93: Çoklu regresyon analizine göre üst kol çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	139
Tablo 94: Çoklu regresyon analizine göre bel çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	140
Tablo 95: Çoklu regresyon analizine göre kalça çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	143
Tablo 96: Çoklu regresyon analizine göre baldır çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	144
Tablo 97: Çoklu regresyon analizine göre triceps DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	145
Tablo 98: Çoklu regresyon analizine göre biceps DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	146
Tablo 99: Çoklu regresyon analizine göre subscapular DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	147
Tablo 100: Çoklu regresyon analizine göre supraspinale DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	148
Tablo 101: Çoklu regresyon analizine göre baldır DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki.....	149
Tablo 102: Beden algısı ve antropometrik ölçümler arasındaki korelasyon analizi sonuçları	151
Tablo 103: Çoklu regresyon analizine göre ağırlık ve beden algısı arasındaki ilişki...	152
Tablo 104: Çoklu regresyon analizine göre boy ve beden algısı arasındaki ilişki	152

Tablo 105: Çoklu regresyon analizine göre göğüs çevresi ve beden algısı arasındaki ilişki	153
Tablo 106: Çoklu regresyon analizine göre triceps DKK ve beden algısı arasındaki ilişki	153
Tablo 107: Çoklu regresyon analizine göre biceps DKK ve beden algısı arasındaki ilişki	154



GRAFİKLER DİZİNİ

Grafik 1: Beden algısı ve nevrozizm arasındaki ilişki	45
Grafik 2: Beden algısı ve dışadönüklük arasındaki ilişki	45
Grafik 3: Beden algısı ve sorumluluk arasındaki ilişki	46
Grafik 4: BKE ve şişmanlığa karşı kendilik algıları arasındaki ilişki	65
Grafik 5: BKE ve yemek yeme davranışları arasındaki ilişki	65
Grafik 6: Göğüs çevresi ve şişmanlığa karşı ön yargılar arasındaki ilişki	67
Grafik 7: Göğüs çevresi ve şişmanlığa karşı kendilik algıları arasındaki ilişki	67
Grafik 8: Göğüs çevresi ve yemek yeme davranışları arasındaki ilişki	68
Grafik 9: Beden algısı ve nevrozizm değerleri arasındaki ilişki	86
Grafik 10: Beden algısı ve dışadönüklük değerleri arasındaki ilişki	87
Grafik 11: Beden algısı ve sorumluluk değerleri arasındaki ilişki	87
Grafik 12: Beden algısı ve nevrozizm değerleri arasındaki ilişki	110
Grafik 13: Beden algısı ve dışadönüklük değerleri arasındaki ilişki	111
Grafik 14: Beden algısı ve deneyime açıklık değerleri arasındaki ilişki	111
Grafik 15: Beden algısı ve sorumluluk değerleri arasındaki ilişki	112
Grafik 16: Ağırlık değerleri ve şişmanlığa karşı ön yargılar arasındaki ilişki	130
Grafik 17: Ağırlık değerleri ve şişmanlığın getirdiği olumlu/olumsuz düşünceler arasındaki ilişki	130
Grafik 18: Ağırlık ve şişmanlığa karşı kendilik algıları arasındaki ilişki	131
Grafik 19: Ağırlık ve yemek yeme davranışları arasındaki ilişki	131
Grafik 20: BKE ve şişmanlığa karşı ön yargılar arasındaki ilişki	134
Grafik 21: BKE ve şişmanlığın getirdiği olumlu/olumsuz düşünceler arasındaki ilişki	134
Grafik 22: BKE ve yemek yeme davranışları arasındaki ilişki	135
Grafik 23: Göğüs çevresi ve şişmanlığa karşı ön yargılar arasındaki ilişki	137

Grafik 24: Göğüs çevresi ve şişmanlığın getirdiği olumlu/olumsuz düşünceler arasındaki ilişki.....	137
Grafik 25: Göğüs çevresi ve şişmanlığa karşı kendilik algıları arasındaki ilişki	138
Grafik 26: Göğüs çevresi ve yemek yeme davranışları arasındaki ilişki	138
Grafik 27: Bel çevresi ve şişmanlığa karşı ön yargılar arasındaki ilişki	141
Grafik 28: Bel çevresi ve şişmanlığın getirdiği olumlu/olumsuz düşünceler arasındaki ilişki	141
Grafik 29: Bel çevresi ve şişmanlığa karşı kendilik algıları arasındaki ilişki	142
Grafik 30: Bel çevresi ve yemek yeme davranışları arasındaki ilişki	142

KISALTMALAR

SDKT: Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi

ŞKÖ: Şişmanlığa Karşı Ön Yargılar

ŞGO: Şişmanlığın Getirdiği Olumlu Olumsuz Düşünceler

ŞKA: Şişmanlığa Karşı Kendilik Algısı

YYD: Yemek Yeme Davranışları

DKK: Deri Kıvrımı Kalınlığı



GİRİŞ

İnsanı anlama ve yorumlama çabasında ilk merak edilen konulardan biri ruh ve beden arasındaki ilişkidir. Yüzyıllardır, öncelikle filozoflar arasında olmak üzere, birçok araştırmacı bu alanda çalışmalar gerçekleştirmiştir. Aristoteles'e göre, bedenden ziyade ruh anlamlıdır, ruh vücudun cevheri ve insanı cansız olandan ayıran şeydir (Kaya, 2014: 93). Spinoza ise bedenin sadece yer kapladığını, asıl önemli olanın ruh olduğunu, bedenin ruhun nesnesi olduğunu belirtmektedir (Atış, 2015: 148). Descartes'e göre ise, yemek yiyen, yürüyen, su içen, nefes alan beden; bedenden bağımsız olarak da yaşamaya devam edebilen, seven, sevilen, nefret eden, rüya gören ruhtur (Altınörs, 2020: 81). Görülebileceği üzere filozoflar, bedenden daha çok ruha anlam yüklemişlerdir. Bu bakış açısını en iyi yansıtan ise Descartes'in "Düşünüyorum, öyleyse varım." söylemidir.

Ruh ve bedenin bir bütün olarak değerlendirilemeyişi, bilim dünyasında da ayrımlara sebebiyet vermiş; ruh, sosyal bilimlerin; beden ise, somut ve dünyevi olanla ilişkilendirilip, doğa bilimlerinin konusu olagelmıştır (Bingöl, 2017: 89). Yıllar içerisinde bilim dünyası daha bütüncül yaklaşım tarzlarının etkisi altına girmiş, bu ve bunun gibi ayrımlardan uzaklaşmaya başlanmıştır.

1980'li yıllara gelindiğinde, beden sosyolojisinin doğumuyla, bedenin toplumla iç içe olduğu, bedenin toplumsallaştığı yaklaşımlarının üzerinde durulmaya başlanmış, "beden olarak toplum" bakış açısı benimsenmiş ve siyaset, ekonomi, eğitim, kültür-sanat gibi alanlar beden çerçevesinde ele alınmaya başlanmıştır (Okumuş, 2009: 2). Bu bakış açısına göre insan, toplumdaki varlığını bedeni üzerinden göstermekte, acısını, sevincini, nefretini, sevgisini, arzu edip etmediklerini, kısacası kişiliklerini bedenleri üzerinden aktarmakta, toplumsal değişikliklere yönelik tavrını bedeniyle ortaya koymaktadır (Okumuş, 2009: 14).

Antropolojinin de bedene yönelik bakış açısı yıllar içerisinde değişim göstermiştir. İlk dönem antropologları bedeni edilgen bir bakış açısıyla incelerken zaman içerisinde bedenin, kültürün hem ürünü hem de aktörü olduğu daha etkin bir anlayış geliştirilmiştir (Aksoy Sugiyama, 2010; Sönmez ve Erdenk, 2023). Bu yeni yaklaşım tarzı; beden algısının farklı zaman ve kültürlerdeki değişimi, obezitenin, yeme bozukluklarının, yetersiz ve dengesiz beslenmenin bedene olan etkisi ve psikolojik yansımaları, büyüme gelişme çalışmaları gibi antropometrik analizleri içeren birçok farklı çalışma alanını da beraberinde getirmiştir.

Çalışmamızda; kişilik özelliklerinin beslenme şekilleri, beden algısı ve antropometrik ölçümler üzerindeki etkisi dikkate alınarak ruh ve beden arasındaki ilişki analiz edilmekte, beden sosyolojisinin üzerinde durduğu, kişilik ve beden ilişkisi incelenmekte, antropometrik ölçümler ve kişilik analizi gibi farklı bilim dallarından faydalanılarak spor, diyet, obezite gibi alanlarda daha bireysel yaklaşım tarzlarının geliştirilmesi amaçlanmaktadır.

BİRİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1.Kişilik

“Kişilik” kavramının kökeni eski Yunanca’da tiyatro sanatçıların kullandığı maske anlamına gelen “Persona” kelimesine dayanmaktadır (Aslan, 2008: 8). Günümüzde, bu kavram, bireyi diğerlerinden ayıran, tutarlılık gösteren psikolojik, fizyolojik ve kültürel özelliklerin duygu, düşünce ve davranışlara yansımaları olarak tanımlanmaktadır. Hayatın içinde sıklıkla kullanılıyor olsa bile bilimsel gelişimi 1930’lu yıllarda kişilik psikolojisinin ortaya çıkmasıyla başlamıştır (Mc Adams’dan Aktaran Güney, 2018: 39). Geçmişten günümüze insan kişiliğini anlamlandırabilmek için sayısız tanımlama yapılmıştır. Örneğin; Sümerlerin Gılgamış destanında cesaretli, asi yürekli ve kibirli gibi kişilik özelliklerine gönderme yapıldığı görülmekte ve günümüze biraz daha yaklaştığımızda ise Hipokrat, kişilerin mizaç ve vücut sıvıları arasında bağlantı kurmaktadır (Taymur ve Türkçapar, 2012: 156). Allport’a göre, yalnızca İngiliz dilinde kişiliği tanımlamak için 4000’den fazla sıfat kullanılmaktadır (Allport’dan Aktaran Burger, 2016: 234).

Kişilik kavramı, psikoloji başta olmak üzere pek çok alanda, hakkında çalışma yapılmış ve yapılmakta olan kapsamlı ve ilgi çekici bir konudur. Uzun yıllardan beri çalışılan bir konu olmasına rağmen üzerinde anlaşmaya varılmış tek bir tanım mevcut değildir. “Kişilik” kavramı üzerine elliden fazla tanım bulunmaktadır (Güney, 2018: 39). Sullivan, kişiliği, bireyin yaşamını şekillendiren, tutarlılığı olan kişiler arası ilişki olarak tanımlamaktadır (Sullivan, 1953: 10). Zimbardo ve Gerrig’e (1996) göre, kişilik, davranışlara yön veren, durum, zaman ve koşul farklılıklarına rağmen değişmeyen bireysel özelliklerin toplamıdır (Rogers, 2005: 1). Cüceloğlu’na göre ise, kişilik, bireyin

hem kendisiyle hem de dış dünyayla kurduğu, onu diğer bireylerden ayıran tutarlı bir ilişki şeklidir (Cüceloğlu, 2000: 404).

1.2.Kişilik Gelişimini Etkileyen Faktörler

İnsanı etkileyen unsurlar söz konusu olduğunda, bu ister psikolojik ister fiziksel unsurlar olsun, kalıtsal etkilerin mi yoksa çevresel unsurların mı daha fazla ön plana çıktığı tartışma konusu olagelmıştır. Ancak yapılan çalışmalar göstermektedir ki, her iki unsurda duruma, döneme ve çeşitli pek çok farklı olasılığa göre biri diğerinden baskın olmayacak şekilde insan gelişimine etki etmektedir. Yaşamın içerisinde bulunan her unsur bu iki etkene göre kişiliği etkilemektedir. Kalıtım, kişinin etrafındaki durumlardan hangi seviyede etkileneceği konusunda etki ederken; çevre, hangi durumlarla karşılaşabileceği konusunda etkili olmaktadır. Kültürel yapı, geçmiş yaşam örüntüsü, sosyo-ekonomik durum, sosyal ortam, aile etkisi, eğitim durumu, zekâ seviyesi, kardeş sayısı ve hatta Adler'e göre (1927) doğum sırası bile bireyin kişiliğinin şekillenmesinde etkilidir. Bu etkenlere epigenetik ve mitokondriyal DNA çalışmalarının eklenmesiyle birlikte insan gelişimi üzerindeki etkilerin sadece insan yaşantısıyla veya ebeveynlerinden aldıkları kromozomlarla sınırlı kalmadığı, atalarının genetiğinin ve yaşantılarının da etkisi altında oldukları gerçeği incelenmektedir (Can ve Aslan, 2016: 445; Şoroğlu, Berkay ve Vural, 2021: 71). İnsanın dününde ve bugününde yer alan algıladığı veya algılamadığı etkisi altında olduğu düşünülecek olursa kişiliği etkileyen unsurları da bir kalıba sığdırmanın veya seçeneklendirmenin doğru olmadığı görülecektir.

1.3.Kişiliği Oluşturan Unsurlar

Modern insan davranışı çalışmaları ne, neden ve nasıl sorularına cevap bulmaya çalışarak davranışı üç farklı yönden analiz etmektedir. Analizler, kişiliğin bu soruların cevaplarına göre şekillendiğini göstermektedir. Kişinin mevcut görevini ne kadar iyi

yerine getirdiği ile ilgilenen “ne” sorusu yeteneklerini, bu görevi yaparken neyin motive ettiğine bakan “neden” sorusu karakterini, görevi nasıl yerine getirdiğiyle ilgilenen “nasıl” sorusu ise mizacını ortaya koymaktadır (Akın Sarı, 2018: 5). Başka bir deyişle, kişilik; yetenek, mizaç ve karakter unsurlarının bir araya gelmesinden oluşmaktadır.

1.3.1. Yetenek

Yetenek; kişinin veya grubun en iyi şekilde ortaya koyabildiği, devamlılık gösteren, diğerlerine oranla daha başarılı bir şekilde ortaya koyabildiği kapasitesini ifade etmektedir (Gagne, 2000: 11; Buckingham ve Vosburg, 2001: 21; Altınöz, 2018: 82). Akar (2015: 14-15), yeteneğin doğuştan getirildiğini, ustalık seviyesine ulaşılabileceğini, yetenekte artış görüldükçe performansın da artacağını, yeteneğin kişiye özgü olduğunu belirtmektedir. Yeteneğin doğuştan geldiğini belirten tanımlara rağmen uygun ortamlarda bulunulmadığı sürece kişinin herhangi bir alanda yeteneği varsa dahi yeteneğinin ortaya çıkmayacak olduğu da düşünüldüğünde doğuştan getirilen özelliklerin yanı sıra mevcut çevrenin de ne denli önemli olduğu görülmektedir. Pfeffer ve Sutton’da (2006) bu bakış açısından yola çıkarak yeteneği, tecrübelerin ve emeğin sonucunda ortaya çıkan bir kazanım olarak tanımlamaktadır.

1.3.2. Karakter

Doğuımdan lme kadar gelişimine devam eden, çevresel etmenlerden etkilenen, amaç ve değerlerdeki kişisel farklılıkları yansıtan özellikler olarak tanımlanmaktadır (Mertol, 2011: 19). Karakter kavramı, kuralları takip etmek, toplumun belirlediği sınırlara uymak olarak da tanımlanabilmektedir. Ancak bu kavram yalnızca dürüstlük, cesaretli ve iyi kalpli olmak gibi olumlu özellikleri değil aynı zamanda kıskançlık ve korkaklık gibi toplum tarafından olumsuz değer atfedilen özellikleri de içinde barındırmaktadır.

1.3.3. Mizaç

Mizaç; doğuştan getirilen, çocukluk döneminde şekillenen, kişinin hayata yaklaşım tarzını, durumlara verdiği tepkileri belirleyen nispeten tutarlı bireysel farklılıklar olarak tanımlanmaktadır. Öğrenilmiş olandan ziyade kalıtsal ve devamlılık gösteren özellikler olarak ifade edilmekle birlikte şartlar uygun olduğunda ortaya çıkan ve yaşla birlikte pekiştiği düşünülen tutum, tavır ve davranışları belirtmektedir (Shiner ve ark, 2012: 437; Paçacı, 2024: 5). Kaygılı bir kişinin herhangi bir anda daha kolay stres tepkileri verebiliyor oluşu, sinirli bir kişinin en ufak durumda kolayca parlaması mizaç için verilebilecek örneklerdendir.

1.4. Kişilik Kuramları

Kuramlar genellikle, özgür irade-kadercilik, iyimserlik-kötümserlik, geçmişe bağlılık-geçmişten bağımsızlık, kalıtım-çevre, kişisel özelliklerin bireyselliği-evrensellik gibi boyutlar çerçevesinde yaklaşımlarını ortaya koymaya çalışmaktadır (Gençtanırım Kurt ve Çetinkaya Yıldız, 2019: 38-39). Bu farklı bakış açıları sebebiyle psikanalitik kuramlar, davranışçı kuram, sosyal öğrenme kuramı, bilişsel kuram, insancıl kuram, varoluşçu kuram, biyolojik kuram ve ayırıcı özellik kuramı olmak üzere 8 temel kişilik kuramı oluşturulmuş ve her biri birbirinden etkilenmiştir (Cloninger, 2009: 3).

1.4.1. Psikanalitik Kuram

Psikanaliz kuramının kurucusu olan Freud'a göre insanın doğuştan getirdiği güdüler saldırganlık ve cinsellik çerçevesinde şekillenmekte ve insan bu ilkel dürtüleri ile hareket etmektedir (Gençtanırım Kurt ve Çetinkaya Yıldız, 2019: 70; Sağlık, 2021: 438). Freud, kişiliği önce topografik daha sonra da yapısal modelle açıklamıştır. Topografik modelde kişilik; bilinçaltı, bilinç öncesi ve bilinç olmak üzere üç başlık altında incelenmektedir. Hatırlanan düşünceler "bilinç", istenildiği takdirde çağırılabilen,

hatırlanan düşünceler “bilinç öncesi”, bilinç düzeyine getirilemeyen düşünceler ise “bilinçaltı” olarak adlandırılmaktadır (Burger, 2016: 77). Yapısal modelde ise; kişilik, içgüdülerle hareket eden alt benlik (id), alt benliğin isteklerini yerine gerçeklik ilkesini dikkate alan benlik (ego) ve toplum kuralları içerisinde hareket etmeye çabalayan, iyi ve kötü kavramlarına odaklanan üst benlikten (süperego) oluşmaktadır (Tuzcuoğlu, 1995: 275-285). Alt benlik hazzı, benlik gerçekliği, üst benlik ise mükemmelliği temsil etmektedir. Benlik, alt benlikten gelen istekleri karşılarken toplumsal kuralları ihlal etmekten endişe duyduğu için ahlaki kaygı yaşamaktadır. Bu kaygıyla başa çıkmak için entelektüelleştirme, mantığa bürüne, izolasyon gibi savunma mekanizmalarını kullanmaktadır (Burger, 2016: 81-85).

1.4.2. Davranışçı Kuram

Psikanalitik kuramın aksine içsel motivasyon kaynakları yerine gözlemlenebilen insan davranışları üzerine çalışmanın daha bilimsel olduğu düşünülmektedir. Bu kuramın geliştiricileri Ivan Petrovich Pavlov, John Broadus Watson, Edward Lee Thorndike ve Burrhus F. Skinner’dir. Davranışın ortaya çıkmasında öğrenme ve koşullanmanın etkili olduğu değerlendirilmektedir (Burger, 2016: 516). Koşullanma, klasik ve edimsel koşullanma olarak 2 farklı şekilde gerçekleşmektedir. Klasik koşullanma; aralarında herhangi bir ilişki bulunmayan nesneler arasında ilişki kurma halini belirtmektedir (Aydın, 2010: 15). Örneğin, öğle arasında yemek yiyen bir öğrencinin zil sesini duyunca ağzının sulanması, yemekle herhangi bir ilişkisi bulunmayan nötr uyarıcı olan zilin koşullu uyarıcı durumuna geçmesiyle oluşmaktadır. Öğrenme üzerine yapılan çalışmalar esnasında ortaya çıkan edimsel koşullanma kavramı, istendik davranışın ödüllendirme ile pekiştirilebileceğini, istenmeyen davranışın ise cezalandırma yöntemi ile azaltılabileceğini veya ortadan kaldırılabilceğini açıklamaktadır (Burger, 2016: 518-

521). Örneğin, derste sınıfın dikkatini dağıtan bir öğrencinin öğretmeni tarafından daha fazla ödev verilerek cezalandırılması bu öğrencinin davranışının sıklığını azaltmaktadır.

1.4.3. Sosyal Öğrenme Kuramı

Albert Bandura'nın geliştirdiği, özünde gözlem ve taklit yoluyla öğrenme bulunan, bilişsel süreçlerin öğrenmeyi etkilediğine dikkat çeken bir kuramdır (Bandura'dan Aktaran Bahar, 2019: 237-239). Geçmiş yaşantıda tespit edilen uyaranlar, davranış sonucu verilen olumlu/olumsuz geri bildirim ve belleğe yerleşen davranışın bilişsel işlevi davranışı düzenleyen sistemi oluşturmaktadır (Bandura, 1977: 190). Kişisel, biyolojik ve çevresel faktörler ve aralarında nedensellik ilişkisi davranışın oluşmasında etkindir (Tatlıoğlu, 2021: 23). Kurama göre bir davranış, dikkat etme, hafızaya alma, davranışa dönüştürme ve motivasyon süreçleriyle içselleştirilerek kişiliğe yansımaktadır (Bandura, 1977: 17-22).

1.4.4. Bilişsel Kuram-Kişisel Yapılar Kuramı

Bilişsel Kuram, George Kelly tarafından geliştirilmiştir. Aynı zamanda Kişisel Yapılar Kuramı olarak da bilinmektedir. Bu kurama göre kişi, geçmiş deneyimlerinden öğrendikleriyle ortaya çıkabilecek durumları tahmin ederek düşünce ve davranışlarını şekillendirmektedir (Kelly, 1955: 46). Her bireyin kendine özgü bilişsel yapıları bulunmaktadır. Örneğin siz biriyle karşılaştığınızda onun güzel veya çirkin olup olmadığına bakarken, diğeri cana yakın veya soğuk olup olmadığını değerlendirmektedir. Bu durumda aynı kişiyle tanışıp aynı tepkilerle karşılaşılmasına rağmen farklı izlenimler edinilmesini açıklamaktadır. Kelly bu temel yapı varsayımını; Tablo 1'de görebileceğiniz önermelerle desteklemektedir (Gençtanırım Kurt ve Çetinkaya Yıldız, 2019: 415-421).

Tablo 1: George Kelly'nin temel varsayımı ve 11 alt önerme

Temel Varsayım: Kişiler geçmiş yaşantılar sonucu oluşturdukları yapılar aracılığıyla olayları tahmin etme ve o şekilde davranma eğilimindedir.	
Yapılandırma Önermesi	Kişiler olayları bekleyiş şekillerine göre benzerlerini de oluşturarak tahmin ederler.
Bireysellik Önermesi	Her bireyin olayları yapılandırma sisteme biriciktir.
Örgütlenme Önermesi	Kişiler olayları daha iyi tahmin edebilmek için zihinsel bir düzenleme yaparak olayları sıralamakta ve sınıflamaktadır.
İkililik Önermesi	Bütün düşünceler zıttıyla var olacağı için yapı sistemi iki kutuplu yapılardan oluşmaktadır.
Seçim Önermesi	İki değerli yapılar içerisinde, kişi, kendi sistemini geliştirebilecek olanı seçme eğilimindedir.
Aralık Önermesi	Her bir yapının tanımlayabileceği durum kısıtlıdır. Bazı yapılar bazı olay ve durumları tanımlamayabilir.
Deneyim Önermesi	Her yapı tecrübelerle pekiştiği gibi, değişip yenilenebilir.
Ayarlama Önermesi	Kişinin yapı sistemi kendi tecrübeleriyle ve yapı sisteminin geçirgenliği ile sınırlıdır.
Bölümlendirme Önermesi	Kişi, farklı yargılara sahip olduğu yapıları kullanabilir.
Ortaklık Önermesi	İki kişinin deneyimlerinin ve yapı sistemlerinin benzerlik göstermesi
Toplumsallık Önermesi	Bir kişi diğerine etki ederken onu etkileyen toplumsal süreçlere de tesir etmektedir.

1.4.5. İnsancıl (Hümanist) Kuram

Temsilcileri Adler, Maslow, Rogers ve Fromm olan İnsancıl Kuramın temel bakış açısı insanın her daim iyi olana erişmek için çabaladığı görüşüne dayanmaktadır (Morris'ten Aktaran Onur, 2018: 148). Bu kuram, insan doğasını diğer canlılardan ayırmakta ve onlardan üstün olarak değerlendirmektedir (Gençtanırım Kurt ve Çetinkaya Yıldız, 2019: 298). Kişilik; tek ve biricik olarak değerlendirilir, yapılan kişilik testleri, herkesi aynı kalıplara soktuğu ve kişinin iç dünyasını net şekilde yansıtamayacağı için eleştirilir (Burger, 2016: 461).

1.4.6. Varoluşçu Kuram

Nietzsche, Husserl ve Heidegger tarafından geliştirilen bu kuram, insanın özgürlüğü ve seçme hakkına odaklanmakta, hayatı anlamlı kılanın insan olduğu görüşünü öne sürmektedir (Topses, 2012: 100). İnsanın kişiliğini kendi özgür iradesi ile yarattığı ve bu yaratımda etkin bir rol oynadığı düşünülmektedir (Yıldırım, 2000: 210). İnsan aynı anda olmak istediği, öznel, sosyal ve biyolojik dünya olmak üzere dört farklı dünyada var olabilmekte ve insanın kişilik yapısı bu dört yapının içerisinde gelişmektedir (Sharf, 2014:150).

1.4.7. Biyolojik Kuram

Hans Jurgen Eysenck, kişiliğin biyolojik unsurlardan etkilendiğini ileri süren ilk psikologlardan biridir (Gençtanırım Kurt ve Çetinkaya Yıldız, 2019: 558). Bu kuram çevrenin etkisini de yadsımayarak biyolojik etkilerin insan kişiliği üzerindeki yansımalarına odaklanmaktadır. Eysenck'e göre diğer kuramlar kişiliğe somut bir bakış açısı ile yaklaşmamaktadır. Bu sebeple, insan kişiliğini daha somut çizgilerle belirleyebilmek adına kişiliği tanımlayan; dışadönüklük - içedönüklük, nevrotiklik -

psikotiklik olmak üzere birbirine zıt 2 farklı kişilik boyutu geliştirilmiştir (Burger, 2016: 345).

1.4.8. Ayırıcı Özellik Kuramı

Bu kuram kişiliği oluşturan bazı ayırıcı özellikler olduğunu öne sürmektedir. Allport, Cattell, McCrae, Costa tarafından geliştirilmiştir. Aynı özelliğe sahip bireyleri birbirinden ayıran ise bu özellik düzeylerindeki farklılıklardır (Isır, 2006: 51). Asıl üzerinde durulan davranışların nedenleri değil, kişiliği analiz etmek ve davranışı tahmin etmektir (Çiçek ve Aslan, 2020). Davranışı belirli özellikler üzerinden analiz etmeye odaklandığı için kişiliğin ölçülmesinde sıklıkla tercih edilen bir kuramdır. (Burger, 2016: 285-286).

Kişilik özellikleri sınıflandırılmadığı ve kapsamaları daraltılmadığı sürece ölçülebilirlikleri azalmaktadır. Bu kuramın en önemli özelliği de kişilik özelliklerinin sınıflandırılabilmesinden kaynaklanmaktadır. Örneğin Allport'un 18000 özelliği 4500'e kadar indirgeyerek bu özellikleri kardinal (en önemli özellik), merkezi (temel ve faydalı özellikler) ve ikincil (daha az belirgin ve pek tutarlı olmayan) özellikler olarak 3'e ayırdığı görülmektedir (Stangor'dan Aktaran Yılmaz, 2019: 10).

Bu kuram içerisinde değerlendirilen, Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı ve Beş Faktör Kişilik Kuramı olmak üzere 2 temel kuram bulunmaktadır (Gençtanırım Kurt ve Çetinkaya Yıldız, 2019: 523-530).

1.4.8.1. Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı

Cattell'e göre kişilik analizi üzerine yapılan çalışmalar gözleme ve içgüdülere yönelik tahminlere dayandırılmamalıdır (Gençtanırım Kurt ve Çetinkaya Yıldız, 2019: 523). Psikolojinin bir bilim olabilmesi için ölçüm yapabilmesi gerektiğini düşünen

Cattell, faktör analizinden faydalananarak farklı ölçümler arasındaki korelasyonları dikkate alarak ortak faktörler geliştirmiştir (Yurdakul, 2019: 9). Ortak faktörler içerisinde birbirleriyle ilişkili olan kişilik özellikleri yer almakta ve bu yönetime de faktör analizi denilmektedir (Miller ve Shelly, 2008: 142).

Tablo 2: Cattell'in belirlediği 16 temel kişilik özelliği (Burger, 2016: 252; Cernova ve Pervin, 2016:245)

Girişken/Çekingen	Şüpheli/Güvenilir
Mantıklı Düşünme/Daha Az Zekice Düşünme	Hayalci/Gerçekçi
Nevrotik/Dengeli	Süslülük/Sadelik
Üstünlük/Alçak Gönüllü	Endişeli/Sakin
Neşelilik/Temkinli	Deneyimci/Tutucu
Kural Bilinci/Menfaatçi	Kendine yeten/Bağımlı
Sosyal Cesaret/Utangaç	Kontrollü/Disiplinsiz
Hassaslık/İnatçı	Gergin/Rahat

1.4.8.2. Beş Faktör (Büyük Beşli) Kişilik Kuramı

1980-1990 yılları arasında kişilik çalışmalarının artmasıyla kişiliği analiz etmek için anlamlı ve kullanışlı bir sınıflandırma yapma ihtiyacı doğmuştur (Özer, 2013: 142). Bu ihtiyaçtan yola çıkılarak faktör analizi çalışmalarından faydalanılarak beş özellik belirlenmiş ve birçok insanın kişiliğini etkileyen beş temel boyut olduğu ileri sürülmüştür (Burger, 2016: 251). McCrae ve Costa tarafından geliştirilen bu kuramda, kişiler, bu beş boyuttaki özellikleri hangi seviyelerde (düşük-yüksek) taşıdıklarına göre birbirlerinden farklılaşmaktadır (McCrae ve Costa, 1984: 34).

Sorumluluk: Kendini kontrol edebilme kabiliyeti yüksek, irade sahibi, dikkatli, özenli, çalışkan ve temkinli kişileri tasvir etmektedir (McCrae ve John, 1992: 178).

Dışadönüklük: Pozitif, insanlarla birlikte olmaktan hoşlanan, eğlence anlayışı olan, konuşkan, enerjik kişileri ifade etmektedir (Costa vd., 1986: 641; Stevens, 2001: 500).

Yumuşak Başlılık (Uyumluluk): Merhametli, dürüst, nazik, gönlü zengin, iletişim kabiliyeti yüksek, alçak gönüllü, başkalarını da en az kendisi kadar düşünen, kurallara uyan insanlar olarak tanımlanmaktadır (Bilgin, 2017: 946).

Deneyime Açıklık: Öğrenmeye açık, hayalperest, yaratım kabiliyeti yüksek, sanatçı ruhu olan, anlayış sahibi gibi sıfatlarla ifade edilmektedir (McCrae ve John, 1992: 179).

Nevrotizm (Duygusal Dengesizlik): Güvensiz, alıngan, kaygı seviyesi yüksek, kendine acıma duygusu baskın kişileri tasvir etmektedir (McCrae ve Costa'dan Aktaran Burger, 2016: 253).

Beş faktör kişilik kuramının çalışmalarda sıklıkla tercih edilme nedeni 4 önemli unsura dayanmaktadır:

- Aynı katılımcılarla yapılan boylamsal çalışmalar, bu boyutların yıllar içerisinde tutarlılıklar gösterdiğini belirtmektedir (McCrae ve Costa, 2013).
- Mevcut beş faktörle ilişkili olan özellikler, araştırılan toplumun kültürü dikkate alınarak hazırlanmıştır (Somer vd., 2002: 22-23).
- Beş faktör kişilik özellikleri, farklı gruplar dikkate alınarak bulunmuş, farklı pek çok değişkenle birlikte incelenmiştir (Bacanlı vd., 2009: 262).
- Yalnızca çevresel değil kalıtsal özellikler de dikkate alınarak geliştirilmiştir (Costa ve McCrae'den Aktaran Özer, 2013:143).

1.5. Beslenme

Sağlık; yalnızca bedenin değil aynı zamanda ruhun da iyi olması olarak tanımlanmakta, kişiyi hem biyolojik hem de psikolojik yönleriyle bir bütün olarak değerlendiren bir kavramdır. Sağlıklı bir yaşamın ön koşulu da iyi ve yeterli bir beslenmedir. Tıpkı sağlık gibi beslenme kavramı da yalnızca fizyolojiyle değil psikoloji ve kültürle de ilişkilendirilebilecek kapsamlı bir kavramdır (Beyhan ve Taş, 2019: 31).

Bir kişinin yeterli ve dengeli beslenebilmesi için karbonhidrat, protein, yağ, mineral ve vitaminlerden ihtiyacı olduğu kadar alması, günlük olarak belirli miktarlarda su tüketmesi gerekmektedir. Ancak besinlere olan gereksinim; yaş, cinsiyet, genetik yapı, mevcut rahatsızlıklar ve fiziksel aktivite gibi sebepler nedeniyle değişebilmektedir (Ayhan vd., 2012: 97). Bunun yanı sıra vücudun ihtiyaç duyduğu besinlerle kişinin beslenme alışkanlıkları farklılık gösterebilmektedir. Çünkü beslenme alışkanlıkları psikososyal sebeplerle değişebilmektedir. Kültür, ailenin beslenme alışkanlıkları, medya ve toplumun etkisi, inançlar, bilgiler, davranışlar ve kişisel tercihler beslenme alışkanlıkları üzerinde etkilidir (Neumark-Sztainer vd., 2005: 2). Göçebe Türklerde dayanıklı olabilmek için kurutulmuş et, pastırma, sucuk, tarhana, makarna, turşu gibi gıdaların tüketilmesi (Şahin ve Özer, 2006: 130), Hintlilerin tatlı, acı, ekşi, tuzlu ve baharatlı tatların her birini birlikte kullandıklarında dengeli beslendiklerini düşünmeleri (Gürsoy, 2024: 24), hayvansal gıda tüketimine olan negatif bakış açısı sebebiyle vejetaryen olunması, sağlıklı beslenme modelinin bu olduğu düşünüldüğü için çiğ gıdalarla beslenilmesi, zayıflamak ve estetik beklentileri karşılamak için yemek yemekten kaçınılması, beslenme alışkanlıklarının kişiden kişiye, kültürden kültüre değişebileceğini göstermektedir.

1.5.1 Beslenme ve Kişilik

Merkezi sinir sistemi, sadece genetik unsurların değil aynı zamanda çevresel faktörlerin de etkisi altında kalmaktadır. Bu çevresel faktörlerden biri de beslenmedir. Beslenme alışkanlıkları, vücut gelişiminin yanı sıra beynin gelişimini de etkilemekte, dolaylı olarak kişiliğe de etki etmektedir (Gültekin, 2013: 84). Beslenme ve kişilik üzerine çalışan İbn Haldun, fazla yiyecek tüketmenin, bolluk içerisinde olmanın kişiliği olumsuz etkilediğini, zorluk çekmenin ise ahlak üzerinde olumlu etkiler yarattığını belirtmektedir (Bayar, 2018: 127). Elfhag ve Erlanson'un (2006: 63) çalışmalarına göre, tatlı besinleri fazla tüketen insanlar agresif olma eğilimindeyken; Sagioglou ve Greitemeyer'e (2014: 1595) göre acı besinleri tercih edenler daha kinici olabilmekte ve antisosyal kişilik özelliği gösterebilmektedir.

Bununla birlikte, tükettiğimiz her besin ve aminoasitlerle beyne ulaşabildiği ve sinir hücrelerini etkilediği için kişiliğimiz üzerinde etkili olmaktadır (Karadeniz, 2021: 65). Bu durum, kişilik ve beslenme arasındaki ilişkiyi açıklamaya çalışan araştırmaların sonuçlarının nedenini belirtir niteliktedir. Fransız düşünür Savorin'in de dediği gibi "Bana ne yediğini söyle sana kim olduğunu söyleyeyim."

1.6. Beden Algısı

Algı; uyarıcılara verdiğimiz tepkiler ve uyarıcıları nasıl yorumladığımız olarak tanımlanmaktadır. Birçok psikoloğa göre algı, kişinin gerçekliğidir (Johansson ve Xiong, 2003:232; Willimon, 2000: 22). Gerçeklik olgusu da kültüre, tecrübeler, yaşa, cinsiyete, yaşam tarzına göre değişiklik gösterebildiği için özellikle felsefe alanında olmak üzere sıklıkla tartışılan bir olgudur.

Beden Algısı ise kişinin bedeniyle ilgili algıladığı gerçekliği ifade etmektedir. Bu kavram ilk kez 1935 yılında Alman yazar Schilder tarafından kullanılmış ve bireyin zihninde kendi bedeniyle ilgili oluşturduğu resim olarak tanımlanmıştır (Kale vd., 2021: 1410). Bu kavramı yalnızca bireyin kendi bedenine bakış açısı olarak anlamlandırmak yeterli olmayacaktır. Beden algısı bireyi etkilemekle birlikte toplumsal bir estetik algısı da yaratmaktadır. Bu durum da beraberinde fiziksel ve biçimsel bir estetik anlayışın yanı sıra sosyal bir bakış açısı da getirmektedir. Bu sebeple beden algısı kavramının, bedenin biçimsel özelliklerine, içsel dinamiklerine, işlevine ve sınırlarına yönelik inanışlar olmak üzere dört farklı yaklaşımla incelenmesi gerektiği belirtilmektedir (Aslan, 2004: 326).

Bu kavram; temelde aile ve arkadaş etkisi, yaş, cinsiyet, içinde bulunulan kültür olmak üzere birçok faktörden etkilenmektedir. Helfert ve Warschburger'in (2011: 107) çalışmasına göre ebeveynlerin çocuğun bedenine ve nasıl görünmesi gerektiğine yönelik tavır ve tutumları, çocuğun fiziksel görüntüsüne olan kaygısını arttırmaktadır. Çünkü ebeveynler, genetik olduğu kadar psikososyal açıdan da çocuğun gelişimi üzerinde önemli etkilere sahiptir. Bunun yanı sıra akran etkisi de kişinin kendisini ve çevresini algılama şeklini değiştirmektedir. Bu alanda yapılan çalışmalar arkadaş etkisinin kızlarda kilo, erkeklerde ise kaslılık endişesini artırdığını ve kıyaslamalara sebep olduğunu göstermektedir (Jones, 2004: 824; McCabe ve Ricciardelli, 2005).

Beden algısını etkileyen bir diğerk faktör, kişinin içinde yaşadığı toplumun güzellik anlayışıdır. Örneğin; Batılı toplumlarda zayıf olmak sağlıklı ve güzel olan olarak algılanırken, Afrika ülkelerinde kilolu kadınlar daha sağlıklı ve güzel olarak değerlendirilmektedir. Bu farklı bakış açıları da kişinin kendini değerlendirme ölçütlerine etki etmektedir. Ancak sosyal medyadaki kusursuz vücut algısı, her geçen gün, zayıf, şekilli, kaslı vücut, küçük burun, sivri çene, çıkık elmacık kemikleri, ince bel gibi standartları normalleştirerek evrenselleştirmektedir. Toplumun estetik algısının tek tipleşmesi de ister istemez beden memnuniyetsizliklerini beraberinde getirmektedir.

Beden algısı söz konusu olduğunda cinsiyetin de etkili faktörlerden biri olduğu görölmektedir. Yapılan çalışmalar, kadınların erkeklere oranla beden memnuniyetsizliklerinin daha fazla olduğunu göstermektedir (Bucchianeri vd., 2013: 7; Quick ve Byrd-Bredbenner, 2013: 57). Bu durum, toplumun geliştirdiği estetik anlayışın genellikle kadın bedenini yansıtan göstergelerden oluşmasından kaynaklanmaktadır.

1.7. Antropoloji

Tarih boyunca insanın kim olduğu, nerden geldiği, nasıl geliştiği, hangi kùltùrlerin etkisinde kaldığı gibi pek çok soru merak konusu olmuştur. Bu merak, zaman içerisinde profesyonelleşerek deney ve gözleme dayalı bir bilim dalına dönüşmüştür. İnsan bilimi olarak adlandırılan antropoloji, insan varlığına yönelik bilgileri ortaya çıkarmaya çalışan, kùltùrlere yönelik araştırmalar yapan, insan çeşitliliğine odaklanan, insanı biyolojik, psikolojik, sosyolojik olmak üzere pek çok açıdan ele alan, birçok alanla ilişkili olan bütüncül bir bilim dalıdır (Haviland, 2002: 33).

Tarihsel kökenlerine bakıldığında; 29 yıl boyunca gittiği ùlkelerin kùltürünü inceleyen İbn-i Batuta (Alpar, 2014: 154) ve akrabalık ile dinin etkisinin kùltürel ilişkileri nasıl etkilediğine odaklanan İbn-i Haldun'un sosyoloji ve antropolojinin kurucularına öncülük ettiği gör÷lmektedir (Bağdoğan, 2015: 25). Bilimsel açıdan ise antropolojik çalışmalar 16. yüzyıldaki sömürgecilik hareketleriyle filizlenmiştir (Bostan, 2016: 3). Antropoloji bilimi, ùlkelerin ihtiyaç duyduğu her alanda varlık göstermeye devam etmiştir. Kimi zaman dönemin ihtiyaçları doğrultusunda kimi zaman ise çıkarlar ekseninde kullanılagelmiştir. Örneğin; kendi ırkının diğerlerinden daha üstün olduğunu kanıtlamaya çalışan liderler, kolonileştirmek istedikleri kùltürü tanımak isteyen ùlkeler antropologlardan destek almıştır. Bu durum antropolojinin ve antropologların eleştirilere maruz kalmasına sebep olmuştur. Ancak antropolojinin sömürgecilikten faydalanarak onun gölgesinde büyüdüğünü söyleyen Levi-Strauss (1978: 126) gibi antropolojinin insana dair olan her alanda kaçınılmaz olarak varlık göstereceğini anlamak gerekmektedir. Bununla birlikte 1929 Dünya Ekonomik Krizi ve 2. Dünya Savaşı gibi dünya için son derece önemli olaylarda da antropologların danışmanlık görevi üstlendikleri de bilinmektedir (Bostan, 2016: 3).

Antropoloji, “İnsan nedir?” ve “İnsan olmak ne anlama gelir?” olmak üzere iki önemli soruya odaklanmaktadır. 20. yüzyıl öncesinde yerlilerin bakış açısı üzerinden “insan nedir?” sorusu ön plana çıkarken; 20. yüzyıl sonrasında modern toplumun kültürü, genetiği, varlığı üzerinden “İnsan olmak ne anlama gelir?” sorusuna odaklanılmıştır (Eriksen, 2001: 204). Gerek sorulan soruların ve verilen cevapların farklılıkları gerek önde gelen antropologların bakış açılarındaki farklılıklar sebebiyle antropolojiyi farklı dallara ayırmak mümkündür. Örneğin; Amerikan antropolojisi, kültürel, biyolojik, linguistik ve arkeolojik olmak üzere 4 alan üzerinde durmaktadır (Kottak, 2002: 9). Bunun yanı sıra ifadesel değişiklikler de mevcuttur. Kültürel antropoloji alanı İngiltere’de sosyal antropoloji olarak geçerken, kuzey ülkelerinde folklor, Latin ülkelerinde ise etnoloji olarak kullanılmaktadır (Bostan, 2016: 6).

Geniş bir çerçeveden bakıldığında, antropoloji, fiziki ve kültürel olmak üzere 2 farklı alana ayrılmaktadır. Fiziki antropoloji, insanı biyolojik bir varlık olarak ele alırken biyolojik evrimi, fiziksel gelişimi incelemekte; kültürel antropoloji ise kültürün, toplumun ve insanın oluşumuna, değişimine ve farklılıklarına odaklanmaktadır.

1.7.1. Antropometri

Fiziki antropolojinin alanlarından biri olan somatoloji, insan vücudunun ölçülen ve ölçülemeyen özelliklerine odaklanmaktadır. Bu alan, deri rengi gibi ölçülemeyen vücut özelliklerine odaklanan somatoskopi ve kilo gibi vücudun boyutlarıyla ilgilenen antropometri olmak üzere iki farklı alana ayrılmaktadır (Akın vd., 2012: 76-77). Antropometri, insan vücudunun fiziksel özelliklerini, belirli teknikler kullanarak, analiz etmeye çalışan yöntemler olarak tanımlanmakta, antros (insan) ve metris (ölçü) kelimelerinin bir araya gelmesiyle oluşmaktadır (Özerden aktaran Akalın, 2008: 30). Antropometri terimi, ilk kez 17. yy.’da Johann Sigismund Elsholtz tarafından

“Antropometri Kılavuzu” ile ortaya atılmış, bilimsel ve tıbbi amaçlarla insan vücudunu araştıran ilk kayıtlı materyal olarak tarihe geçmiştir (Utlualp ve Ercan, 2015:1).

İnsan vücudunu ölçme ihtiyacı antik çağlarda figüratif sanatlarla ortaya çıkmış, daha sonra antropologlar tarafından insanın morfolojik yapısını belirlemek adına kullanılmaya başlanmıştır (Utlualp ve Ercan, 2015:1). Sanatın sonucu olarak ortaya çıkan bu tekniğe günümüzde pek çok alanda ihtiyaç duyulmaktadır. Büyüme ve gelişme çalışmaları, popülasyonun fiziksel yapısının tespiti, yetenek sahibi sporcuların belirlenmesi, ürün tasarımları, iş güvenliği çalışmaları, mimarlık ve mühendislik gibi çoğu alan antropometriyi kullanmaktadır.

Antropometrik ölçümler alınırken, uluslararası belirli kurallara uyulmasının yanı sıra çalışmanın amacını yansıtacak ölçülerden faydalanmak, ölçüleri alırken standardizasyon sağlamak, aletlerin bakımını yapmış olmak, ölçüleri sol taraftan almak (daha az deforme olma ihtimali olduğu için), ölçülerin aynı araştırmacılar tarafından alınmasını sağlamak gibi çalışmanın doğruluğunu, kalitesini ve güvenilirliğini etkileyen bazı unsurlar da bulunmaktadır (Doğan, 2016: 9-10). Ancak bu unsurlara dikkat edilse dahi, beslenmedeki farklılıklar, hormonal değişimler, mevsimsel farklılıklar, pozisyonda meydana gelen değişimler, ölçümün alındığı saat ve yorgunluk gibi sebeplerle ölçümlerde ufak hatalar da oluşabilmektedir (Sucu, 2018: 34).

İKİNCİ BÖLÜM

2. KONU, ÖNEM, MATERYAL VE METOT

2.1. Araştırma Konusu

Kişilik; genetik alt yapı, bilinçli ve bilinçsiz davranış kalıpları, deneyimler, arzular, korkular gibi pek çok bileşenden meydana gelen karmaşık bir yapıyı temsil etmektedir (Kernberg, 2016: 145). Bu karmaşık yapı, ailenin yapısı, genetik faktörler, ekonomik durum, eğitim seviyesi gibi pek çok unsurdan etkilenirken; insanlarla kurulan iletişim, meslek seçimi, eş seçimi, mutluluk seviyesi gibi pek çok somut ve soyut durumu da belirlemektedir. İnsan hayatı boyunca, her alanda kapsamlı etkilere sahip olan bu yapının, insan ruhunun yanı sıra insan bedeni üzerinde de doğrudan veya dolaylı olarak etkisi olabileceği akla gelmektedir. Ruh ve beden arasında ilişki olabileceği düşüncesi yüzyıllar öncesinde Aristo, Platon, Descartes, Spinoza gibi birçok düşünür tarafından ele alınmış, aslolanın ruh olduğu öne sürülmüştür. Ancak sosyoloji, psikoloji, biyoloji, tıp gibi alanların gelişimiyle ruh ve beden arasındaki ilişkide bedenin de varlığı üzerine tartışmalar ve çalışmalar yapılmaya başlanmıştır. Sosyoloji alanı, beden sosyolojisi ile toplumsal bakış açılarının insan bedeni üzerindeki yansımalarına dikkat çekmiş, psikoloji, kişinin bedenini algılama şeklinin ruh haline olan etkileri üzerinde çalışmalar yapmış, biyoloji ve tıp alanındaki gelişmelerle ruhsal sağlığın bedensel sağlığı da son derece etkilediği yapılan araştırmalarla ortaya konulmuştur. Bu çalışmada ise üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin beslenme alışkanlıklarına, beden memnuniyetlerine ve antropometrik ölçümlerine yansımaları konu alınmakta, bulgular antropolojik, sosyolojik ve psikolojik açıdan değerlendirilmektedir.

2.2. Araştırma Amacı ve Önemi

Antropoloji, insanı merak ettiği ve her açıdan insanı tanımlamaya çalıştığı için birçok bilim dalıyla ilişkili olan multidisipliner bir alandır. Bu çalışmada da antropoloji ve psikoloji alanlarından faydalanılmakta, üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin beslenme alışkanlıkları, beden algıları ve antropometrik ölçümlerine etkisinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Bulgular; psikolojik, antropolojik ve sosyolojik açıdan değerlendirilmektedir. Mevcut literatür incelendiğinde; özellikle fiziki antropoloji alanıyla psikoloji ve sosyolojiyi birlikte ele alan kısıtlı çalışma olduğu anlaşılmaktadır. Bunun yanı sıra ülkemizde kişilik özelliklerinin antropometrik ölçümlerle ilişkilendirildiği bir çalışma bulunmamaktadır. Mevcut çalışmanın hem antropolojinin multidisipliner yanını ortaya koyması hem de ilk kez yapılan bir çalışma olması sebebiyle literatüre katkı sağlayacağına inanılmaktadır.

2.3. Araştırma Problemi

Araştırmanın ana ve alt problemleri şu şekilde maddelenmiştir:

Ana problem: Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri, beslenme alışkanlıklarını, beden memnuniyetlerini ve antropometrik ölçümlerini anlamlı bir şekilde etkilemekte midir?

- Cinsiyete göre üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri, beslenme alışkanlıkları, beden memnuniyetleri anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- Üniversite türüne göre öğrencilerin kişilik özellikleri, beslenme alışkanlıkları, beden memnuniyetleri anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ile beslenme alışkanlıkları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

- Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ile beden memnuniyetleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ile antropometrik ölçümleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ile beden memnuniyetleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ile antropometrik ölçümleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Üniversite öğrencilerinin beden memnuniyetleri ile antropometrik ölçümleri arasında anlamlı bir var mıdır?

2.4. Materyal ve Metot

2.4.1. Etik Uygunluk

Alan araştırmasına başlamadan önce Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Alt Etik Kurulu'ndan ve Başkent Üniversitesi Akademik Değerlendirme Koordinatörlüğü'nden gerekli izinler alınmıştır. Bunun yanı sıra Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi ölçeğinin kullanımı için Prof. Dr. Hasan Bacanlı'dan onay alınmıştır.

Katılımcıların her birine çalışmanın içeriği, amacı, kapsamı, verilerinin hangi alanlarda kullanılabileceği konusunda bilgilendirildikleri Aydınlatıcı Onam Formları imzalatılmış, katılımı gönüllülük esası dikkate alınmıştır.

2.4.2. Örneklem

Bu çalışma Ankara Üniversitesi'nden 200 (100 kadın ve 100 erkek), Başkent Üniversitesi'nden 200 (100 kadın ve 100 erkek) olmak üzere toplam 400, 17-25 yaş aralığında lisans öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir.

2.4.3. Ölçekler

2.4.3.1. Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi

Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT), üniversite öğrencilerine uygulanarak geliştirilmiş, Beş Faktör modelini dikkate alan bir ölçektir. 40 maddeden oluşan, beş ana sıfat üzerinden kişiliği açıklamaya çalışan bu test, Bacanlı ve arkadaşları (2009: 269) tarafından geliştirilmiştir. İç tutarlılık kat sayısı 0.85'tir ve yüksek oranda güvenilirlik seviyesine sahiptir (Çeliköz ve Şeker Sır, 2016: 118).

2.4.3.2. Beslenme Alışkanlıkları Ölçeği

65 sorudan oluşmaktadır. Byrne ve Kolley (1981) tarafından oluşturulmuştur. Asıl adı "Survey of Eating" olan bu ölçek Beslenme Alışkanlıkları Ölçeği olarak Türkçeye uyarlanmıştır (Kurtaraner, 2012: 26). Şişmanlığa Karşı Ön Yargılar (ŞKÖ), Şişmanlığa Karşı Kendilik Algısı (ŞKA), Şişmanlığın Getirdiği Olumlu/Olumsuz Düşünceler (ŞGO) ve Yemek Yeme Davranışları (YYD) olmak üzere dört alt boyutu bulunan bu ölçek beşli likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı 0.78'dir (Kahraman vd., 2020: 305).

2.4.3.3. Beden Algısı Ölçeği

Araştırmalar kişilik üzerine yapılan ve yapılacak çalışmalarda kişinin vazgeçilmez bir parçası olan "beden" göz ardı edilmemelidir. Bu anlayış çerçevesinde Secord ve Jourard (1953) tarafından oluşturulan bu ölçek, beden ve benlik arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmayı amaçlamaktadır (Secord ve Jourard, 1953: 343-344). Asıl adı "Body-Cathexis Scale" olan ölçek, 46 madde olan ve beden bölümlerini değerlendiren ilk bölüm ve 55 madde olan benlik, kendine güven, ahlak gibi konuları ele alan ikinci bölümden oluşmaktadır (Secord ve Jourard, 1953: 344). Ölçeğin 40 maddeden oluşan

Türkçe uyarlaması ve geçerlilik/güvenilirlik çalışmaları Hovardaoğlu tarafından gerçekleştirilmiştir (Hamurcu vd., 2015: 123).

Beden Algısı Ölçeği, beşli likert tipi bir ölçektir. En düşük 40, en yüksek 200 puan alınabilmektedir. Puan düştükçe beden memnuniyeti artmakta, puan yükseldikçe beden memnuniyeti azalmaktadır. İç tutarlılık kat sayısı 0.91'dir (Hovardaoğlu'ndan aktaran Kurtaraner, 2012: 26).

2.4.4. Antropometrik Ölçümler

Çalışma kapsamındaki antropometrik ölçümler, International Biological Programme'a uygun olarak alınmıştır (Weiner ve Lourie, 1969; Lohman ve ark., 1988). Zayıflık/şişmanlık, uzunluk/kısalık, güzellik/çirkinlik, kaslılık/cılızlık gibi birçok estetik kaygıyı yansıttığı için bu ölçümlerden faydalanılmıştır. Ölçümler alınırken milimetreye duyarlı ekipmanlar tercih edilmiş, antropometrik ölçüm alma konusunda eğitilmiş araştırmacılardan destek alınmıştır. Boy, antropometre; ağırlık, 100 grama duyarlı dijital tartı; çevre ölçüleri, esneme yapmayan şerit metre; deri kıvrımı kalınlıkları ise deri kıvrımı kalınlığı aletiyle alınmıştır.

Boy Uzunluğu: Antropometre yardımıyla iki araştırmacı tarafından alınmış, katılımcının başının Frankfurt düzleminde (kulak ve göz çukurunun alt kısmının aynı hizada olması), omuzlarının serbest ve sırtının düz olmasına özen gösterilmiştir. Katılımcının başı mastoid ve elmacık çıkıntılarından hafifçe yukarı kaldırılarak boyunun en uzun olacağı konuma getirilmiş, antropometrenin kolu katılımcının başına hafifçe temas ettirilerek boy ölçümü alınmıştır.

Ağırlık: 100 grama duyarlı dijital tartı ile ölçü alınmış, katılımcının hareketsiz ve dik durmasına, en az kıyafetle tartılmasına, ayakkabısız olmasına ve karşıya bakmasına dikkat edilmiştir.

Göğüs Çevresi: Katılımcı ayakta ve kolları yana açıkken, nefes verdiği anda ölçüm yapılmıştır. Ölçü, kürek kemikleri üzerinden ve koltuk altından geçecek şekilde alınmıştır.

Üst Kol Çevresi: Katılımcı ayakta, dik pozisyonda, kolu serbestçe sarkıkken biceps kasının en şişkin ve belirgin olduğu alandan ölçüm alınmıştır.

Bel Çevresi: Belin en ince olduğu ve girintisinin en fazla olduğu bölgeden ölçüm alınmıştır. Kilolu bireylerde crista iliaca'nın tepe noktası ile sondaki kaburganın ortasından ölçüm alınmaya özen gösterilmiştir.

Kalça Çevresi: Katılımcı ayakta ve dik pozisyondayken femurlarının trochanterion noktalarına temas edilerek kalçanın en geniş noktaları arasındaki mesafenin ölçülmesine dikkat edilmiştir.

Baldır Çevresi: Katılımcı otururken baldırın en geniş olduğu alandan şerit metre yardımıyla ölçü alınmıştır.

Triceps Deri Kıvrımı Kalınlığı (DKK): Katılımcının kolları serbestken üst kolun arkasındaki triceps kasının üzerinden, kolun ortasından skinfold (deri kıvrımı pergeli) yardımıyla ölçülmüştür.

Biceps DKK: Katılımcının kolları serbestken üst kolun önündeki biceps kasının üzerinden, kolun ortasından skinfold yardımıyla ölçülmüştür.

Subscapular (Kürek kemiği) DKK: Kürek kemiğinin alt kısmından deri kıvrımının yönelimi dikkate alınarak, deri yağ tabakası kaldırılarak skinfold ile ölçüm alınmıştır.

Supraspinale (Iliac Crest) DKK: Katılımcı ayaktaiken ilium kemiğinin iliacristale superior-anterior noktasından derinin yönelimine dikkat edilerek skinfold ile ölçüm alınmıştır.

Baldır DKK: Katılımcı dizini 90° büküttükten sonra baldırın medial kısmından skinfold yardımıyla ölçüm alınmıştır.

Beden Kütle Endisi (BKE): Katılımcının kilosunun (kg), boyunun metre cinsinden karesine bölünmesiyle elde edilmiştir.

3.4.5. İstatistiksel Yöntemler

Çalışmadaki bulgular SPSS 26.0 programı ile analiz edilmiştir. Demografik bulgular için tanımlayıcı istatistikler, verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini tespit etmek için Kolmogorov-Smirnov testi, değişkenler arasındaki ilişkinin anlamlılığını analiz edebilmek için t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA), değişkenler arasındaki ilişkinin yönünü tespit etmek için ise korelasyon ve regresyon analizleri kullanılmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. BULGULAR

3.1. Demografik Bulgular

Örneklemimizde bulunan üniversite öğrencilerinin yaş ve cinsiyete göre dağılımları Tablo 3'te gösterilmektedir. Çalışmamıza dahil edilen 400 üniversite öğrencisinin %50'si (200 kişi) kadın, %50'si (200 kişi) erkektir.

Tablo 3: Üniversite öğrencilerinin yaş ve cinsiyetlere göre birey sayıları (n) ve yüzdeleri (%)

Yaş	Kadınlar		Erkekler		Genel	
	n	%	n	%	N	%
18	7	3.5	25	12.5	32	8.0
19	25	12.5	31	15.5	56	14.0
20	47	23.5	30	15.0	77	19.3
21	66	33.0	27	13.5	93	23.3
22	31	15.5	38	19.0	69	17.3
23	10	5.0	8	4.0	18	4.5
24	8	4.0	16	8.0	24	6.0
25	6	3.0	25	12.5	31	7.8
Toplam	200	100.0	200	100.0	400	100.0

Örneklemimizdeki kadın öğrencilerin yaş ortalaması 20.91, erkeklerin yaş ortalaması 21.18 puandır. Tüm öğrencilerin yaş ortalaması ise 21.04 puandır. Örneklem %50'si (200 kişi) Ankara Üniversitesi'nde, %50'si (200 kişi) Başkent Üniversitesi'nde lisans öğrencisidir.

Tablo 4: Ankara Üniversitesi öğrencilerinin yaş ve cinsiyetlere göre birey sayıları (n) ve yüzdeleri (%)

Yaş	Kadınlar		Erkekler		Genel	
	n	%	n	%	N	%
18	3	3.0	6	6.0	9	4.5
19	13	13.0	15	15.0	28	14
20	19	19.0	6	6.0	25	12.5
21	33	33.0	13	13.0	46	23.0
22	13	13.0	21	21.0	34	17.0
23	6	6.0	5	5.0	11	5.5
24	8	8.0	12	12.0	20	10.0
25	5	5.0	22	22.0	27	13.5
Toplam	100	100.0	100	100.0	200	100.0

Ankara Üniversiteli kadın öğrencilerin yaş ortalaması 21.15, erkeklerin yaş ortalaması 22.01 puandır. Ankara Üniversiteli lisans öğrencilerinin genel yaş ortalaması ise 21.58 puandır.

Tablo 5: Başkent Üniversitesi öğrencilerinin yaş ve cinsiyetlere göre birey sayıları (n) ve yüzdeleri (%)

Yaş	Kadınlar		Erkekler		Genel	
	n	%	n	%	N	%
18	4	4.0	19	19.0	23	11.5
19	12	12.0	16	16.0	28	14.5
20	28	28.0	24	24.0	52	26.0
21	33	33.0	14	14.0	47	23.5
22	18	18.0	17	17.0	35	17.5
23	4	4.0	3	3.0	7	3.5
24	0	0	4	4.0	4	2.0
25	1	1.0	3	3.0	4	2.0
Toplam	100	100.0	100	100.0	200	100.0

Başkent Üniversiteli kadın öğrencilerin yaş ortalamaları 20.66, erkek öğrencilerin yaş ortalaması 20.34, genel yaş ortalamaları ise 20.50 puandır.

3.2. Betimsel Bulgular

Tablo 6’da üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin betimsel verileri bulunmaktadır. Kadınların nevrotizm ortalamaları 26.94 (± 7.4), dışadönüklük ortalamaları 44.88 (± 8.7), yumuşak başlılık ortalamaları 47.93 (± 8.9) ve deneyime açıklık ortalamaları 44.85 (7.0) puan iken erkeklerin ortalamalarının daha düşük olduğu görülmektedir. Bu durum kadın öğrencilerin daha duygusal, endişeli, sakin, sosyal, iyimser ve daha yaratıcı olduklarını göstermektedir.

Tablo 6: Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ortalamaları ve standart sapmaları

Kişilik Özellikleri	Kadınlar		Erkekler		Genel	
	Ortalama	ss	Ortalama	ss	Ortalama	ss
Nevrotizm	26.94	7.376	25.19	6.991	26.06	7.230
Dışadönüklük	44.88	8.719	42.18	9.625	43.53	9.271
Yumuşak Başlılık	47.93	8.913	43.40	9.681	45.56	9.565
Deneyime Açıklık	44.85	6.978	43.17	7.705	45.66	7.389
Sorumluluk	35.62	7.805	34.32	7.793	34.97	7.891

Tablo 7’de üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının betimsel verileri bulunmaktadır. Erkek öğrencilerin şişmanlığa karşı ön yargı ortalamaları 25.79 (± 7.6), şişmanlığın getirdiği olumlu/olumsuz düşünceler ortalamaları 52.89 (± 8.0) puan iken kadın öğrencilerin ortalamalarının daha düşük olduğu görülmektedir. Bu durum erkek öğrencilerin ŞKÖ ve ŞGO alt boyutu değerlerinin daha fazla olduğunu göstermektedir.

YYD verilerine bakıldığında ise kadın öğrencilerin ortalamaları 27.88 (± 4.2) iken erkek öğrencilerin ortalamaları 26.29 (± 4.2) puandır. Kadınların diyet yapma, sağlıksız ve dengesiz beslenme alışkanlıklarının daha fazla olduğu değerlendirilmektedir.

Tablo 7: Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ortalamaları ve standart sapmaları

Beslenme Alışkanlıkları	Kadınlar		Erkekler		Genel	
	Ortalama	ss	Ortalama	ss	Ortalama	ss
ŞKÖ	21.33	5.972	25.79	7.600	23.56	7.183
ŞGO	50.41	8.025	52.89	8.026	51.65	8.111
ŞKA	19.72	5.772	19.18	5.269	19.45	5.526
YYD	27.88	4.247	26.29	4.161	27.09	4.274

Tablo 8’de üniversite öğrencilerinin beden algılarının betimsel verileri bulunmaktadır. Kadınların beden algısı ortalamaları 93.76 (± 22.84), erkeklerin beden algısı ortalamaları 88.48 (± 24.63) puandır. Örneklem birlikte değerlendirildiğinde ise beden algısı ortalamaları 91.12 (± 23.87) puandır. İstatistiksel bir analiz yapılmadan, yalnızca ortalamalara bakarak bile kadınların erkeklerden daha fazla beden memnuniyetsizliğine sahip oldukları dikkat çekmektedir.

Tablo 8: Üniversite öğrencilerinin beden algısı ortalamaları ve standart

	sapmaları					
	Kadınlar		Erkekler		Genel	
	Ortalama	ss	Ortalama	ss	Ortalama	ss
Beden Algısı	93.76	22.84	88.48	24.63	91.12	23.87

Tablo 9’da üniversite öğrencilerinin antropometrik verilerinin betimsel analizleri bulunmaktadır. Kadınların ağırlık ortalaması 57.54 (± 9.2) kg., boy ortalaması 162.2 (± 6.5) cm., BKE ortalaması 21.84 (± 3.3) puan, göğüs çevresi ortalaması 89.20 (± 8.2), üst kol çevresi ortalaması 27.06 (± 3.7), bel çevresi ortalaması 73.07 (± 8.2), kalça çevresi ortalaması 98.60 (± 8.2), baldır çevresi ortalaması 36.47 (± 4.1) cm., triceps DKK ortalaması 18.46 (± 6.0), biceps DKK ortalaması 13.12 (± 5.8), subscapular DKK ortalaması 18.93 (± 6.8), supraspinale DKK ortalaması 17.16 (± 6.7) ve baldır DKK ortalaması 19.31 (± 5.6)’dir. Erkeklerin ağırlık ortalaması 78.47 (± 14.1) kg., boy ortalaması 178.5 (± 6.8) cm., BKE ortalaması 24.63 (± 4.0) puan, göğüs çevresi ortalaması 98.47 (± 10.2), üst kol çevresi ortalaması 31.46 (± 3.8), bel çevresi ortalaması 87.43 (± 9.4), kalça çevresi ortalaması 105.53 (± 10.2), baldır çevresi ortalaması 39.5 (± 4.4) cm., triceps DKK ortalaması 13.85 (± 6.5), biceps DKK ortalaması 10.00 (± 5.2), subscapular DKK ortalaması 20.44 (± 7.4), supraspinale DKK ortalaması 19.85 (± 9.7) ve baldır DKK ortalaması 17.23 (± 6.8)’tür. Örneklem birlikte değerlendirildiğinde ise ağırlık ortalaması 68.00 (± 15.8) kg., boy ortalaması 170.3 (± 10.6) cm., BKE ortalaması 23.24 (± 3.9) puan, göğüs çevresi ortalaması 93.83 (± 10.4), üst kol çevresi ortalaması 29.26 (± 4.4), bel çevresi ortalaması 80.25 (± 11.4), kalça çevresi ortalaması 102.5 (± 9.9), baldır çevresi ortalaması 37.96 (± 4.5) cm., triceps DKK ortalaması 16.15 (± 6.6), biceps DKK ortalaması 11.56 (± 5.7), subscapular DKK ortalaması 19.68 (± 7.1), supraspinale DKK ortalaması 18.50 (± 8.4) ve baldır DKK ortalaması 18.27 (± 6.3)’dir.

Tablo 9: Üniversite öğrencilerinin antropometrik ölçümlerinin ortalamaları ve standart sapmaları

Antropometrik Ölçümler	Kadınlar		Erkekler		Genel	
	Ortalama	ss	Ortalama	ss	Ortalama	ss
Ağırlık	57.54	9.188	78.47	14.09	68.00	15.84
Boy	162.2	6.538	178.5	6.831	170.3	10.55
BKE	21.84	3.320	24.63	4.024	23.24	3.940
Göğüs Çevresi	89.20	8.225	98.47	10.23	93.83	10.37
Üst kol Çevresi	27.06	3.749	31.46	3.792	29.26	4.364
Bel Çevresi	73.07	8.192	87.43	9.406	80.25	11.37
Kalça Çevresi	98.60	8.220	105.53	10.19	102.5	9.877
Baldır Çevresi	36.47	4.063	39.48	4.424	37.96	4.502
Triceps DKK	18.46	5.961	13.85	6.461	16.15	6.623
Biceps DKK	13.12	5.752	10.00	5.197	11.56	5.692
Subscapular DKK	18.93	6.846	20.44	7.373	19.68	7.146
Supraspinale DKK	17.16	6.660	19.85	9.669	18.50	8.400
Baldır DKK	19.31	5.586	17.23	6.791	18.27	6.296

3.3. Ankara Üniversitesi Öğrencilerinin Bulguları

Örneklemimizde 100 kadın (%50), 100 erkek (%50) olmak üzere toplam 200 Ankara Üniversitesi öğrencisi bulunmaktadır. Bu bölümde Ankara Üniversitesi öğrencilerinin kişilik özelliklerinin beslenme alışkanlıkları, beden algıları ve antropometrik ölçümlere olan etkisi incelenecektir.

Kişilik özelliklerinin cinsiyetlere göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile değerlendirilmiş, sonuçlar Tablo 10'da verilmiştir. Tablo 10 incelendiğinde; nevrozizm ve yumuşak başlılık alt boyutları arasında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Ortalamalar dikkate alındığında bu anlamlı farklılıkların kadın öğrencilerin lehine olduğu görülmektedir.

Tablo 10: Cinsiyete göre kişilik özellikleri t testi sonuçları

Cinsiyet	Kişilik Alt Boyutları	n	Ortalama	ss	T	p
Kadın	Nevrotizm	100	28.08	7.377	3.320	.001*
Erkek		100	24.70	7.017		
Kadın	Dışadönüklük	100	44.30	8.238	1.448	.149
Erkek		100	42.40	10.215		
Kadın	Yumuşak	100	46.93	8.099	2.895	.004*
Erkek	Başlılık	100	43.12	10.373		
Kadın	Deneyime	100	45.92	5.731	1.332	.184
Erkek	Açıklık	100	44.58	8.265		
Kadın	Sorumluluk	100	35.06	8.006	0.802	.423
Erkek		100	34.14	8.207		

*p<0.05

Beslenme alışkanlıklarının cinsiyetler arasında farklılık gösterip göstermediği tablo 11'deki t testi sonucunda verilmiştir. Tablo 11'de ŞKA alt boyutunun cinsiyetlere göre farklılık göstermediği görülmektedir ($p>0.05$). ŞKÖ ve ŞGO alt boyutları erkek öğrencilerin lehine anlamlı farklılıklar gösterirken, YYD alt boyutu kadın öğrencilerin lehine anlamlı olarak değişmektedir ($p<0.05$).

Tablo 11: Cinsiyete göre beslenme alışkanlıkları t testi sonuçları

Cinsiyet	Beslenme Alışkanlıkları Alt Boyutları	n	Ortalama	ss	T	P
Kadın	ŞKÖ	100	20.25	5.716	-4.304	.000**
Erkek		100	24.31	7.503		
Kadın	ŞGO	100	49.11	7.870	-2.656	.009*
Erkek		100	52.05	7.783		
Kadın	ŞKA	100	18.42	5.487	0.843	.400
Erkek		100	18.80	4.903		
Kadın	YYD	100	28.43	4.358	3.769	.000**
Erkek		100	26.22	3.860		

* $p<0.05$; ** $p<0.001$

Tablo 12'e göre cinsiyetler arasında beden memnuniyet seviyeleri anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($p<0.05$). Kadın öğrencilerin ölçekten aldıkları ortalamaların daha yüksek olduğu ve kadınların erkeklere göre bedenlerinden daha az memnun oldukları anlaşılmaktadır.

Tablo 12: Cinsiyete göre beden algısı t testi sonuçları

Cinsiyet	n	Ortalama	ss	T	p
Kadın	100	95.03	24.57	2.146	0.033*
Erkek	100	87.52	24.913		

* $p<0.05$

Tablo 13'te kişilik özellikleriyle beslenme alışkanlıkları alt boyutları arasındaki ilişkiyi analiz etmek için Pearson korelasyon analizinin verilerine yer verilmiştir. Korelasyon tablosunda verilen değerler iki sürekli değişken arasındaki doğrusal ilişkinin derecesini belirleyen “r” değerlerini göstermektedir. Analizler sonucunda dışadönüklük ile ŞKÖ alt boyutu arasında zayıf seviyede ve negatif yönelimli ($r=-0.16$), deneyime açıklık ve yumuşak başlılık ile ŞKÖ alt boyutu arasında orta seviyede ve negatif yönelimli ($r= -0.33, -0.27$) ilişki tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra deneyime açıklık ile ŞKA değerleri arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r= 0.16$), sorumluluk ile ŞKA değerleri arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r= -0.24$) ilişki bulunmaktadır.

Tablo 13: Kişilik özellikleri ile beslenme alışkanlıkları arasındaki korelasyon analizi sonuçları

Değişken	ŞKÖ	ŞGO	ŞKA	YYD
Nevrotizm	-.012	-.091	.061	.134
Dışadönüklük	-.158*	.062	-.030	-.011
Deneyime Açıklık	-.331**	.076	.161*	-.100
Yumuşak Başlılık	-.266**	-.086	-.120	.021
Sorumluluk	-.099	-.032	-.243**	-.071

* $p<0.05$; ** $p<0.001$

Tablo 14’te çoklu regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Tabloda yer alan “B” değeri, bağımsız değişkendeki değişime bağlı olarak bağımlı değişkendeki değişimi, “Beta” değeri, her bir değişkenin bağımlı değişkenin varyansının ne kadarını açıkladığını, “VIF” değeri ise iki yordayıcı değişken arasındaki ortak olmayan varyansın miktarını göstermektedir. Tablo 16’daki çoklu regresyon analizi verilerine göre SDKT alt boyutları ŞKÖ alt boyutundaki varyansın %13.6’sını açıklamaktadır. Deneyime açıklık ve yumuşak başlılık alt boyutları ŞKÖ üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Deneyime açıklık alt boyutunun bir birimlik değişiminde, ŞKÖ skorunda -0.277 oranında; yumuşak başlılık alt boyutunun bir birimlik değişiminde, ŞKÖ skorunda -0.163 oranında değişiklikler meydana gelmektedir.

Tablo 14: Kişilik özellikleri ve ŞKÖ alt boyutları arasındaki çoklu regresyon analizi sonuçları

Değişken	B	Std. hata	Beta	t	P	VIF
Nevrotizm	-.078	.064	-.082	-1,213	.227	1.063
Dışadönüklük	-.016	.059	-.022	-.279	.781	1.423
Deneyime Açıklık	-.277	.074	-.284	-3.730	.000**	1.331
Yumuşak Başlılık	-.163	.051	-.222	-3.213	.002*	1.095
Sorumluluk	-.006	.062	-.007	-.098	.922	1.207
R= .397		R²= .158		Adj R²= .136		

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 15'teki çoklu regresyon analizine göre SDKT alt boyutları şişmanlığa karşı kendilik algısındaki varyansın %10'unu açıklamaktadır. Deneyime açıklık ve sorumluluk alt boyutları şişmanlığa karşı kendilik algısı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Deneyime açıklık alt boyutunun bir birimlik değişiminde, şişmanlığa karşı kendilik algısı skorunda 0.194 oranında; sorumluluk alt boyutunun bir birimlik değişiminde, şişmanlığa karşı kendilik algısı skorunda -0.164 oranında değişiklikler oluşmaktadır.

Tablo 15: Çoklu regresyon analizine göre kişilik özellikleri ve ŞKA arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	P	VIF
Nevrotizm	.008	.049	.011	.159	.873	1.063
Dışadönüklük	-.031	.045	-.055	-.680	.497	1.423
Deneyime Açıklık	.194	.057	.267	3.435	.001*	1.331
Yumuşak Başlılık	-.068	.039	-.123	-1.752	.081	1.095
Sorumluluk	-.164	.047	-.256	-3.463	.001*	1.207
R= .350			R ² = .122		Adj R ² = .100	

*p<0.05

Tablo 16’da kişilik özellikleriyle beden algısı arasındaki ilişkiyi analiz etmek için Pearson korelasyon analizinin verilerine yer verilmiştir. Analizler sonucunda nevrozizm ile beden algısı arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.45$), dışadönüklük ve sorumluluk alt boyutları ile beden algısı arasında ise orta seviyede negatif yönelimli ($r=-0.48$; $r=-0.40$) ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 16: Kişilik özellikleri ve beden algısı arasındaki korelasyon analizi sonuçları

	Nevrotizm	Dışadönüklük	Deneyime Açıklık	Yumuşak Başlılık	Sorumluluk
Beden Algısı	.451**	-.477**	-.119	.047	-.403**

** $p<0.001$

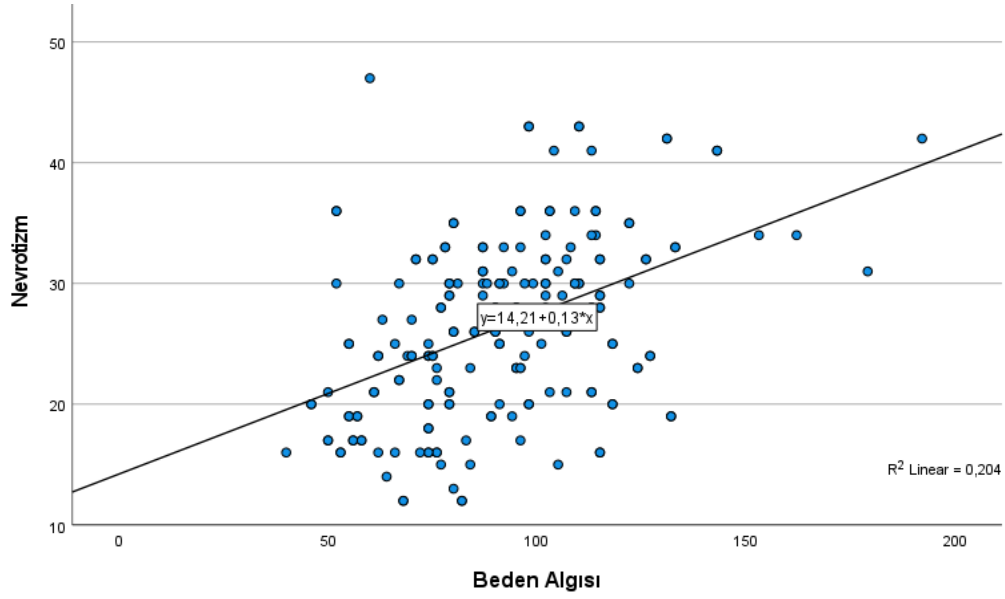
Tablo 17’deki çoklu regresyon analizi bulgularına göre SDKT alt boyutları beden algısındaki varyansın % 45.3’ünü açıklamaktadır. Her bir alt boyut beden algısı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Nevrotizm alt boyutunun bir birimlik değişiminde 1.362 oranında, dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde -1.127 oranında, deneyime açıklık alt boyutunun bir birimlik değişiminde 0.473 oranında, yumuşak başlılık alt boyutunun bir birimlik değişiminde 0.402 oranında, sorumluluk alt boyutunun bir birimlik değişiminde -0.713 oranında değişiklikler meydana gelmektedir.

Tablo 17: Çoklu regresyon analizine göre kişilik özellikleri ve beden algısı

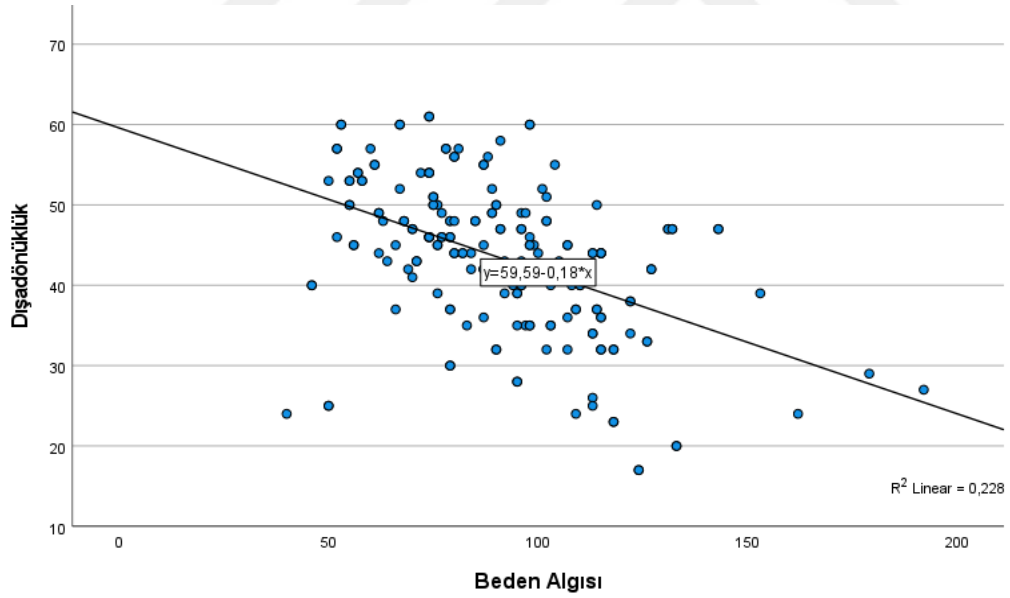
arasındaki ilişki						
Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	1.362	.183	.402	7.443	.000**	1.063
Dışadönüklük	-1.127	.168	-.420	-6.715	.000**	1.423
Deneyime Açıklık	.473	.212	.135	2.231	.027*	1.331
Yumuşak Başlılık	.402	.145	.153	2.784	.006*	1.095
Sorumluluk	-.713	.178	-.231	-4.013	.000**	1.207
R= .683		R²= .467		Adj R²= .453		

*p<0.05; **p<0.001

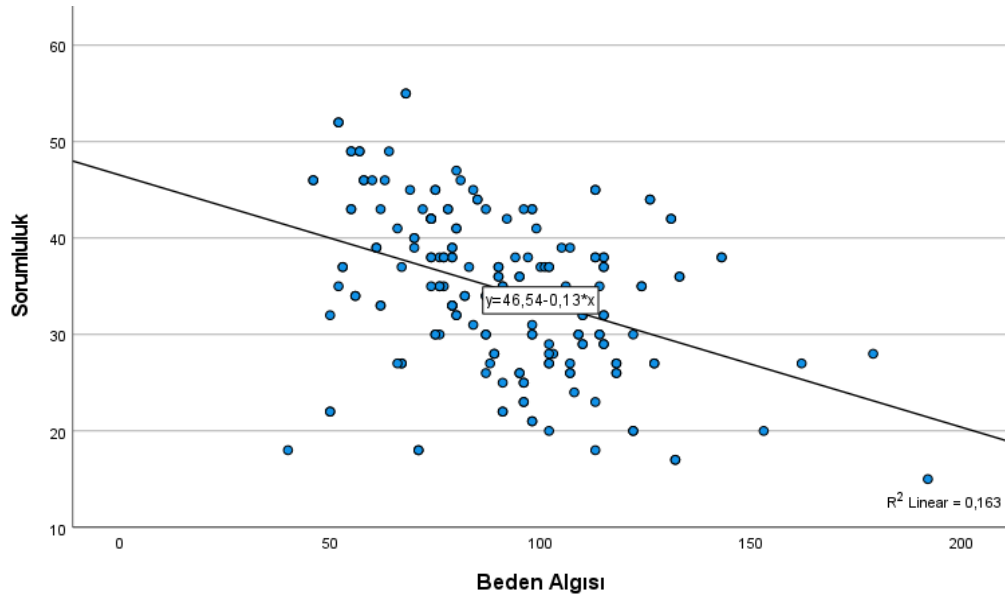
Beden algısı ile nevroitiklik (Grafik 1), dışadönüklük (Grafik 2) ve sorumluluk (Grafik 3) arasındaki ilişkilerin yönü görsel olarak verilmiştir.



Grafik 1: Beden algısı ve nevroizm arasındaki ilişki



Grafik 2: Beden algısı ve dışadönüklük arasındaki ilişki



Grafik 3: Beden algısı ve sorumluluk arasındaki ilişki

Tablo 18’de kişilik özellikleriyle antropometrik ölçümler arasındaki ilişkiyi analiz etmek için kullanılan Pearson korelasyon analizinin verileri yer almaktadır. Verilere göre nevrozizm alt boyutu ile ağırlık, boy ve göğüs çevresi arasında negatif yönde zayıf derecede ($r=-0.15$; $r=-0.23$; $r=-0.18$), nevrozizm alt boyutu ve baldır deri kıvrımı arasında pozitif yönde orta derecede ($r=0.26$), dışadönüklük alt boyutuyla ağırlık, göğüs çevresi, bel çevresi, kalça çevresi arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.15$; $r=-0.19$; $r=-0.15$; $r=-0.21$), dışadönüklük alt boyutuyla üst kol çevresi ve baldır çevresi arasında orta seviyede negatif yönelimli ($r=-0.30$; $r=-0.25$); yumuşak başlılık alt boyutuyla BKE, göğüs ve bel çevresi arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.15$; $r=-0.23$; $r=-0.18$), yumuşak başlılık alt boyutuyla ağırlık ve boy arasında orta seviyede negatif yönelimli ($r=-0.25$; $r=-0.26$) ilişki bulunmaktadır.

Tablo 18: Kişilik özellikleri ve antropometrik ölçümler arasındaki korelasyon analizi sonuçları

	Nevrotizm	Dışadönüklük	Deneyime Açıklık	Yumuşak Başlılık	Sorumluluk
Ağırlık	-.148*	-.146*	-.037	-.247**	-.071
Boy	-.234**	-.094	-.080	-.256**	-.114
BKE	-.036	-.118	.028	-.152*	-.021
Göğüs Çevresi	-.179*	-.194**	-.063	-.225**	-.060
Üst kol Çevresi	-.058	-.303**	-.016	-.078	-.138
Bel Çevresi	-.130	-.152*	-.029	-.177*	-.075
Kalça Çevresi	-.064	-.211**	.019	-.112	-.095
Baldır Çevresi	-.096	-.247**	-.019	-.044	-.116
Triceps DKK	.175*	.051	.101	.057	.029
Biceps DKK	.036	-.007	.036	.005	-.026
Subscapular DKK	-.065	-.042	-.017	-.080	.037
Supraspinale DKK	.048	-.009	-.003	-.025	.002
Baldır DKK	.256**	-.003	-.036	-.022	-.058

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 19’da kişilik özellikleri alt boyutları ile ağırlık değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının ağırlık değerlerindeki varyansın %10.8’ini açıkladığı görülmektedir. Nevrotizm, dışadönüklük ve yumuşak başlılık alt boyutları ağırlık değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Nevrotizm alt boyutunun bir birimlik değişiminde ağırlık skorunda -0.452 oranında, dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde ağırlık skorunda -0.329 oranında, yumuşak başlılık alt boyutunun bir birimlik değişiminde ağırlık skorunda -0.482 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 19: Çoklu regresyon analizine göre ağırlık değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.452	.146	-.214	-3.100	.002*	1.063
Dışadönüklük	-.329	.134	-.197	-2.462	.015*	1.423
Deneyime						
Açıklık	.206	.169	.094	1.220	.224	1.331
Yumuşak						
Başlılık	-.482	.115	-.293	-4.186	.000**	1.095
Sorumluluk	-.015	.142	-.008	-.106	.915	1.207
R=.361		R²=.130		Adj R²=.108		

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 20’de kişilik özellikleri alt boyutları ile boy değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının boy değerlerindeki varyansın %14.4’ünü açıkladığı görülmektedir. Nevrotizm ve yumuşak başlılık alt boyutları boy değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Nevrotizm alt boyutunun bir birimlik değişiminde boy skorunda -0.440 oranında, yumuşak başlılık alt boyutunun bir birimlik değişiminde boy skorunda -0.321 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 20: Çoklu regresyon analizine göre boy değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.440	.095	-.312	-4.613	.000**	1.063
Dışadönüklük	-.093	.088	-.083	-1.066	.288	1.423
Deneyime Açıklık	.010	.111	.007	.088	.930	1.331
Yumuşak Başlılık	-.321	.075	-.292	-4.255	.000**	1.095
Sorumluluk	-.119	.093	-.093	-1.288	.199	1.207
R=.407		R²=.166		Adj R²=.144		

**p<0.001

Tablo 21’de kişilik özellikleri alt boyutları ile BKE değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının BKE değerlerindeki varyansın %3.4’ünü açıkladığı görülmektedir. Dışadönüklük ve yumuşak başlılık alt boyutları BKE değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde BKE skorunda -0.081 oranında, yumuşak başlılık alt boyutunun bir birimlik değişiminde BKE skorunda -0.076 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 21: Çoklu regresyon analizine göre BKE değerleri ve kişilik özellikleri

arasındaki ilişki						
Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.036	.037	-.070	-.976	.330	1.063
Dışadönüklük	-.081	.034	-.198	-2.380	.018*	1.423
Deneyime						
Açıklık	.076	.043	.142	1.767	.079	1.331
Yumuşak						
Başlılık	-.076	.029	-.190	-2.611	.010*	1.095
Sorumluluk	.019	.036	.041	.540	.590	1.207
R=.241		R ² =.058		Adj R ² =.034		

*p<0.05

Tablo 22’de kişilik özellikleri alt boyutları ile göğüs çevresi değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının göğüs çevresi değerlerindeki varyansın % 12.7’sini açıkladığı görülmektedir. Nevrotizm, dışadönüklük ve yumuşak başlılık alt boyutları göğüs çevresi değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Nevrotizm alt boyutunun bir birimlik değişiminde göğüs çevresi skorunda -0.342 oranında, dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde göğüs çevresi skorunda -0.279 oranında, yumuşak başlılık alt boyutunun bir birimlik değişiminde göğüs çevresi skorunda -0.300 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 22: Çoklu regresyon analizine göre göğüs çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.342	.095	-.245	-3.585	.000**	1.063
Dışadönüklük	-.279	.087	-.252	-3.185	.002*	1.423
Deneyime						
Açıklık	.119	.110	.082	1.076	.283	1.331
Yumuşak						
Başlılık	-.300	.075	-.276	-3.977	.000**	1.095
Sorumluluk	.020	.093	.016	.218	.828	1.207
R=.386			R²=.149		Adj R²=.127	

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 23'te kişilik özellikleri alt boyutları ile üst kol çevresi değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının üst kol çevresi değerlerindeki varyansın %11'ini açıkladığı görülmektedir. Dışadönüklük ve deneyime açıklık alt boyutları göğüs çevresi değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde üst kol çevresi skorunda -0.189 oranında, deneyime açıklık alt boyutunun bir birimlik değişiminde üst kol çevresi skorunda 0.117 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 23: Çoklu regresyon analizine göre üst kol çevresi ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.069	.043	-.109	-1.582	.115	1.063
Dışadönüklük	-.189	.040	-.378	-4.742	.000**	1.423
Deneyime Açıklık	.117	.050	.179	2.326	.021*	1.331
Yumuşak Başlılık	-.053	.034	-.107	-1.535	.126	1.095
Sorumluluk	-.023	.042	-.041	-.555	.579	1.207
R=.363		R²=.132		Adj R²=.110		

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 24’te kişilik özellikleri alt boyutları ile bel çevresi değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının bel çevresi değerlerindeki varyansın %6.7’sini açıkladığı görülmektedir. Nevrotizm, dışadönüklük ve yumuşak başlılık alt boyutları bel çevresi değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Nevrotizm alt boyutunun bir birimlik değişiminde bel çevresi skorunda -0.276 oranında, dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde bel çevresi skorunda -0.235 oranında, yumuşak başlılık alt boyutunun bir birimlik değişiminde bel çevresi skorunda -0.250 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 24: Çoklu regresyon analizine göre bel çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.276	.106	-.184	-2.610	.010*	1.063
Dışadönüklük	-.235	.097	-.198	-2.424	.016*	1.423
Deneyime Açıklık	.144	.123	.093	1.172	.243	1.331
Yumuşak Başlılık	-.250	.084	-.215	-2.995	.003*	1.095
Sorumluluk	-.027	.103	-.020	-.265	.791	1.207
		R=.301	R²=.091		Adj R²=.067	

*p<0.05

Tablo 25’te kişilik özellikleri alt boyutları ile kalça çevresi değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının kalça çevresi değerlerindeki varyansın %6.6’sını açıkladığı görülmektedir. Dışadönüklük, deneyime açıklık ve yumuşak başlılık alt boyutları kalça çevresi değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde kalça çevresi skorunda -0.288 oranında, deneyime açıklık alt boyutunun bir birimlik değişiminde kalça çevresi skorunda 0.230 oranında, yumuşak başlılık alt boyutunun bir birimlik değişiminde kalça çevresi skorunda -0.145 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 25: Çoklu regresyon analizine göre kalça çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.136	.089	-.109	-1.537	.126	1.063
Dışadönüklük	-.288	.081	-.290	-3.547	.000**	1.423
Deneyime						
Açıklık	.230	.103	.177	2.242	.026*	1.331
Yumuşak						
Başlılık	-.145	.070	-.148	-2.067	.040*	1.095
Sorumluluk	-.025	.086	-.022	-.296	.768	1.207
R=.300		R²=.090		Adj R²=.066		

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 26’da kişilik özellikleri ile baldır çevresi değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının baldır çevresi değerlerindeki varyansın %7.1’ini açıkladığı görülmektedir. Dışadönüklük alt boyutu baldır çevresi değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde baldır çevresi skorunda - 0.152 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 26: Çoklu regresyon analizine göre baldır çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.088	.045	-.138	-1.966	.051	1.063
Dışadönüklük	-.152	.041	-.302	-3.711	.000**	1.423
Deneyime						
Açıklık	.087	.052	.133	1.683	.094	1.331
Yumuşak						
Başlılık	-.036	.035	-.072	-1.008	.315	1.095
Sorumluluk	-.028	.043	-.048	-.645	.519	1.207
R=.307			R²=.094		Adj R²=.071	

**p<0.001

Tablo 27’de kişilik özellikleri alt boyutları ile triceps DKK değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının triceps DKK değerlerindeki varyansın %2.6’sını açıkladığı görülmektedir. Nevrotizm alt boyutu triceps DKK değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Nevrotizm alt boyutunun bir birimlik değişiminde triceps DKK skorunda 0.186 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 27: Çoklu regresyon analizine göre triceps DKK değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	.186	.066	.203	2.815	.005*	1.063
Dışadönüklük	.011	.061	.015	.180	.857	1.423
Deneyime						
Açıklık	.089	.077	.094	1.167	.245	1.331
Yumuşak						
Başlılık	.048	.052	.068	.927	.355	1.095
Sorumluluk	.025	.064	.030	.392	.695	1.207
		R=.225			R²=.050	Adj R²=.026

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 28’de beslenme alışkanlıkları alt boyutları ile beden algısı arasındaki korelasyon sonuçları bulunmaktadır. Veriler değerlendirildiğinde, beden algısı ve şişmanlığa karşı kendilik algısı arasında pozitif yönde zayıf derecede ($r=0.24$) ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 28: Beslenme alışkanlıkları ve beden algısı arasındaki korelasyon analizi

sonuçları				
	ŞKÖ	ŞGO	ŞKA	YYD
Beden Algısı	-.069	-.072	.236**	.017

** $p<0.001$

Tablo 29’da beslenme alışkanlıkları alt boyutları ile beden algısı arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, beslenme alışkanlıkları alt boyutları beden algısındaki varyansın %6.3’ünü açıkladığı görülmektedir. Şişmanlığa karşılık kendilik algısı alt boyutu beden algısı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Şişmanlığa karşı kendilik algısı alt boyutunun bir birimlik değişiminde beden algısı skorunda 1.419 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 29: Çoklu regresyon analizine göre beslenme alışkanlıkları ve beden algısı arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	-.074	.285	-.021	-.261	.795	1.343
ŞGO	-.421	.259	-.134	-1.628	.105	1.439
ŞKA	1.419	.354	.295	4.004	.000**	1.157
YYD	.470	.418	.080	1.123	.263	1.078
R=.287			R²= .082		Adj R²= .063	

** $p<0.001$

Tablo 30’da beslenme alışkanlıkları ile antropometrik ölçümler arasındaki Pearson korelasyon sonuçları bulunmaktadır. Verilere göre,

- Ağırlık ile ŞKÖ ve SGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.22$; $r=0.20$),
- Ağırlık ile ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.31$),
- Ağırlık ile YYD arasında orta seviyede negatif yönelimli ($r=-0.30$),
- Boy ile ŞKÖ ve ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.20$, $r=0.19$),
- Boy ile YYD arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.22$),
- BKE ile ŞKÖ ve ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.16$; $r=0.14$),
- BKE ile ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.50$),
- BKE ile YYD arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.28$),
- Göğüs çevresi ile ŞKÖ ve ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.28$; $r=0.25$),
- Göğüs çevresi ile ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.34$),
- Göğüs çevresi ile YYD arasında orta seviyede negatif yönelimli ($r=-0.36$),
- Üst kol çevresi ile ŞKÖ, ŞGO ve ŞKA arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.17$; $r=0.16$; $r=0.27$),
- Üst kol çevresi ile YYD arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.27$),
- Bel çevresi ile ŞKÖ, ŞGO ve ŞKA arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.21$; $r=0.23$; $r=0.27$),
- Bel çevresi ile YYD arasında orta seviyede negatif yönelimli ($r=-0.35$),
- Kalça çevresi ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.33$),

- Kalça çevresi ve YYD arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.28$),
- Baldır çevresi ve ŞKA arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.29$),
- Baldır çevresi ve YYD arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.23$),
- Triceps DKK ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.42$),
- Biceps DKK ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.42$),
- Subscapular DKK ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli($r=0.32$),
- Subscapular DKK ve YYD arasında zayıf seviyede nehatif yönelimli ($r=-0.16$),
- Supraspinale DKK ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.33$),
- Supraspinale DKK ve YYD arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.15$),
- Baldır DKK ve ŞKA arasında orta seviye negatif yönelimli ($r=0.31$) ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 30: Beslenme alışkanlıkları ve antropometrik ölçümler arasındaki
korelasyon analizi sonuçları

	ŞKÖ	ŞGO	ŞKA	YYD
Ağırlık	.223**	.202**	.318**	-.298**
Boy	.198**	.188**	.010	-.215**
BKE	.155**	.143*	.459**	-.281**
Göğüs Çevresi	.275**	.253**	.340**	-.361**
Üst kol Çevresi	.168*	.159*	.267**	-.274**
Bel Çevresi	.210**	.226**	.273**	-.351**
Kalça Çevresi	.112	.113	.328**	-.280**
Baldır Çevresi	.087	.130	.293**	-.226**
Triceps DKK	-.108	.009	.422**	-.075
Biceps DKK	-.050	.026	.421**	-.111
Subscapular DKK	.113	.137	.316**	-.156*
Supraspinale DKK	.067	.068	.334**	-.145*
Baldır DKK	-.071	-.102	.308**	.080

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 31’de beslenme alışkanlıkları alt boyutları ile ağırlık değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, beslenme alışkanlıkları alt boyutlarının ağırlık değerlerindeki varyansın %17’sini açıkladığı görülmektedir. ŞKÖ, ŞKA ve YYD alt boyutları ağırlık değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. ŞKÖ alt boyutunun bir birimlik değişiminde ağırlık skorunda 0.397 oranında, ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde ağırlık skorunda 0.715 oranında, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde ağırlık skorunda -0.809 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 31: Çoklu regresyon analizine göre ağırlık değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.397	.168	.177	2.367	.019*	1.343
ŞGO	.050	.152	.026	.330	.742	1.439
ŞKA	.715	.208	.239	3.435	.001*	1.157
YYD	-.809	.246	-.221	-3.294	.001*	1.078
R=.432			R²=.187		Adj R²=.170	

*p<0.05

Tablo 32’de beslenme alışkanlıkları ve boy değerleri arasındaki regresyon analizi verileri bulunmaktadır. Veriler analiz edildiğinde, beslenme alışkanlıkları alt boyutlarının boy değerlerindeki varyansın %8’ini açıkladığı anlaşılmaktadır. YYD, boy değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde boy skorlarında -0.534 oranında değişim oluşmaktadır.

Tablo 32: Çoklu regresyon analizine göre boy değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.192	.118	.128	1.627	.105	1.343
ŞGO	.165	.107	.126	1.543	.124	1.439
ŞKA	-.186	.147	-.093	-1.267	.207	1.157
YYD	-.534	.173	-.218	-3.083	.002*	1.078
R=.308			R²=.095		Adj R²=.076	

*p<0.05

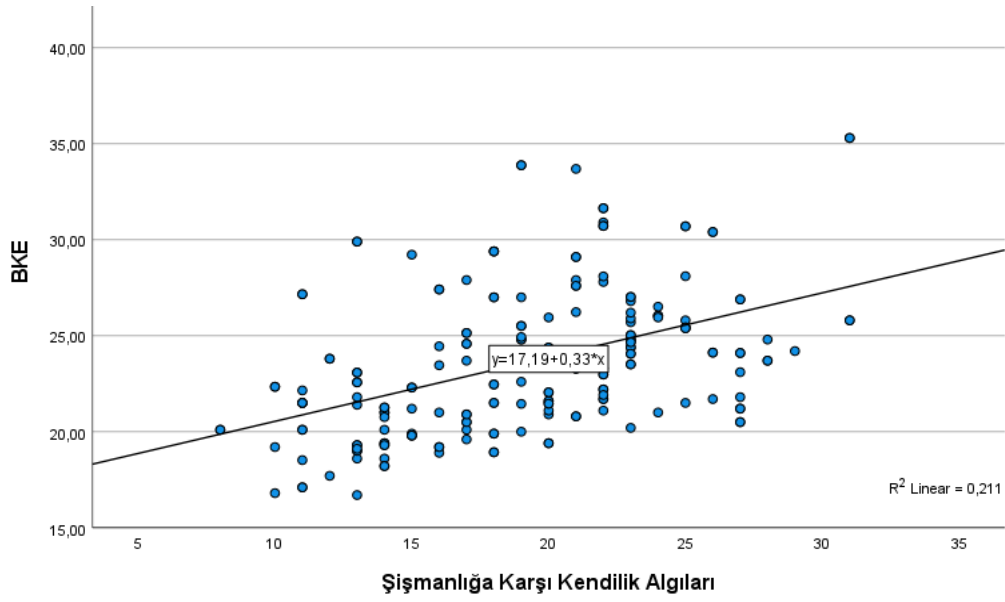
Tablo 33'te BKE ve beslenme alışkanlıkları alt boyutları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları BKE değerlerindeki varyansın %24'ünü açıklamaktadır. ŞKÖ, ŞKA ve YYD, BKE üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. ŞKÖ alt boyutunun bir birimlik değişiminde BKE skorlarında 0.76, ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde BKE skorlarında 0.306, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde ise BKE skorlarında -0.148 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 33: Çoklu regresyon analizine göre BKE ve beslenme alışkanlıkları

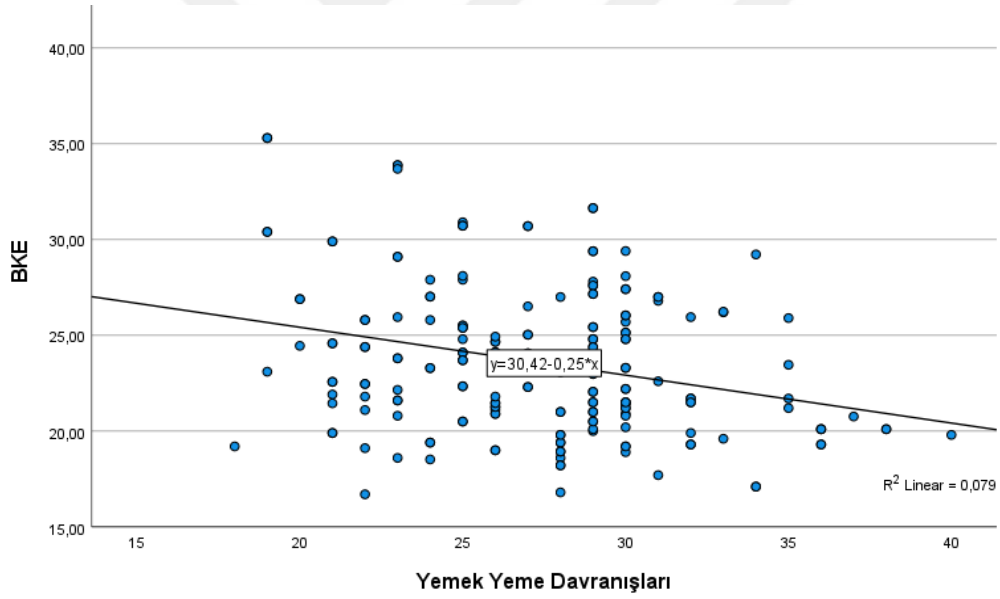
arasındaki ilişki						
Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.076	.039	.139	1.943	.053	1.343
ŞGO	-.028	.035	-.058	-.783	.434	1.439
ŞKA	.306	.049	.420	6.302	.000**	1.157
YYD	-.148	.057	-.166	-2.587	.010*	1.078
		R=.503	R²=.253		Adj R²=.237	

*p<0.05; **p<0.001

BKE ile ŞKK (Grafik 4) ve YYD (Grafik 5) arasındaki ilişkilerin yönü görsel olarak verilmiştir.



Grafik 4: BKE ve şişmanlığa karşı kendilik algıları arasındaki ilişki



Grafik 5: BKE ve yemek yeme davranışları arasındaki ilişki

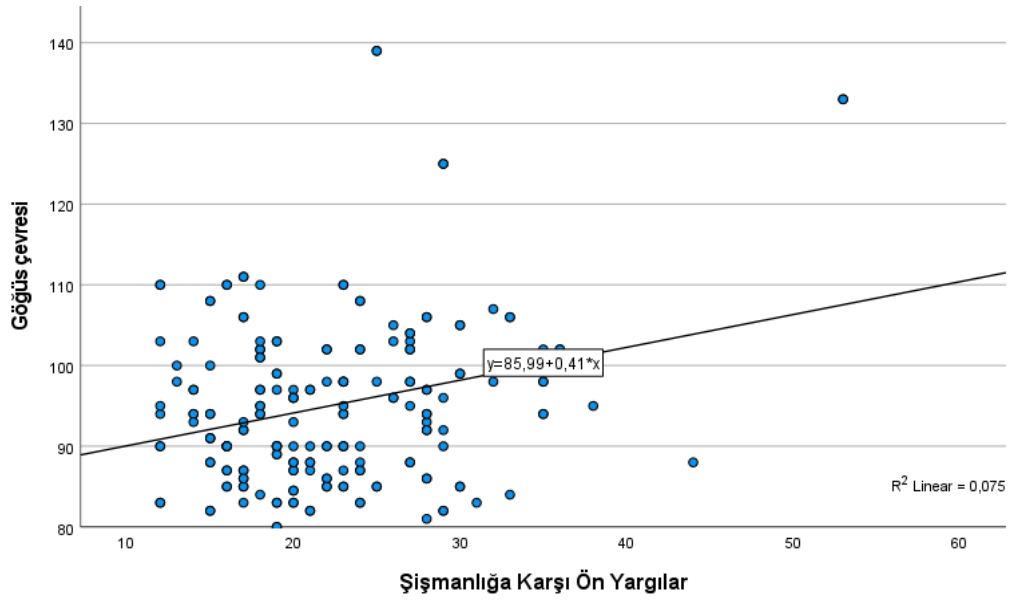
Tablo 34’te göğüs çevresi değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları göğüs çevresi değerlerindeki varyansın %24’ünü açıklamaktadır. ŞKÖ, ŞKA ve YYD, göğüs çevresi değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. ŞKÖ alt boyutunun bir birimlik değişiminde göğüs çevresi skorlarında 0.310, ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde göğüs çevresi skorlarında 0.462, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde ise göğüs çevresi skorlarında -0.677 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 34: Çoklu regresyon analizine göre göğüs çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

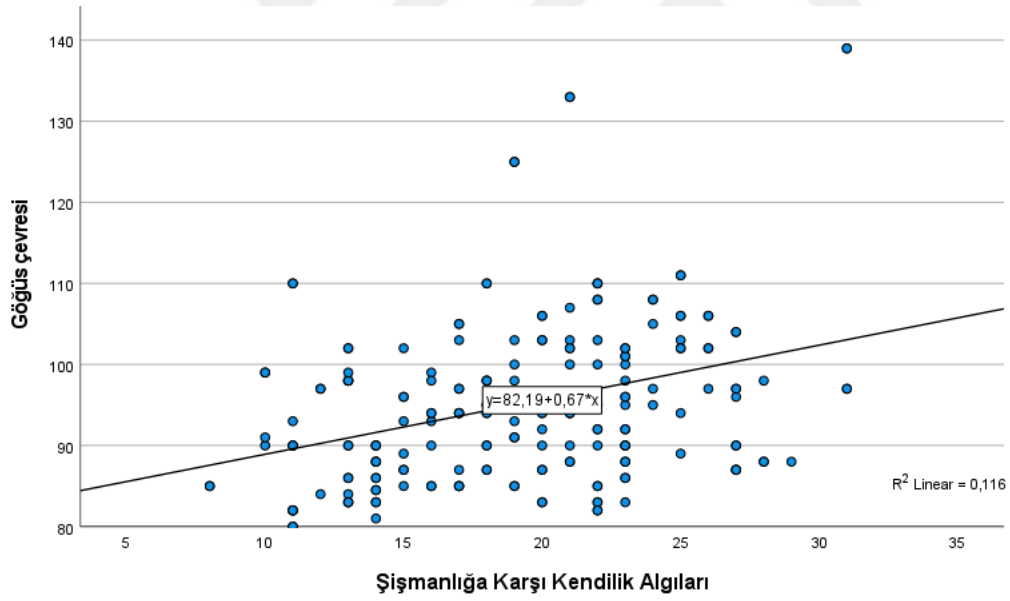
Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.310	.106	.210	2.921	.004*	1.343
ŞGO	.073	.096	.056	.757	.450	1.439
ŞKA	.462	.132	.233	3.505	.001*	1.157
YYD	-.677	.156	-.280	-4.350	.000**	1.078
R=.502			R²=.252		Adj R²=.237	

*p<0.05; **p<0.001

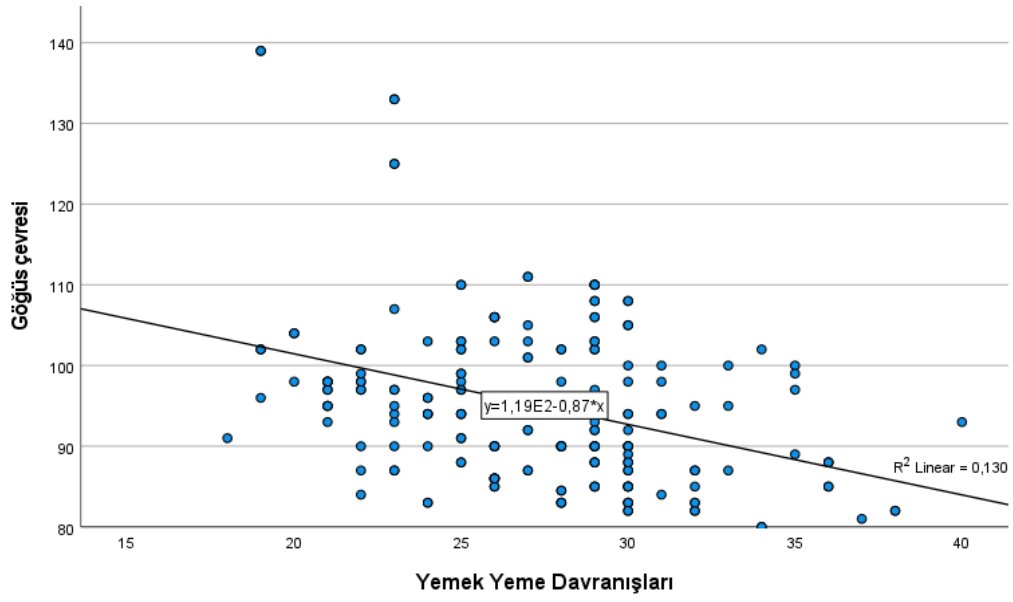
Göğüs çevresi ile ŞKÖ (Grafik 6), ŞKK (Grafik 7) ve YYD (Grafik 8) arasındaki ilişkilerin yönü görsel olarak verilmiştir.



Grafik 6: Göğüs çevresi ve şişmanlığa karşı ön yargılar arasındaki ilişki



Grafik 7: Göğüs çevresi ve şişmanlığa karşı kendilik algıları arasındaki ilişki



Grafik 8: Göğüs çevresi ve yemek yeme davranışları arasındaki ilişki

Tablo 35’te üst kol çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları üst kol çevresi değerlerindeki varyansın %18’ini açıklamaktadır. ŞKA ve YYD, üst kol çevresi değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde göğüs çevresi skorlarında 0.174, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde ise göğüs çevresi skorlarında -0.232 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 35: Çoklu regresyon analizine göre üst kol çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.086	.052	.128	1.665	.098	1.343
ŞGO	.011	.047	.020	.245	.807	1.439
ŞKA	.174	.064	.195	2.720	.007*	1.157
YYD	-.232	.076	-.212	-3.067	.002*	1.078
		R=.367	R²=.135		Adj R²=.117	

*p<0.05

Tablo 36’da bel çevresi değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları bel çevresi değerlerindeki varyansın %18’ini açıklamaktadır. ŞKA ve YYD, bel çevresi değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde bel çevresi skorlarında 0.344, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde ise bel çevresi skorlarında -0.755 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 36: Çoklu regresyon analizine göre bel çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.217	.118	.136	1.829	.069	1.343
ŞGO	.117	.107	.084	1.094	.275	1.439
ŞKA	.344	.147	.162	2.337	.020*	1.157
YYD	-.755	.174	-.290	-4.349	.000**	1.078
		R=.440	R²=.194		Adj R²=.177	

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 37’de kalça çevresi değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları kalça çevresi değerlerindeki varyansın %14’ünü açıklamaktadır. ŞKA ve YYD, kalça çevresi değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde kalça çevresi skorlarında 0.489, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde ise kalça çevresi skorlarında -0.444 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 37: Çoklu regresyon analizine göre kalça çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.121	.102	.091	1.189	.236	1.343
ŞGO	-.033	.092	-.028	-.359	.720	1.439
ŞKA	.489	.126	.275	3.879	.000**	1.157
YYD	-.444	.149	-.204	-2.981	.003*	1.078
	R=.393		R²=.154		Adj R²=.137	

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 38’de baldır çevresi değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları baldır çevresi değerlerindeki varyansın %10’unu açıklamaktadır. ŞKA ve YYD, baldır çevresi değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark oluşturmaktadır. ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde baldır çevresi skorlarında 0.216, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde ise baldır çevresi skorlarında -0.172 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 38: Çoklu regresyon analizine göre baldır çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.030	.052	.044	.564	.573	1.343
ŞGO	.015	.048	.026	.322	.748	1.439
ŞKA	.216	.065	.240	3.315	.001*	1.157
YYD	-.172	.077	-.157	-2.241	.026*	1.078
		R=.336	R²=.113		Adj R²=.095	

*p<0.05

Tablo 39’da Triceps DKK değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları triceps DKK değerlerindeki varyansın %19’unu açıklamaktadır. ŞKA triceps DKK değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde triceps DKK skorlarında 0.591 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 39: Çoklu regresyon analizine göre triceps DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	-.112	.072	-.116	-1.559	.121	1.343
ŞGO	-.045	.065	-.053	.697	.487	1.439
ŞKA	.591	.089	.455	6.610	.000**	1.157
YYD	.051	.106	.032	.627	.627	1.078
	R=.449			R²=.202	Adj R²=.185	

**p<0.001

Tablo 40’da Biceps DKK değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları biceps DKK değerlerindeki varyansın %17’sini açıklamaktadır. ŞKA biceps DKK değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde biceps DKK skorlarında 0.484 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 40: Çoklu regresyon analizine göre biceps DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	-.042	.061	-.052	-.690	.491	1.343
ŞGO	-.049	.055	-.069	-.894	.372	1.439
ŞKA	.484	.076	.443	6.389	.000**	1.157
YYD	-.005	.089	-.004	-.058	.954	1.078
	R=.434			R²=.188	Adj R²=.171	

**p<0.001

Tablo 41’de Subscapular DKK değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları subscapular DKK değerlerindeki varyansın %9’unu açıklamaktadır. ŞKA subscapular DKK değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde subscapular DKK skorlarında 0.395 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 41: Çoklu regresyon analizine göre subscapular DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKA	.081	.081	.079	1.009	.314	1.343
ŞGO	.011	.073	.012	.154	.878	1.439
ŞKA	.395	.100	.286	3.948	.000**	1.157
YYD	-.125	.118	-.074	-1.056	.292	1.078
	R=.336			R²=.113	Adj R²=.094	

**p<0.001

Tablo 42’de Supraspinale DKK değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları supraspinale DKK değerlerindeki varyansın %10’unu açıklamaktadır. ŞKA supraspinale DKK değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde supraspinale DKK skorlarında 0.487 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 42: Çoklu regresyon analizine göre supraspinale DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.075	.086	.068	.868	.386	1.343
ŞGO	-.060	.078	-.062	-.769	.443	1.439
ŞKA	.487	.107	.329	4.554	.000**	1.157
YYD	-.107	.126	-.059	-.849	.397	1.078
	R=.345			R²=.119	Adj R²=.101	

**p<0.001

Tablo 43’te Baldır DKK değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları baldır DKK değerlerindeki varyansın %14’ünü açıklamaktadır. ŞGO, ŞKA ve YYD, baldır DKK değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. ŞGO alt boyutunun bir birimlik değişiminde baldır DKK skorlarında -0.171, ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde baldır DKK skorlarında 0.533, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde ise baldır DKK skorlarında 0.269 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 43: Çoklu regresyon analizine göre baldır DKK ve beslenme alışkanlıkları

arasındaki ilişki						
Değişken	B	Std. Hata	Beta	T	p	VIF
ŞKÖ	.007	.075	.007	.093	.920	1.343
ŞGO	-.171	.068	-.199	-2.524	.012*	1.439
ŞKA	.533	.093	.406	5.750	.000**	1.157
YYD	.269	.109	.168	2.458	.015*	1.078
		R=.398	R²=.158		Adj R²=.141	

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 44'te beden algısı ile antropometrik ölçümler arasındaki Pearson korelasyon sonuçları bulunmaktadır. Verilere göre beden algısı ve boy ölçümleri arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.21$), beden algısı ve baldır DKK arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.19$) ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 44: Beden algısı ve antropometrik ölçümler arasındaki korelasyon analizi

sonuçları	
	Beden Algısı
Ağırlık	-.120
Boy	-.207**
BKE	-.003
Göğüs Çevresi	-.104
Üst kol Çevresi	.054
Bel Çevresi	-.018
Kalça Çevresi	.020
Baldır Çevresi	.084
Triceps DKK	.137
Biceps DKK	.127
Subscapular DKK	-.011
Supraspinale DKK	.034
Baldır DKK	.185**

**p<0.001

Tablo 45'te beden algısı ile boy ve baldır DKK arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beden algısı, boy ve baldır DKK değerlerindeki varyansın %6'sını açıklamaktadır. Boy ve baldır DKK değerleri, beden algısı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Boy değerlerinin bir birimlik değişiminde beden algısı skorlarında -0.440, baldır DKK değerlerinin bir birimlik değişiminde beden algısı skorlarında 0.573 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 45: Çoklu regresyon analizine göre beden algısı ile boy ve baldır DKK arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Boy	-.440	.167	-.183	-2.633	.009*	1.024
Baldır DKK	.573	.255	.157	2.247	.026*	1.024
		R=.259	R²=.067		Adj R²=.057	

*p<0.05

3.4. Başkent Üniversitesi Öğrencilerinin Bulguları

Örneklemimizde 100 kadın (%50), 100 erkek (%50) olmak üzere toplam 200 Başkent Üniversitesi lisans öğrencisi bulunmaktadır. Bu bölümde Başkent Üniversitesi öğrencilerinin kişilik özelliklerinin beslenme alışkanlıkları, beden algıları ve antropometrik ölçümlere olan etkisi incelenecektir.

Tablo 46’da kişilik özelliklerinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğine yönelik t testi sonuçları bulunmaktadır. Tablo 46 incelendiğinde, nevrozizm, deneyime açıklık ve sorumluluk alt boyutları arasında cinsiyetlere göre anlamlı bir fark bulunmadığı görölmektedir ($p>0.05$). Ancak dışadönüklük ve yumuşak başlılık ortalamaları değerlendirildiğinde cinsiyetler arasında anlamlı farklılıkların bulunduğu ($p<0.05$) ve bu farklılıkların kadın öğrencilerin lehine olduğu dikkat çekmektedir.

Tablo 46: Cinsiyete göre kişilik özellikleri t testi sonuçları

Cinsiyet	Kişilik Alt Boyutları	n	Ortalama	ss	T	p
Kadın	Nevrotizm	100	25.79	7.231	.120	.905
Erkek		100	25.67	6.966		
Kadın	Dışadönüklük	100	45.46	9.179	2.716	.007*
Erkek		100	41.96	9.043		
Kadın	Yumuşak	100	48.92	9.596	3.987	.000**
Erkek	Başlılık	100	43.68	8.980		
Kadın	Deneyime	100	43.77	7.919	1.919	.056
Erkek	Açıklık	100	41.76	6.857		
Kadın	Sorumluluk	100	36.17	7.597	1.552	.122
Erkek		100	34.49	7.707		

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 47 incelendiğinde, ŞKÖ dışında kalan alt boyutların hiçbirinde cinsiyetler arasında herhangi bir farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). ŞKÖ alt boyutundaki anlamlı farkın ise erkek öğrencilerin lehine olduğu görülmektedir ($p<0.05$).

Tablo 47: Cinsiyete göre beslenme alışkanlıkları t testi sonuçları

Cinsiyet	Beslenme	n	Ortalama	ss	t	P
	Alışkanlıkları Alt Boyutları					
Kadın	ŞKÖ	100	22.40	6.057	-5.076	.000**
Erkek		100	27.27	7.441		
Kadın	ŞGO	100	51.70	8.008	-1.770	.552
Erkek		100	53.73	8.124		
Kadın	ŞKA	100	20.01	6.058	.545	.350
Erkek		100	19.56	5.611		
Kadın	YYD	100	27.33	4.080	1.605	.170
Erkek		100	26.36	4.460		

** $p<0.001$

Tablo 48’de de görüldüğü üzere cinsiyete göre beden algısı değerlerinde bir farklılık tespit edilmemiştir.

Tablo 48: Cinsiyete göre beden algısı t testi sonuçları

Cinsiyet	n	Ortalama	ss	t	p
Kadın	100	92.48	21.012	.946	.345
Erkek	100	89.43	24.436		

Tablo 49’da kişilik özellikleriyle beslenme alışkanlıkları alt boyutları arasındaki ilişkiyi analiz etmek için Pearson korelasyon analizinin verilerine yer verilmiştir. Analizler sonucunda deneyime açıklık ve yumuşak başlılık ile ŞKÖ arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.25$; $r=-0.21$), sorumluluk ile YYD arasında ise zayıf seviyede negatif yönelimli ($r= -0.17$) ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 49: Kişilik özellikleri ile beslenme alışkanlıkları arasındaki korelasyon analizi sonuçları

Değişken	ŞKÖ	ŞGO	ŞKA	YYD
Nevrotizm	.011	.003	.095	.063
Dışadönüklük	-.128	-.093	-.080	.023
Deneyime Açıklık	-.254**	-.089	-.010	.003
Yumuşak Başlılık	-.212**	.077	.107	.016
Sorumluluk	-.053	.071	-.002	-.169*

* $p<0.05$

Tablo 50'deki çoklu regresyon analizi verilerine göre SDKT alt boyutları ŞKÖ alt boyutundaki varyansın %5.9'unu açıklamaktadır. Deneyime açıklık alt boyutu ŞKÖ üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Deneyime açıklık alt boyutunun bir birimlik değişiminde, ŞKÖ skorunda -0.212 oranında değişiklikler meydana gelmektedir.

Tablo 50: Kişilik özellikleri ve ŞKÖ arasındaki çoklu regresyon analizi sonuçları

Değişken	B	Std. hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.031	.073	-.031	-.431	.667	1.083
Dışadönüklük	.015	.065	.019	.230	.818	1.485
Deneyime Açıklık	-.212	.086	-.220	-2.469	.014*	1.677
Yumuşak Başlılık	-.113	.060	-.151	-1.886	.061	1.349
Sorumluluk	.049	.070	.053	.705	.482	1.182
R=.287			R²=.082		Adj R²=.059	

*p<0.05

Tablo 51’de kişilik özellikleriyle beden algısı arasındaki ilişkiyi analiz etmek için Pearson korelasyon analizinin verilerine yer verilmiştir. Analizler sonucunda nevrozizm ile beden algısı arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.32$), dışadönüklük ve sorumluluk alt boyutları ile beden algısı arasında orta seviyede negatif yönelimli ($r=-0.30$; $r=-0.31$), deneyime açıklık ve beden algısı arasında ise zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.19$) ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 51: Kişilik özellikleri ve beden algısı arasındaki korelasyon analizi sonuçları

	Nevrotizm	Dışadönüklük	Deneyime Açıklık	Yumuşak Başlılık	Sorumluluk
Beden Algısı	.317**	-.295**	-.186**	-.093	-.305**

** $p<0.001$

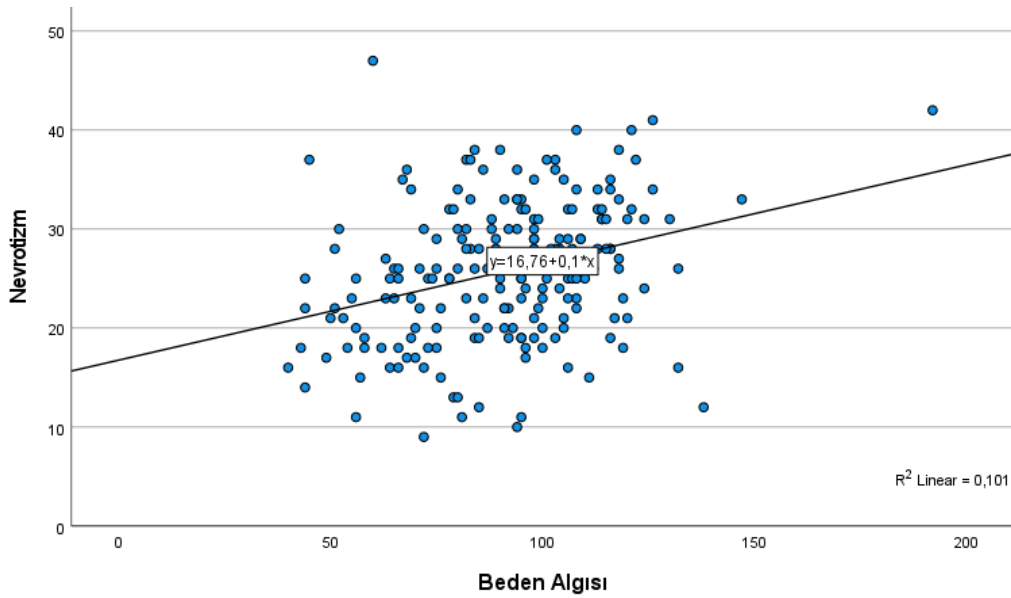
Tablo 52’deki bulgulara göre SDKT alt boyutları beden algısındaki varyansın % 20.8’ini açıklamaktadır. Nevrotizm, dışadönüklük ve sorumluluk alt boyutları beden algısı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Nevrotizm alt boyutunun bir birimlik değişiminde 0.964 oranında, dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde -0.577 oranında, sorumluluk alt boyutunun bir birimlik değişiminde -0.698 oranında değişiklikler meydana gelmektedir.

Tablo 52: Çoklu regresyon analizine göre kişilik özellikleri ve beden algısı arasındaki ilişki

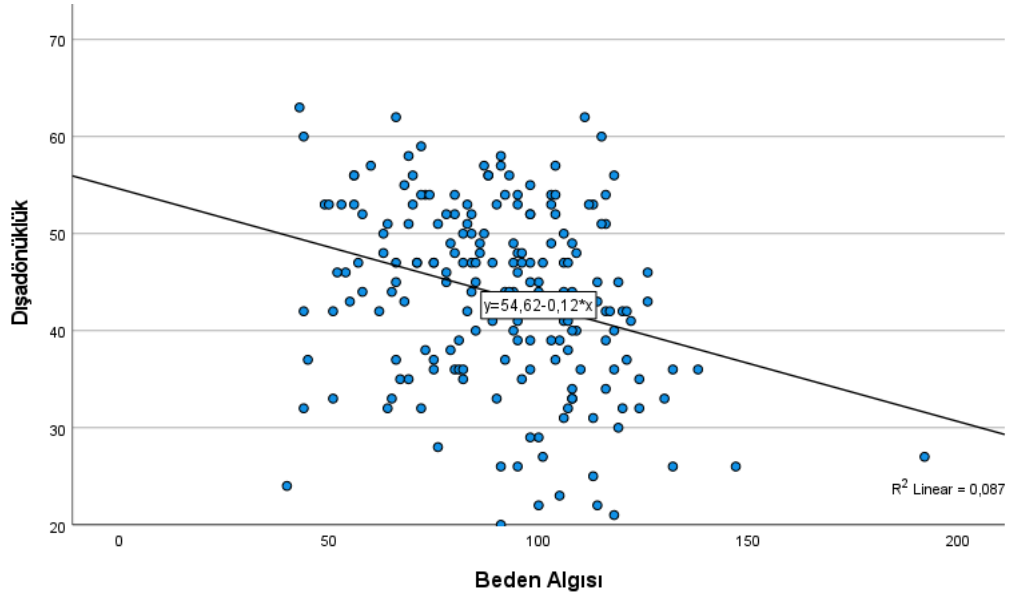
Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	.964	.211	.300	4.563	.000**	1.083
Dışadönüklük	-.577	.189	-.235	-3.051	.003*	1.485
Deneyime Açıklık	-.064	.250	-.021	-.258	.797	1.677
Yumuşak Başlılık	.311	.173	.131	1.792	.075	1.349
Sorumluluk	-.698	.204	-.235	-3.427	.001*	1.182
		R=.477	R²=.228	Adj R²=.208		

*p<0.05; **p<0.001

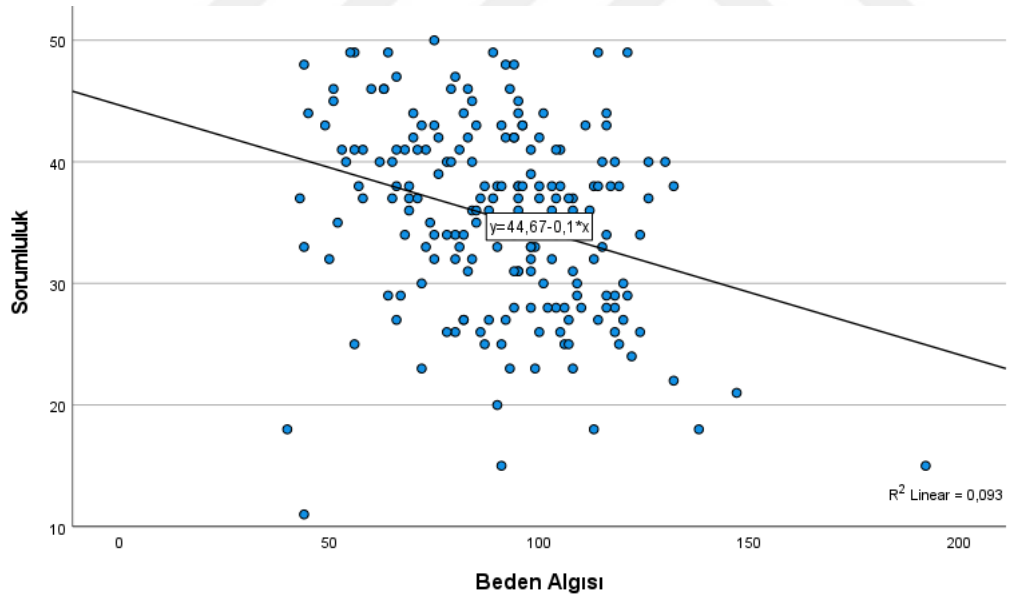
Beden algısı ile nevrozizm (Grafik 9), dışadönüklük (Grafik 10) ve sorumluluk (Grafik 11) arasındaki ilişkilerin yönü görsel olarak verilmiştir.



Grafik 9: Beden algısı ve nevrozizm değerleri arasındaki ilişki



Grafik 10: Beden algısı ve dışadönüklük değerleri arasındaki ilişki



Grafik 11: Beden algısı ve sorumluluk değerleri arasındaki ilişki

Uygulanan normallik testi sonuçları neticesinde baldır deri kıvrımı kalınlığı dışındaki antropometrik ölçümlerin normal dağılım göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu sebeple Pearson ve Spearman korelasyon analizi sonuçları Tablo 53'te birlikte verilmiştir. Tablo 53'te dışadönüklük alt boyutu ile BKE, bel çevresi, subscapular DKK, supraspinale DKK ve Baldır çevresi arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.17$, $r=-0.17$, $r=-0.21$, $r=-0.18$, $r=-0.16$), deneyime açıklık alt boyutu ile bel çevresi arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.18$), yumuşak başlılık alt boyutu ile ağırlık, boy, üst kol çevresi ve bel çevresi arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.17$, $r=-0.17$, $r=-0.20$, $r=-0.15$) ilişki bulunmaktadır.

Tablo 53: Kişilik özellikleri ve antropometrik ölçümler arasındaki korelasyon analizi sonuçları

	Nevrotizm	Dışadönüklük	Deneyime Açıklık	Yumuşak Başlılık	Sorumluluk
Ağırlık	.006	-.123	-.129	-.166*	-.082
Boy	-.048	-.002	-.048	-.168*	-.064
BKE	.044	-.169*	-.136	-.090	-.053
Göğüs Çevresi	-.002	-.075	-.106	-.091	-.018
Üst kol Çevresi	.004	-.109	-.128	-.198**	-.111
Bel Çevresi	.002	-.174*	-.176*	-.146*	-.065
Kalça Çevresi	.031	-.079	-.047	-.031	-.072
Baldır Çevresi	-.001	-.008	-.060	-.090	-.056
Triceps DKK	-.024	-.040	.028	.133	-.002
Biceps DKK	.044	-.064	-.094	.025	-.009
Subscapular DKK	.116	-.214**	-.122	-.045	.075
Supraspinale DKK	.063	-.181*	-.130	-.031	-.002
Baldır DKK	.087	-.155*	-.066	-.002	.000

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 54'te veriler değerlendirildiğinde, beden algısı ve YYD arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.19$) ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 54: Beslenme alışkanlıkları ve beden algısı arasındaki korelasyon analizi

sonuçları				
	ŞKÖ	ŞGO	ŞKA	YYD
Beden Algısı	.052	.043	.053	.193**

** $p<0.001$

Tablo 55'te beslenme alışkanlıkları alt boyutları ile beden algısı arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, beslenme alışkanlıkları alt boyutları beden algısındaki varyansın %2.2'sini açıkladığı görülmektedir. YYD alt boyutu beden algısı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde beden algısı skorunda 1.024 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 55: Çoklu regresyon analizine göre beslenme alışkanlıkları ve beden algısı arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.125	.239	.040	.523	.601	1.162
ŞGO	-.035	.222	-.012	-.157	.875	1.286
ŞKA	.174	.297	.044	.586	.559	1.174
YYD	1.024	.376	.193	2.725	.007*	1.019
R=.203		R²=.041		Adj R²= .022		

* $p<0.05$

Başkent Üniversitesi öğrencilerinin antropometrik verilerine uygulanan normallik testleri neticesinde baldır deri kıvrımı dışında kalan verilerin normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Verilerin normal dağılım göstermesi çoklu regresyon analizi için ön koşul olduğundan antropometrik ölçümlerin değerlendirilmelerinde regresyon analizlerine yer verilmemiştir.

Tablo 56’da beslenme alışkanlıkları ile antropometrik ölçümler arasındaki Pearson ve Spearman korelasyon sonuçları bulunmaktadır. Verilere göre,

- Ağırlık ile ŞKÖ ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.39$; $r=0.42$),
- Ağırlık ile ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.25$),
- Boy ile ŞKÖ arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.26$),
- BKE ile ŞKÖ arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.34$),
- BKE ile ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.27$),
- Göğüs çevresi ile ŞKÖ ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.32$; $r=0.50$),
- Göğüs çevresi ile ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.27$),
- Göğüs çevresi ile YYD arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.15$),
- Üst kol çevresi ile ŞKÖ ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.38$; $r=0.36$),
- Üst kol çevresi ile ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.21$),
- Bel çevresi ile ŞKÖ ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.36$; $r=0.44$),
- Bel çevresi ile ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.24$),
- Bel çevresi ile YYD arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.15$),

- Kalça çevresi ile ŞKÖ ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli (r=0.30; r=0.56),
 - Kalça çevresi ile ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli (r=0.25),
 - Baldır çevresi ile ŞKÖ ve ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli (r=0.25; r=0.19),
 - Baldır çevresi ile ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli (r=0.49),
 - Triceps DKK ile ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli (r=0.36),
 - Biceps DKK ile ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli (r=0.33),
 - Subscapular DKK ile ŞKÖ ve ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli (r=0.20; r=0.20),
 - Subscapular DKK ile ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli (r=0.50),
 - Supraspinale DKK ile ŞKÖ ve ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli (r=0.29; r=0.17),
 - Supraspinale DKK ile ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli (r=0.49),
 - Baldır DKK ile ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli (r=0.41)
- ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 56: Beslenme alışkanlıkları ve antropometrik ölçümler arasındaki
korelasyon analizi sonuçları

	ŞKÖ	ŞGO	ŞKA	YYD
Ağırlık	.387**	.252**	.421**	-.130
Boy	.257**	.100	-.119	-.116
BKE	.343**	.274**	.674	-.094
Göğüs Çevresi	.324**	.265**	.499**	-.151*
Üst kol Çevresi	.375**	.210**	.362**	-.103
Bel Çevresi	.365**	.243**	.442**	-.151*
Kalça Çevresi	.301**	.250**	.563**	-.042
Baldır Çevresi	.245**	.191**	.492**	-.119
Triceps DKK	.029	.089	.357**	-.002
Biceps DKK	.027	.051	.331**	-.045
Subscapular DKK	.200**	.201*	.498**	-.127
Supraspinale DKK	.287**	.165*	.486**	-.104
Baldır DKK	.109	.100	.406**	-.006

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 57’de beden algısı ile antropometrik ölçümler arasındaki Pearson ve Spearman korelasyon sonuçları bulunmaktadır. Verilere göre beden algısı ve baldır çevresi arasında negatif yönde zayıf derecede ($r=-0.21$), beden algısı ve biceps DKK arasında pozitif yönde zayıf derecede ($r=0.17$) ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 57: Beden algısı ve antropometrik ölçümler arasındaki korelasyon analizi

sonuçları	
	Beden Algısı
Ağırlık	-.126
Boy	-.139
BKE	-.075
Göğüs Çevresi	-.111
Üst kol Çevresi	-.081
Bel Çevresi	-.058
Kalça Çevresi	-.054
Baldır Çevresi	-.207**
Triceps DKK	.075
Biceps DKK	.165*
Subscapular DKK	.101
Supraspinale DKK	-.011
Baldır DKK	.007

* $p<0.05$; ** $p<0.001$

3.5. Üniversite Öğrencilerinin Genel Bulguları

Örneklemimizde 200 kadın (%50), 200 erkek (%50) olmak üzere toplam 400 lisans öğrencisi bulunmaktadır. Bu bölümde Ankara ve Başkent Üniversitesi öğrencilerinin kişilik özelliklerinin beslenme alışkanlıkları, beden algıları ve antropometrik ölçümlere olan etkisi incelenecektir.

Kişilik özelliklerinin üniversite türüne göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğine yönelik sonuçlar tablo 58’de verilmiştir. Tablo 58’de üniversite türüne göre yalnızca deneyime açıklık alt boyutunun anlamlı farklılıklar gösterdiği ve bu farklılığın Ankara Üniversitesi öğrencileri lehine olduğu görülmektedir.

Tablo 58: Üniversitelere göre kişilik özellikleri t testi sonuçları

Üniversite	Kişilik Alt Boyutları	n	Ortalama	ss	t	p
Ankara Üniversitesi	Nevrotizm	200	26.39	7.378	.913	.362
Başkent Üniversitesi		200	25.73	7.082		
Ankara Üniversitesi	Dışadönüklük	200	43.35	9.305	-.388	.698
Başkent Üniversitesi		200	43.71	9.256		
Ankara Üniversitesi	Yumuşak Başlılık	200	45.03	9.477	-1.334	.183
Başkent Üniversitesi		200	46.30	9.635		
Ankara Üniversitesi	Deneyime Açıklık	200	45.25	7.125	3.407	.001*
Başkent Üniversitesi		200	42.77	7.456		
Ankara Üniversitesi	Sorumluluk	200	34.60	8.100	-.925	.356
Başkent Üniversitesi		200	35.33	7.680		

*p<0.05

Tablo 59 incelendiğinde; Ankara Üniversitesi'ndeki kadın öğrencilerinin nevrotizm ve deneyime açıklık ortalamaları Başkent Üniversitesi'ndeki kadın öğrencilerinin ortalamalarıyla karşılaştırıldığında anlamlı farklılıklar gösterdiği ($p<0.05$) ve bu anlamlı farklılıkların Ankara Üniversitesi'ndeki kadın öğrencilerin lehine olduğu görülmektedir.

Tablo 59: Üniversitedeki kadın öğrencilere göre kişilik özellikleri t testi

sonuçları

Üniversite	Kişilik Alt Boyutları	n	Ortalama	ss	t	p
Ankara Üniversitesi	Nevrotizm	100	28.08	7.377	2.217	.028*
Başkent Üniversitesi		100	25.79	7.231		
Ankara Üniversitesi	Dışadönüklük	100	44.30	8.238	-.941	.348
Başkent Üniversitesi		100	45.46	9.179		
Ankara Üniversitesi	Yumuşak Başlılık	100	46.93	8.099	-1.585	.115
Başkent Üniversitesi		100	48.92	9.596		
Ankara Üniversitesi	Deneyime Açıklık	100	45.92	5.731	2.200	.029*
Başkent Üniversitesi		100	43.77	7.919		
Ankara Üniversitesi	Sorumluluk	100	35.06	8.006	-1.006	.316
Başkent Üniversitesi		100	36.17	7.597		

* $p<0.05$

Tablo 60 incelendiğinde; Ankara Üniversitesi'ndeki erkek öğrencilerinin deneyime açıklık ortalamalarının Başkent Üniversitesi'ndeki kadın öğrencilerinin ortalamalarıyla karşılaştırıldığında anlamlı farklılıklar gösterdiği ($p<0.05$) ve bu anlamlı farklılıkların Ankara Üniversitesi'ndeki erkek öğrencilerin lehine olduğu görülmektedir.

Tablo 60: Üniversitedeki erkek öğrencilere göre kişilik özellikleri t testi

sonuçları

Üniversite	Kişilik Alt Boyutları	n	Ortalama	ss	t	p
Ankara Üniversitesi	Nevrotizm	100	24.70	7.017	-.981	.328
Başkent Üniversitesi		100	25.67	6.966		
Ankara Üniversitesi	Dışadönüklük	100	42.40	10.215	.323	.747
Başkent Üniversitesi		100	41.96	9.043		
Ankara Üniversitesi	Yumuşak Başlılık	100	43.12	10.373	-.408	.684
Başkent Üniversitesi		100	43.68	8.980		
Ankara Üniversitesi	Deneyime Açıklık	100	44.58	8.265	2.626	.009*
Başkent Üniversitesi		100	41.76	6.857		
Ankara Üniversitesi	Sorumluluk	100	34.14	8.207	-.311	.756
Başkent Üniversitesi		100	34.49	7.707		

* $p<0.05$

Beslenme alışkanlıklarının üniversiteye göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik sonuçlar tablo 61’de sunulmuştur ve aralarında herhangi bir anlamlı ilişki tespit edilememiştir.

Tablo 61: Üniversiteye göre beslenme alışkanlıkları t testi sonuçları

Üniversite	Beslenme Alışkanlıkları Alt Boyutları	N	Ortalama	ss	t	p
Ankara Üniversitesi	ŞKÖ	200	26.06	7.495	.687	.493
Başkent Üniversitesi		200	24.84	7.194		
Ankara Üniversitesi	ŞGO	200	51.22	10.686	-.724	.470
Başkent Üniversitesi		200	52.72	8.155		
Ankara Üniversitesi	ŞKA	200	17.67	4.256	-1.505	.134
Başkent Üniversitesi		200	19.79	5.828		
Ankara Üniversitesi	YYD	200	26.89	5.357	.041	.968
Başkent Üniversitesi		200	26.85	4.291		

Tablo 62 incelendiğinde, ŞKA ve YYD alt boyutlarında farklı üniversitedeki kadın öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmektedir ($p>0.05$). Başkent Üniversitesi'ndeki kadın öğrencilerin ŞKÖ ve ŞGO alt boyutlarının ortalamaları Ankara Üniversitesi'ndeki kadın öğrencilerin ortalamalarına göre farklılıklar gösterdiği ($p<0.05$) ve bu farklılıkların Başkent Üniversitesi'ndeki kadın öğrencilerinin lehine olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 62: Üniversitedeki kadın öğrencilere göre beslenme alışkanlıkları t testi sonuçları

Üniversite	Beslenme Alışkanlıkları Alt Boyutları	N	Ortalama	ss	t	p
Ankara Üniversitesi	ŞKÖ	100	20.25	5.716	-2.582	.011*
Başkent Üniversitesi		100	22.40	6.057		
Ankara Üniversitesi	ŞGO	100	49.11	7.870	-2.307	.022*
Başkent Üniversitesi		100	51.70	8.008		
Ankara Üniversitesi	ŞKA	100	19.42	5.487	-.722	.471
Başkent Üniversitesi		100	20.01	6.058		
Ankara Üniversitesi	YYD	100	28.43	4.358	1.843	.067
Başkent Üniversitesi		100	27.33	4.080		

* $p<0.05$

Tablo 63 incelendiğinde; Başkent Üniversitesi'ndeki erkek öğrencilerin ŞKÖ alt boyutunun ortalamaları Ankara Üniversitesi'ndeki erkek öğrencilerin ortalamalarına göre anlamlı farklılıklar göstermekte ($p<0.05$) ve bu farklılıkların Başkent Üniversitesi'ndeki erkek öğrenciler lehine olduğu görülmektedir.

Tablo 63: Üniversitedeki erkek öğrencilere göre beslenme alışkanlıkları t testi sonuçları

Üniversite	Beslenme Alışkanlıkları Alt Boyutları	N	Ortalama	ss	t	p
Ankara Üniversitesi	ŞKÖ	100	24.31	7.503	-2.801	.006*
Başkent Üniversitesi		100	27.27	7.441		
Ankara Üniversitesi	ŞGO	100	52.05	7.782	-1.485	.139
Başkent Üniversitesi		100	53.73	8.214		
Ankara Üniversitesi	ŞKA	100	18.80	4.903	-1.020	.309
Başkent Üniversitesi		100	19.56	5.610		
Ankara Üniversitesi	YYD	100	26.22	3.860	-.237	.813
Başkent Üniversitesi		100	26.36	4.459		

* $p<0.05$

Tablo 64 incelendiğinde, üniversitelere göre bedenlerine yönelik memnuniyet seviyelerinde herhangi bir farklılık bulunmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$).

Tablo 64: Üniversitelere göre beden algısı t testi sonuçları

Üniversite	n	Ortalama	ss	t	p
Ankara üniversitesi	200	91.26	24.965	.134	.894
Başkent Üniversitesi	200	90.96	22.783		

Tablo 65 incelendiğinde, üniversitelere göre kadın ve erkek öğrencilerin bedenlerine yönelik memnuniyet seviyelerinde herhangi bir anlamlı farklılık bulunmadığı görülmektedir ($p>0.05$).

Tablo 65: Üniversitedeki kadın ve erkek öğrencilere göre beden algısı t testi sonuçları

Üniversite	Cinsiyet	n	Ortalama	ss	t	p
Ankara üniversitesi	Kadın	100	95.03	24.570	.789	.431
Başkent Üniversitesi		100	92.48	21.012		
Ankara üniversitesi	Erkek	100	87.52	24.913	-.547	.585
Başkent Üniversitesi		100	89.43	24.436		

Tablo 66’da cinsiyete göre kişilik özellikleri arasında anlamlı farklılıkların olup olmadığına yönelik t testi sonuçları yer almaktadır. Tablo 66’da kadın öğrencilerin nevrotizm, dışadönüklük, yumuşak başlılık ve deneyime açıklık ortalamalarının erkeklerle oranla anlamlı düzeyde farklı olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Sorumluluk alt boyutunda ise cinsiyetler arası herhangi bir farklılığa rastlanmamaktadır ($p>0.05$).

Tablo 66: Cinsiyete göre kişilik özellikleri t testi sonuçları

Cinsiyet	Kişilik Alt Boyutları	n	Ortalama	ss	t	p
Kadın	Nevrotizm	200	26.94	7.376	2.435	.015*
Erkek		200	25.19	6.991		
Kadın	Dışadönüklük	200	44.88	8.719	2.940	.003*
Erkek		200	42.18	9.625		
Kadın	Yumuşak Başlılık	200	47.93	8.913	4.863	.000**
Erkek		200	43.40	9.681		
Kadın	Deneyime Açıklık	200	44.85	6.978	2.279	.023*
Erkek		200	43.17	7.705		
Kadın	Sorumluluk	200	35.62	7.804	1.651	.100
Erkek		200	34.32	7.943		

* $p<0.05$; ** $p<0.001$

Tablo 67 değerlendirildiğinde, ŞKA alt boyutu dışında kalan bütün alt boyutlarda istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Erkek öğrencilerin ŞKÖ ve şişmanlığa yönelik düşüncelerinin daha fazla olduğu, kadın öğrencilerin ise YYD değerlerinin daha fazla olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır.

Tablo 67: Cinsiyete göre beslenme alışkanlıkları t testi sonuçları

Cinsiyet	Beslenme Alışkanlıkları Alt Boyutları	n	Ortalama	ss	t	p
Kadın	ŞKÖ	200	21.33	5.972	-6.533	.000**
Erkek		200	25.79	7.600		
Kadın	ŞGO	100	50.41	8.025	-3.096	.002*
Erkek		200	52.89	8.026		
Kadın	ŞKA	200	19.72	5.772	.968	.334
Erkek		200	19.18	5.269		
Kadın	YYD	200	27.88	4.247	3.782	.000**
Erkek		200	26.29	4.161		

* $p<0.05$; ** $p<0.001$

Tablo 68 incelendiğinde; cinsiyete ile beden memnuniyeti arasında bir farklılık olduğu ($p<0.05$) ve kadın öğrencilerin beden algısı ortalamalarının erkek öğrencilerin ortalamasına göre daha fazla olduğu görülmektedir.

Tablo 68: Cinsiyete göre beden algısı t testi sonuçları

Cinsiyet	n	Ortalama	ss	t	p
Kadın	200	93.76	22.839	2.223	.027*
Erkek	200	88.48	24.632		

* $p<0.05$

Tablo 69’da kişilik özellikleriyle beslenme alışkanlıkları alt boyutları arasındaki ilişkiyi analiz etmek için Pearson korelasyon analizinin verilerine yer verilmiştir. Analizler sonucunda dışadönüklük ve yumuşak başlılık ile ŞKÖ arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.14$; $r=-0.22$), deneyime açıklık ve ŞKÖ arasında orta seviyede negatif yönelimli ($r=-0.31$), sorumluluk ile ŞKA ve YYD arasında ise zayıf seviyede negatif yönelimli ($r= -0.12$; $r=-0.12$), nevrotizm ile YYD arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.10$) ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 69: Kişilik özellikleri ile beslenme alışkanlıkları arasındaki korelasyon analizi sonuçları

Değişken	ŞKÖ	ŞGO	ŞKA	YYD
Nevrotizm	-.008	-.050	.075	.102*
Dışadönüklük	-.137**	-.014	-.055	.005
Deneyime Açıklık	-.312**	-.031	.057	-.036
Yumuşak Başlılık	-.222**	.006	.005	.014
Sorumluluk	-.067	.025	-.115*	-.121*

* $p<0.05$; ** $p<0.001$

Tablodaki verilere göre SDKT alt boyutları ŞKÖ alt boyutundaki varyansın %11'ini açıklamaktadır. Deneyime açıklık ve yumuşak başlılık alt boyutları ŞKÖ üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Deneyime açıklık alt boyutunun bir birimlik değişiminde, ŞKÖ skorunda -0.277; yumuşak başlılık alt boyutunun bir birimlik değişiminde, ŞKÖ skorunda -0.120 oranında değişiklikler meydana gelmektedir.

Tablo 70: Kişilik özellikleri ve ŞKÖ arasındaki çoklu regresyon analizi sonuçları

Değişken	B	Std. hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.056	.049	-.056	-1.155	.249	1.068
Dışadönüklük	.014	.044	.018	.314	.754	1.418
Deneyime Açıklık	-.277	.055	-.285	-5.030	.000**	1.437
Yumuşak Başlılık	-.120	.039	-.160	-3.129	.002*	1.178
Sorumluluk	.026	.047	.029	.556	.579	1.181
R=.347		R²=.121		Adj R²=.110		

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 71’deki çoklu regresyon analizi verilerine göre SDKT alt boyutları ŞKA alt boyutundaki varyansın %1.7’sini açıklamaktadır. Deneyime açıklık ve sorumluluk alt boyutları ŞKA üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Deneyime açıklık alt boyutunun bir birimlik değişiminde, ŞKA skorunda 0.092; sorumluluk alt boyutunun bir birimlik değişiminde ise ŞKA skorunda -0.081 oranında değişiklikler meydana gelmektedir.

Tablo 71: Kişilik özellikleri ve ŞKA arasındaki çoklu regresyon analizi sonuçları

Değişken	B	Std. hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	.047	.039	.062	1.210	.227	1.068
Dışadönüklük	-.047	.035	-.078	-1.324	.186	1.418
Deneyime Açıklık	.092	.044	.123	2.062	.040*	1.437
Yumuşak Başlılık	.014	.031	.024	.441	.659	1.178
Sorumluluk	-.081	.038	-.116	-2.156	.032*	1.181
R=.172		R ² =.030		Adj R ² =.017		

*p<0.05

Tablo 72'deki çoklu regresyon analizi verilerine göre SDKT alt boyutları YYD alt boyutundaki varyansın %1.7'sini açıklamaktadır. Sorumluluk alt boyutu YYD alt boyutu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Sorumluluk alt boyutunun bir birimlik değişiminde, YYD skorunda -0.071 oranında değişiklikler meydana gelmektedir.

Tablo 72: Kişilik özellikleri ve YYD arasındaki çoklu regresyon analizi

sonuçları

Değişken	B	Std. hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	.058	.030	.098	1.919	.056	1.068
Dışadönüklük	.033	.027	.072	1.214	.225	1.418
Deneyime Açıklık	-.032	.034	-.055	-.929	.353	1.437
Yumuşak Başlılık	.033	.024	.074	1.371	.171	1.178
Sorumluluk	-.071	.029	-.132	- 2.445	.015*	1.181
R=.171		R²=.029		Adj R²=.017		

*p<0.05

Tablo 73'te kişilik özellikleriyle beden algısı arasındaki ilişkiyi analiz etmek için Pearson korelasyon analizinin verilerine yer verilmiştir. Analizler sonucunda nevrotizm ile beden algısı arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.39$), dışadönüklük ve sorumluluk alt boyutları ile beden algısı arasında orta seviyede negatif yönelimli ($r=-0.39$; $r=-0.36$), deneyime açıklık alt boyutu ile beden algısı arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.15$) ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 73: Kişilik özellikleri ve beden algısı arasındaki korelasyon analizi sonuçları

	Nevrotizm	Dışadönüklük	Deneyime Açıklık	Yumuşak Başlılık	Sorumluluk
Beden Algısı	.389**	-.390**	-.148**	-.021	-.357**

** $p<0.001$

Tablo 74'teki bulgulara göre SDKT alt boyutları beden algısındaki varyansın % 33.6'sını açıklamaktadır. Deneyime açıklık alt boyutu haricinde her bir alt boyut beden algısı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Nevrotizm alt boyutunun bir birimlik değişiminde 1.170 oranında, dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde -0.863 oranında, yumuşak başlılık alt boyutunun bir birimlik değişiminde 0.385 oranında, sorumluluk alt boyutunun bir birimlik değişiminde ise -0.741 oranında değişiklikler meydana gelmektedir.

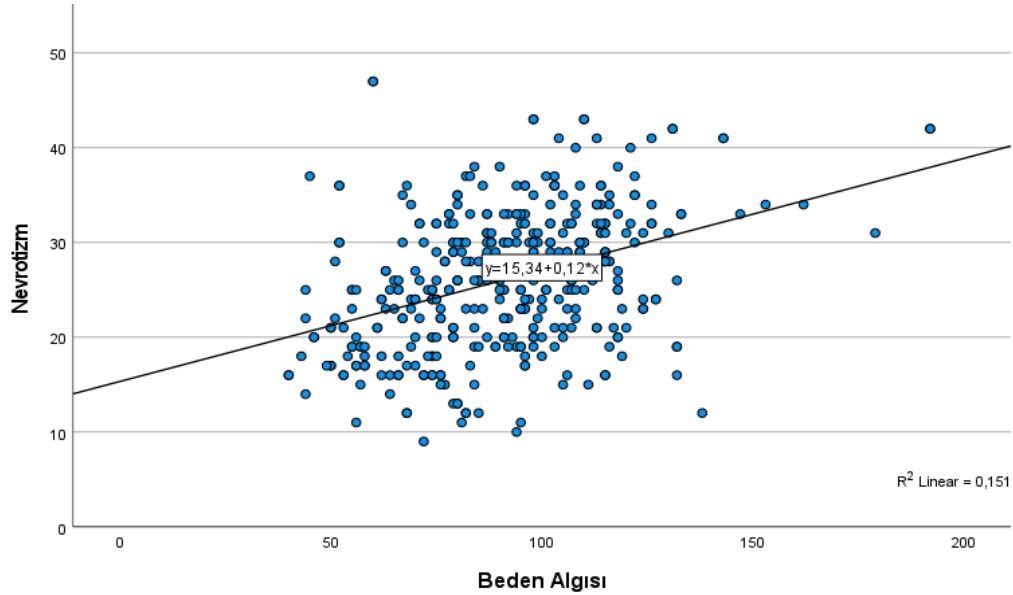
Tablo 74: Kişilik özellikleri ve beden algısı arasındaki çoklu regresyon analizi

sonuçları

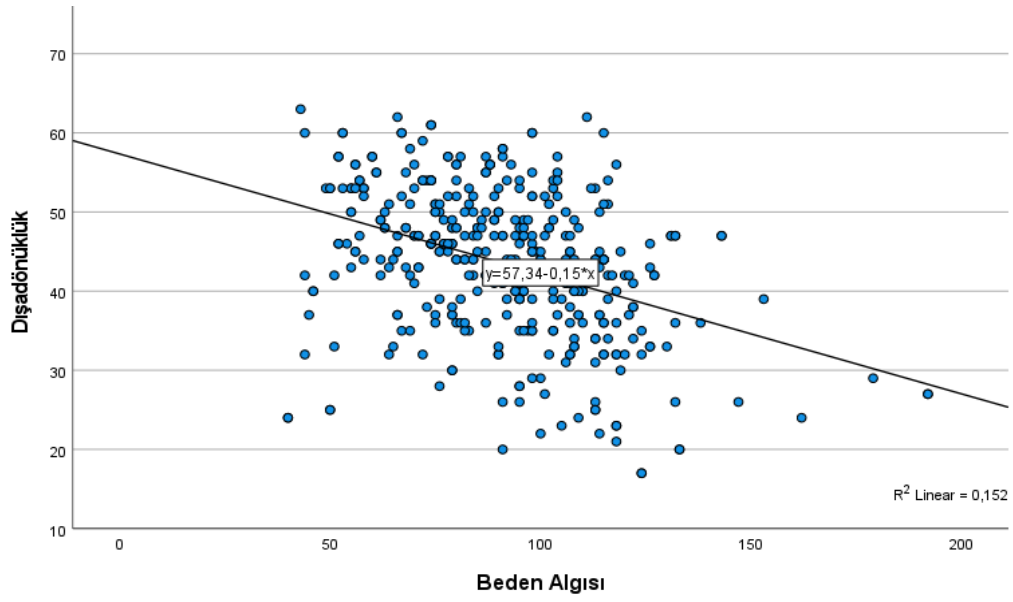
Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	1.170	.139	.355	8.407	.000**	1.068
Dışadönüklük	-.863	.125	-.355	-6.900	.000**	1.418
Deneyime Açıklık	.193	.158	.060	1.220	.223	1.437
Yumuşak Başlılık	.385	.111	.154	3.481	.001*	1.178
Sorumluluk	-.741	.134	-.245	-5.526	.000**	1.181
R=.587		R²=.344		Adj R²=.336		

*p<0.05; **p<0.001

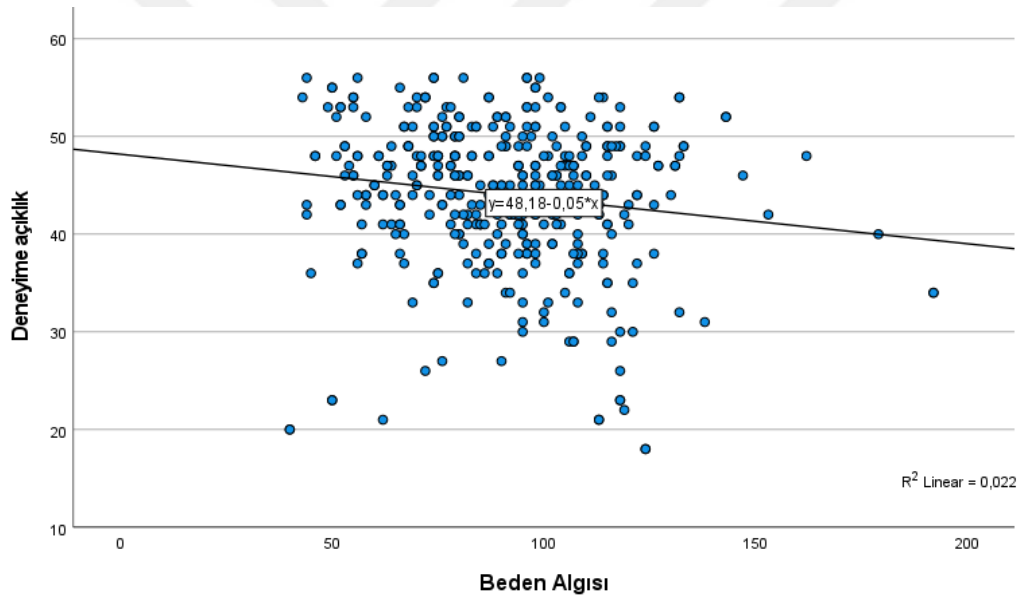
Grafik 12, 13, 14 ve 15 söz konusu ilişkileri göstermektedir.



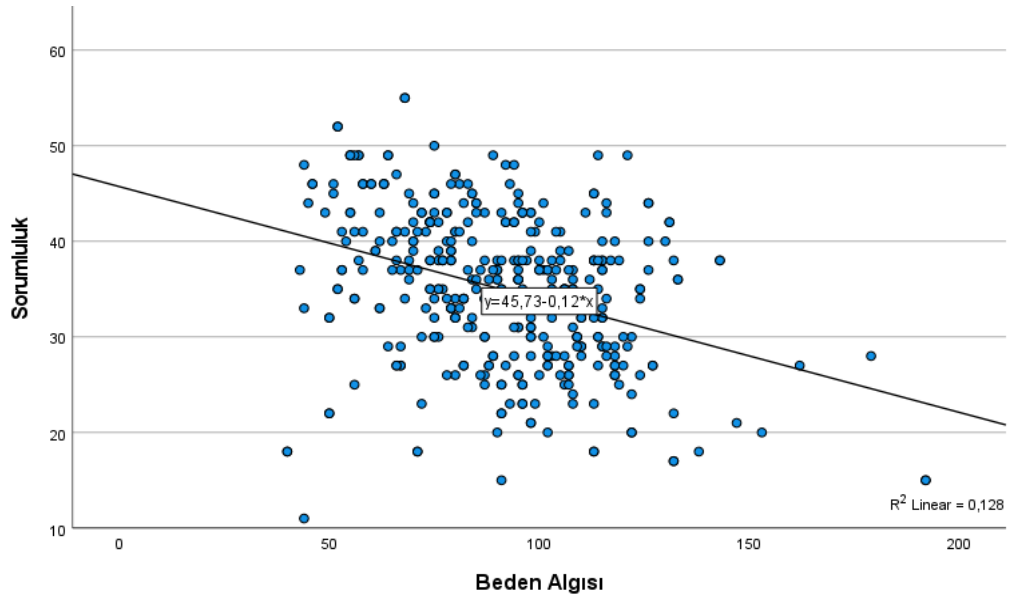
Grafik 12: Beden algısı ve nevrozizm değerleri arasındaki ilişki



Grafik 13: Beden algısı ve dışadönüklük değerleri arasındaki ilişki



Grafik 14: Beden algısı ve deneyime açıklık değerleri arasındaki ilişki



Grafik 15: Beden algısı ve sorumluluk değerleri arasındaki ilişki

Tablo 75 incelendiğinde;

- Ağırlık ile dışadönüklük ve yumuşak başlılık alt boyutları arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.14$; $r=-0.19$),
- Boy ile nevrotizm ve yumuşak başlılık alt boyutları arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.15$; $r=-0.18$),
- BKE ile dışadönüklük ve yumuşak başlılık alt boyutları arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.15$; $r=-0.13$),
- Göğüs çevresi ile dışadönüklük ve yumuşak başlılık alt boyutları arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.12$; $r=-0.15$),
- Bel çevresi ile dışadönüklük ve yumuşak başlılık alt boyutları arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.15$; $r=-0.15$),
- Kalça çevresi ile dışadönüklük alt boyutu arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.12$),
- Baldır çevresi ile dışadönüklük ve sorumluluk alt boyutları arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.15$; $r=-0.11$),
- Subscapular DKK ile dışadönüklük alt boyutu arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.13$),
- Supraspinele DKK ile deneyime açıklık alt boyutu arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.12$),
- Baldır DKK ile nevrotizm alt boyutu arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.18$) ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 75: Kişilik özellikleri ve antropometrik ölçümler arasındaki korelasyon analizi sonuçları

	Nevrotizm	Dışadönüklük	Deneyime Açıklık	Yumuşak Başlılık	Sorumluluk
Ağırlık	-.074	-.138**	-.069	-.193**	-.076
Boy	-.145**	-.039	-.056	-.179**	-.061
BKE	-.004	-.153**	-.042	-.130**	-.059
Göğüs Çevresi	-.091	-.120*	-.047	-.153**	-.036
Üst kol Çevresi	-.018	-.206**	-.029	-.130**	-.125*
Bel Çevresi	-.063	-.145**	-.080	-.147**	-.061
Kalça Çevresi	-.047	-.124*	.028	-.043	-.083
Baldır Çevresi	-.047	-.147**	.023	-.071	-.107*
Triceps DKK	.076	-.009	.020	.089	.001
Biceps DKK	.029	-.042	-.083	.015	-.028
Subscapular DKK	.003	-.131**	-.098	-.052	.052
Supraspinale DKK	.032	-.093	-.119*	-.009	.003
Baldır DKK	.178**	-.071	-.054	-.010	-.031

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 76’da kişilik özellikleri alt boyutları ile ağırlık değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının ağırlık değerlerindeki varyansın %5.5’ini açıkladığı görülmektedir. Nevrotizm, dışadönüklük ve yumuşak başlılık alt boyutları ağırlık değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Nevrotizm alt boyutunun bir birimlik değişiminde ağırlık skorunda -0.289 oranında, dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde ağırlık skorunda -0.241 oranında, yumuşak başlılık alt boyutunun bir birimlik değişiminde ağırlık skorunda -0.353 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 76: Çoklu regresyon analizine göre ağırlık değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.289	.110	-.132	-2.626	.009*	1.068
Dışadönüklük	-.241	.099	-.141	-2.435	.015*	1.418
Deneyime						
Açıklık	.129	.125	.060	1.034	.302	1.437
Yumuşak						
Başlılık	-.353	.087	-.213	-4.039	.000**	1.178
Sorumluluk	-.031	.106	-.016	-.294	.769	1.181
R=.259		R²=.067		Adj R²=.055		

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 77’de kişilik özellikleri alt boyutları ile boy değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının boy değerlerindeki varyansın %5.7’sini açıkladığı görülmektedir. Nevrotizm ve yumuşak başlılık alt boyutları boy değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Nevrotizm alt boyutunun bir birimlik değişiminde boy skorunda -0.290 oranında, yumuşak başlılık alt boyutunun bir birimlik değişiminde boy skorunda -0.235 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 77: Çoklu regresyon analizine göre boy değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.290	.073	-.199	-3.957	.000**	1.068
Dışadönüklük	-.018	.066	-.016	-.278	.781	1.418
Deneyime Açıklık	.016	.083	.011	.187	.852	1.437
Yumuşak Başlılık	-.235	.058	-.213	-4.045	.000**	1.178
Sorumluluk	-.052	.071	-.039	-.733	.464	1.181
R=.263		R²=.069		Adj R²=.057		

**p<0.001

Tablo 78’de kişilik özellikleri alt boyutları ile BKE değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının BKE değerlerindeki varyansın %2.9’unu açıkladığı görülmektedir. Dışadönüklük ve yumuşak başlılık alt boyutları BKE değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde BKE skorunda -0.076 oranında, yumuşak başlılık alt boyutunun bir birimlik değişiminde BKE skorunda -0.056 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 78: Çoklu regresyon analizine göre BKE değerleri ve kişilik özellikleri

arasındaki ilişki						
Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.024	.028	-.044	-.871	.384	1.068
Dışadönüklük	-.076	.025	-.179	-3.047	.002*	1.418
Deneyime						
Açıklık	.045	.032	.085	1.434	.152	1.437
Yumuşak						
Başlılık	-.056	.022	-.137	-2.550	.011*	1.178
Sorumluluk	.002	.027	.003	.058	.954	1.181
R=.204		R ² =.042		Adj R ² =.029		

*p<0.05

Tablo 79’da kişilik özellikleri alt boyutları ile göğüs çevresi değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının göğüs çevresi değerlerindeki varyansın %4.2’sini açıkladığı görülmektedir. Nevrotizm, dışadönüklük ve yumuşak başlılık alt boyutları göğüs çevresi değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Nevrotizm alt boyutunun bir birimlik değişiminde göğüs çevresi skorunda -0.198 oranında, dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde göğüs çevresi skorunda -0.158 oranında, yumuşak başlılık alt boyutunun bir birimlik değişiminde göğüs çevresi skorunda -0.199 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 79: Çoklu regresyon analizine göre göğüs çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.198	.073	-.138	-2.721	.007*	1.068
Dışadönüklük	-.158	.065	-.141	-2.420	.016*	1.418
Deneyime						
Açıklık	.091	.082	.065	1.108	.268	1.437
Yumuşak						
Başlılık	-.199	.058	-.184	-3.457	.001*	1.178
Sorumluluk	.020	.070	.015	.289	.773	1.181
R=.233		R²=.054		Adj R²=.042		

*p<0.05

Tablo 80’de kişilik özellikleri alt boyutları ile üst kol çevresi değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının üst kol çevresi değerlerindeki varyansın %6’sını açıkladığı görülmektedir. Dışadönüklük, deneyime açıklık ve yumuşak başlılık alt boyutları üst kol çevresi değerleri üzerinde anlamlı bir farklılığa sahiptir. Dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde üst kol çevresi skorunda -0.115 oranında, deneyime açıklık alt boyutunun bir birimlik değişiminde üst kol çevresi skorunda 0.085 oranında, yumuşak başlılık alt boyutunun bir birimlik değişiminde üst kol çevresi skorunda -0.061 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 80: Çoklu regresyon analizine göre üst kol çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.043	.030	-.071	-1.407	.160	1.068
Dışadönüklük	-.115	.027	-.243	-4.213	.000**	1.418
Deneyime						
Açıklık	.085	.034	.143	2.461	.014*	1.437
Yumuşak						
Başlılık	-.061	.024	-.133	-2.524	.012*	1.178
Sorumluluk	-.034	.029	-.062	-1.173	.241	1.181
R=.269		R²=.072		Adj R²=.060		

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 81’de kişilik özellikleri alt boyutları ile bel çevresi değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının bel çevresi değerlerindeki varyansın %3.6’sını açıkladığı görülmektedir. Nevrotizm, dışadönüklük ve yumuşak başlılık alt boyutları bel çevresi değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Nevrotizm alt boyutunun bir birimlik değişiminde bel çevresi skorunda -0.172 oranında, dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde bel çevresi skorunda -0.179 oranında, yumuşak başlılık alt boyutunun bir birimlik değişiminde bel çevresi skorunda -0.186 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 81: Çoklu regresyon analizine göre bel çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.172	.080	-.109	-2.155	.032*	1.068
Dışadönüklük	-.179	.072	-.146	-2.494	.013*	1.418
Deneyime						
Açıklık	.051	.091	.033	.559	.577	1.437
Yumuşak						
Başlılık	-.186	.063	-.156	-2.929	.004*	1.178
Sorumluluk	-.004	.077	-.003	-.056	.956	1.181
R=.220		R²=.049		Adj R²=.036		

*p<0.05

Tablo 82’de kişilik özellikleri alt boyutları ile kalça çevresi değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının kalça çevresi değerlerindeki varyansın %2.5’ini açıkladığı görülmektedir. Dışadönüklük ve deneyime açıklık alt boyutları kalça çevresi değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde kalça çevresi skorunda -0.186 oranında, deneyime açıklık alt boyutunun bir birimlik değişiminde kalça çevresi skorunda 0.191 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 82: Çoklu regresyon analizine göre kalça çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.104	.070	-.076	-1.495	.136	1.068
Dışadönüklük	-.186	.063	-.174	-2.962	.003*	1.418
Deneyime Açıklık	.191	.079	.143	2.413	.016*	1.437
Yumuşak Başlılık	-.061	.055	-.059	-1.096	.274	1.178
Sorumluluk	-.077	.067	-.061	-1.143	.254	1.181
		R=.192			R²=.037	Adj R²=.025

*p<0.05

Tablo 83'te kişilik özellikleri alt boyutları ile baldır çevresi değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının baldır çevresi değerlerindeki varyansın %3.9'unu açıkladığı görülmektedir. Dışadönüklük ve deneyime açıklık alt boyutları baldır çevresi değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde baldır çevresi skorunda -0.096 oranında, deneyime açıklık alt boyutunun bir birimlik değişiminde baldır çevresi skorunda -0.096 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 83: Çoklu regresyon analizine göre baldır çevresi değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.054	.032	-.086	-1.696	.091	1.068
Dışadönüklük	-.096	.028	-.197	-3.379	.001*	1.418
Deneyime						
Açıklık	.098	.036	.161	2.734	.007*	1.437
Yumuşak						
Başlılık	-.041	.025	-.087	-1.634	.103	1.178
Sorumluluk	-.044	.030	-.077	-1.443	.150	1.181
R=.226		R²=.051		Adj R²=.039		

*p<0.05

Tablo 84’te kişilik özellikleri alt boyutları ile subscapular DKK değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının subscapular DKK değerlerindeki varyansın %1.9’unu açıkladığı görülmektedir. Dışadönüklük ve sorumluluk alt boyutları subscapular DKK değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Dışadönüklük alt boyutunun bir birimlik değişiminde subscapular DKK skorunda -0.107 oranında, sorumluluk alt boyutunun bir birimlik değişiminde subscapular DKK skorunda 0.107 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 84: Çoklu regresyon analizine göre subscapular DKK değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	-.003	.051	-.003	-.057	.955	1.068
Dışadönüklük	-.107	.046	-.139	-2.354	.019*	1.418
Deneyime						
Açıklık	-.042	.057	-.043	-.729	.466	1.437
Yumuşak						
Başlılık	-.035	.040	-.047	-.878	.381	1.178
Sorumluluk	.107	.049	.118	2.194	.029*	1.181
R=.176			R²=.031		Adj R²=.019	

*p<0.05

Tablo 85’te kişilik özellikleri alt boyutları ile baldır DKK değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarının baldır DKK değerlerindeki varyansın %2.5’ini açıkladığı görülmektedir. Nevrotizm alt boyutu baldır DKK değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Nevrotizm alt boyutunun bir birimlik değişiminde baldır DKK skorunda 0.160 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 85: Çoklu regresyon analizine göre baldır DKK değerleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Nevrotizm	.160	.044	.184	3.593	.000**	1.068
Dışadönüklük	-.033	.040	-.049	-.826	.409	1.418
Deneyime						
Açıklık	-.029	.050	-.034	-.572	.567	1.437
Yumuşak						
Başlılık	.029	.035	.045	.833	.405	1.178
Sorumluluk	.010	.043	.013	.236	.813	1.181
R=.193			R²=.037		Adj R²=.025	

**p<0.001

Tablo 86’da beslenme alışkanlıkları alt boyutları ile beden algısı arasındaki korelasyon sonuçları bulunmaktadır. Veriler değerlendirildiğinde, beden algısı ile ŞKA ve YYD arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.14$; $r=0.10$) ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 86: Beslenme alışkanlıkları ve beden algısı arasındaki korelasyon analizi sonuçları

	ŞKÖ	ŞGO	ŞKA	YYD
Beden Algısı	-.011	-.017	.142**	.101*

* $p<0.05$; ** $p<0.001$

Tablo 87’de beslenme alışkanlıkları alt boyutları ile beden algısı arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, beslenme alışkanlıkları alt boyutları beden algısındaki varyansın %3’ünü açıkladığı görülmektedir. ŞKA ve YYD alt boyutları beden algısı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde beden algısı skorunda 0.787, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde beden algısı skorunda 0.689 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 87: Çoklu regresyon analizine göre beslenme alışkanlıkları ve beden algısı arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	-.025	.182	-.007	-.135	.893	1.240
ŞGO	-.219	.169	-.074	-1.299	.195	1.350
ŞKA	.787	.227	.182	3.462	.001*	1.139
YYD	.689	.278	.123	2.480	.014*	1.017
R=.199		R²=.040		Adj R²=.030		

* $p<0.05$

Tablo 88’de beslenme alışkanlıkları ile antropometrik ölçümler arasındaki Pearson korelasyon sonuçları bulunmaktadır. Verilere göre,

- Ağırlık ile ŞKÖ ve ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.29$; $r=0.22$),
- Ağırlık ile ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.36$),
- Ağırlık ile YYD arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=-0.21$),
- Boy ile ŞKÖ ve ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.24$; $r=0.15$),
- Boy ile YYD arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=-0.21$),
- BKE ile ŞKÖ ve ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.22$; $r=0.19$),
- BKE ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.54$),
- BKE ile YYD arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.18$),
- Göğüs çevresi ile ŞKÖ ve ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.25$; $r=0.24$),
- Göğüs çevresi ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.41$),
- Göğüs çevresi ile YYD arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=-0.24$),
- Üst kol çevresi ile ŞKÖ, ŞGO ve ŞKA arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.22$; $r=0.16$; $r=0.29$),
- Üst kol çevresi ile YYD arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.19$),
- Bel çevresi ile ŞKÖ ve ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.28$; $r=0.22$),
- Bel çevresi ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.36$),

- Bel çevresi ile YYD arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.24$),
- Kalça çevresi ile ŞKÖ ve ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.16$; $r=0.15$),
- Kalça çevresi ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.40$),
- Kalça çevresi ile YYD arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.14$),
- Baldır çevresi ile ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.11$),
- Baldır çevresi ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.34$),
- Baldır çevresi ile YYD arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.15$),
- Triceps DKK ve ŞKA arasında orta seviyede negatif eğilimli ($r=0.40$),
- Biceps DKK ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.37$),
- Subscapular DKK ile ŞKÖ ve ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.18$; $r=0.18$),
- Subscapular DKK ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.37$),
- Subscapular DKK ile YYD arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.14$),
- Supraspinale DKK ile ŞKÖ ve ŞGO arasında zayıf seviyede pozitif eğilimli ($r=0.22$; $r=0.14$),
- Supraspinale DKK ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.40$),
- Supraspinale DKK ile YYD arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.14$),
- Baldır DKK ve ŞKA arasında orta seviyede pozitif yönelimli ($r=0.35$),

Tablo 88: Beslenme alışkanlıkları ve antropometrik ölçümler arasındaki
korelasyon analizi sonuçları

	ŞKÖ	ŞGO	ŞKA	YYD
Ağırlık	.291**	.216**	.361**	-.212**
Boy	.242**	.153**	-.049	-.173**
BKE	.215**	.188**	.535**	-.176**
Göğüs Çevresi	.252**	.235**	.405**	-.240**
Üst kol Çevresi	.218**	.157**	.286**	-.185**
Bel Çevresi	.275**	.224**	.360**	-.238**
Kalça Çevresi	.163**	.150**	.402**	-.135**
Baldır Çevresi	.094	.111*	.338**	-.148**
Triceps DKK	-.024	.071	.395**	-.029
Biceps DKK	.012	.076	.370**	-.079
Subscapular DKK	.175**	.179**	.399**	-.141**
Supraspinale DKK	.218**	.140**	.395**	-.142**
Baldır DKK	.019	-.004	.353**	.038

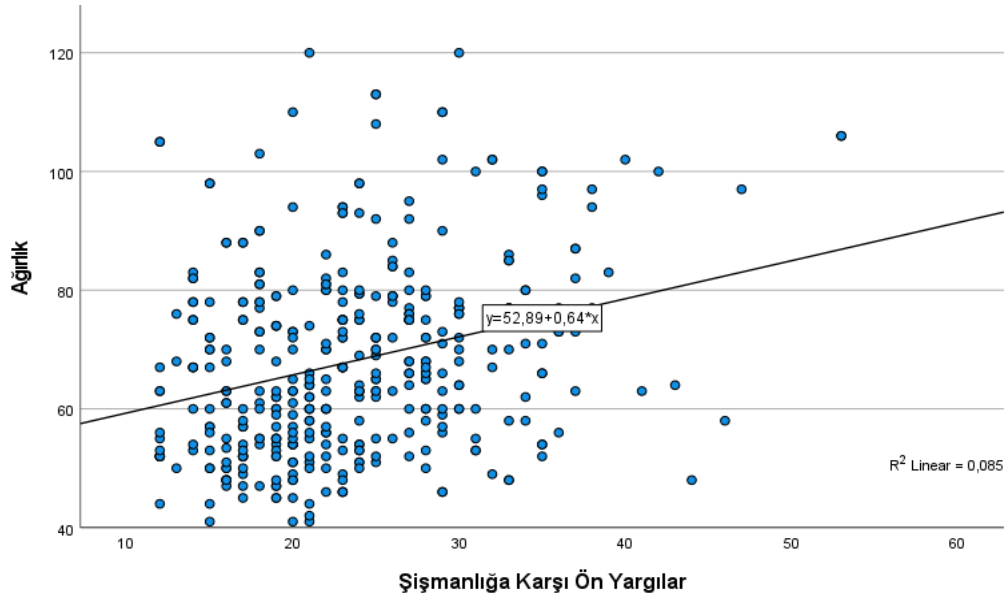
*p<0.05; **p<0.001

Tablo 89: Çoklu regresyon analizine göre ağırlık değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

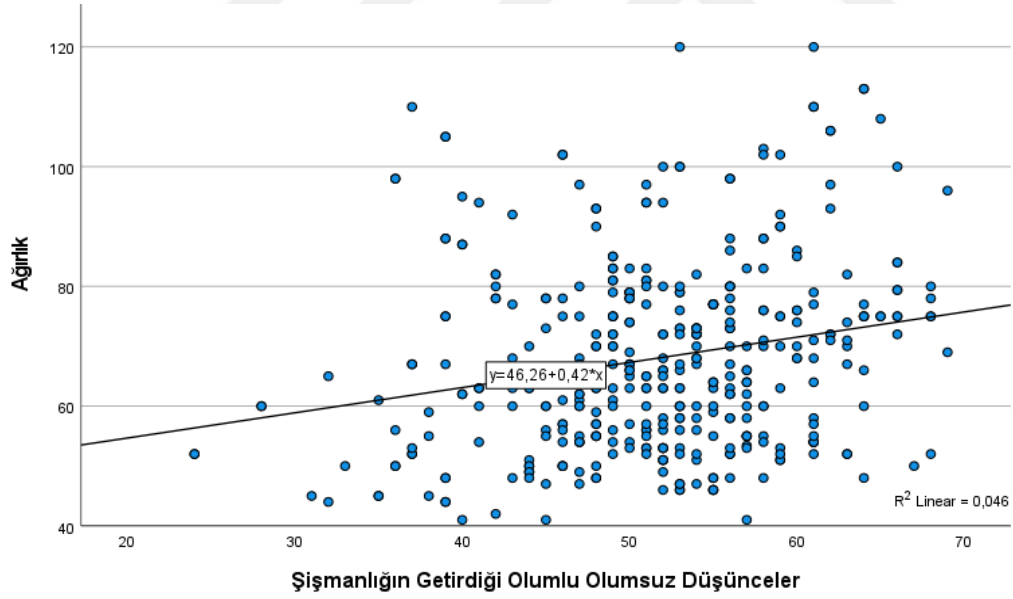
Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.497	.110	.225	4.535	.000**	1.240
ŞGO	.043	.101	.022	.428	.669	1.350
ŞKA	.845	.137	.295	6.189	.000**	1.139
YYD	-.636	.167	-.172	-3.812	.000**	1.017
R=.462			R²=.213		Adj R²=.205	

**p<0.001

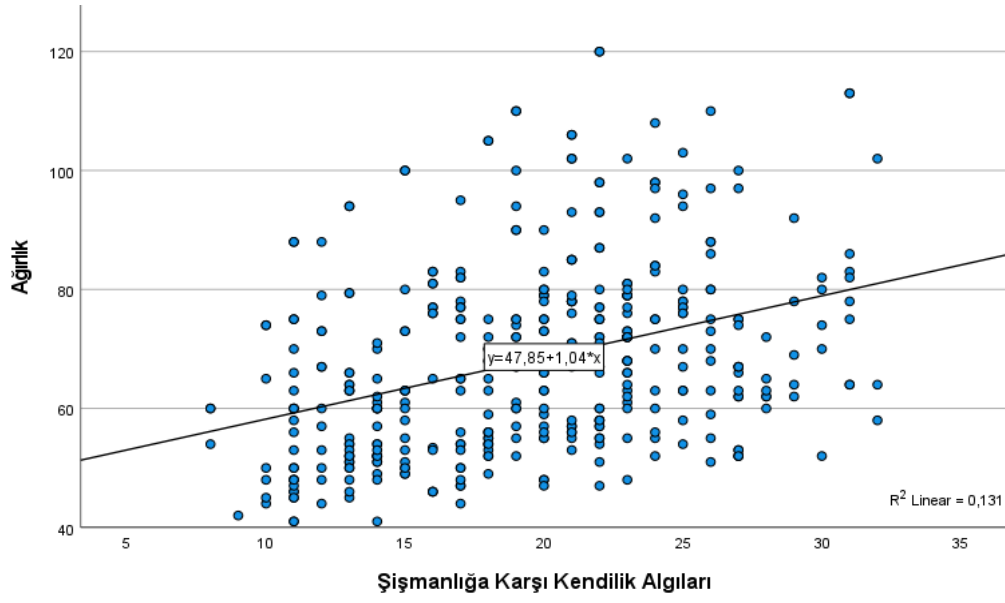
Tablo 89’da beslenme alışkanlıkları alt boyutları ile ağırlık değerleri arasındaki regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Veriler incelendiğinde, beslenme alışkanlıkları alt boyutlarının ağırlık değerlerindeki varyansın %21’ini açıkladığı görülmektedir. ŞKÖ, ŞKA ve YYD alt boyutları ağırlık değerleri üzerinde anlamlı bir fark oluşturmaktadır. ŞKÖ alt boyutunun bir birimlik değişiminde ağırlık skorunda 0.497 oranında, ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde ağırlık skorunda 0.845 oranında, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde ağırlık skorunda -0.636 oranında değişim meydana gelmektedir. Grafik 16, 17, 18 ve 19’da mevcut ilişkilerin yönünü görsel olarak görmek mümkündür.



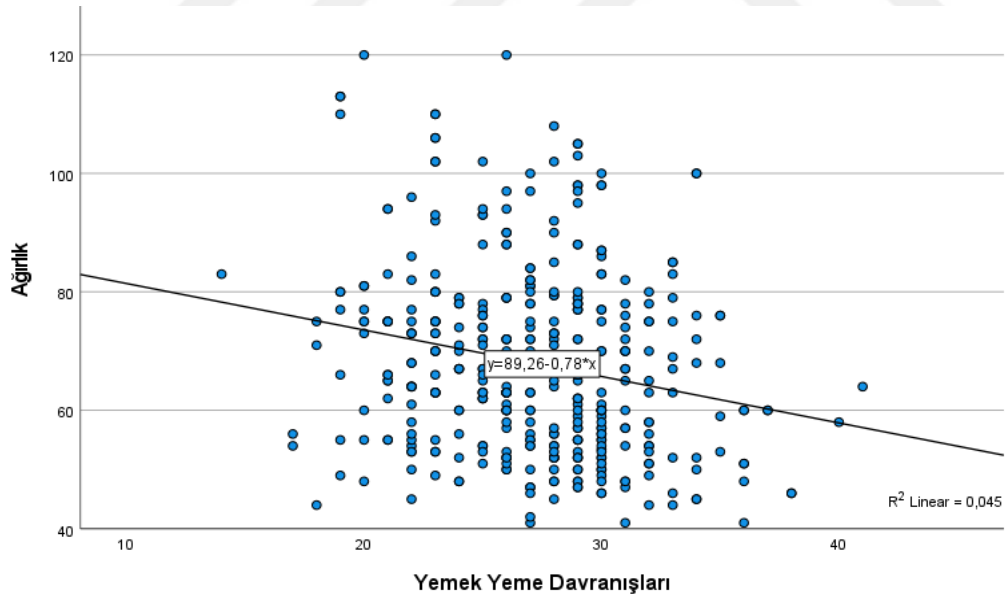
Grafik 16: Ağırlık değerleri ve şişmanlığa karşı ön yargılar arasındaki ilişki



Grafik 17: Ağırlık değerleri ve şişmanlığın getirdiği olumlu/olumsuz düşünceler arasındaki ilişki



Grafik 18: Ağırlık ve şişmanlığa karşı kendilik algıları arasındaki ilişki



Grafik 19: Ağırlık ve yemek yeme davranışları arasındaki ilişki

Tablo 90’da beslenme alışkanlıkları ve boy değerleri arasındaki regresyon analizi verileri bulunmaktadır. Veriler analiz edildiğinde, beslenme alışkanlıkları alt boyutlarının boy değerlerindeki varyansın %10’unu açıkladığı anlaşılmaktadır. ŞKÖ, ŞKA ve YYD, boy değerleri üzerinde anlamlı bir fark yaratmaktadır. ŞKÖ alt boyutunun bir birimlik değişiminde boy skorunda 0.316 oranında, ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde boy skorunda -0.273 oranında, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde boy skorunda -0.458 oranında değişim meydana gelmektedir.

Tablo 90: Çoklu regresyon analizine göre boy değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.316	.078	.215	4.059	.000**	1.240
ŞGO	.139	.072	.107	1.942	.053	1.350
ŞKA	-.273	.097	-.143	-2.817	.005*	1.139
YYD	-.458	.118	-.185	-3.868	.000**	1.017
	R=.328		R²=.107		Adj R²=.098	

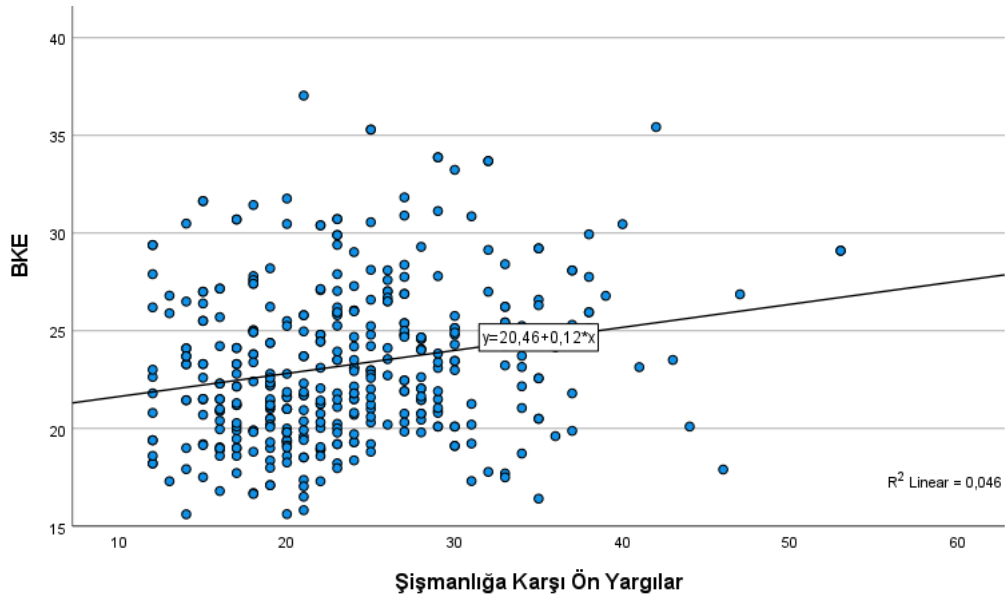
*p<0.05; **p<0.001

Tablo 91’de BKE ve beslenme alışkanlıkları alt boyutları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları BKE değerlerindeki varyansın %31’ini açıklamaktadır. ŞKÖ, ŞKA ve YYD alt boyutları BKE üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. ŞKÖ alt boyutunun bir birimlik değişiminde BKE skorlarında 0.077, ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde BKE skorlarında 0.364, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde ise BKE skorlarında - 0.104 oranında değişimler meydana gelmektedir. Grafikler 20, 21 VE 22’de mevcut ilişkilerin yönünü görsel olarak görmek mümkündür.

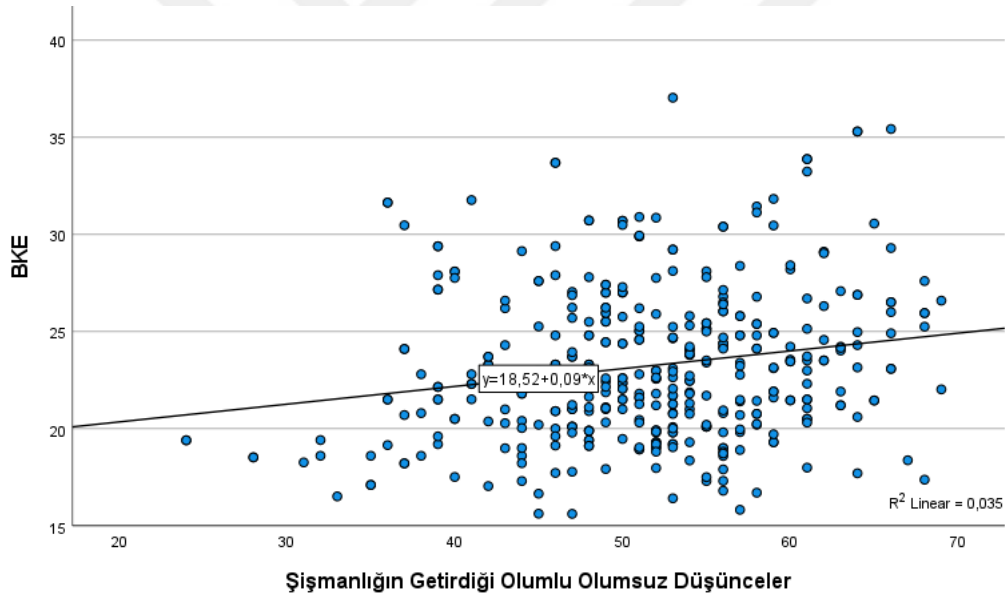
Tablo 91: Çoklu regresyon analizine göre BKE ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.077	.025	.140	3.030	.003*	1.240
ŞGO	-.019	.023	-.039	-.804	.422	1.350
ŞKA	.364	.032	.511	11.496	.000**	1.139
YYD	-.104	.039	-.113	-2.684	.008*	1.017
R=.562		R²=.316		Adj R²=.309		

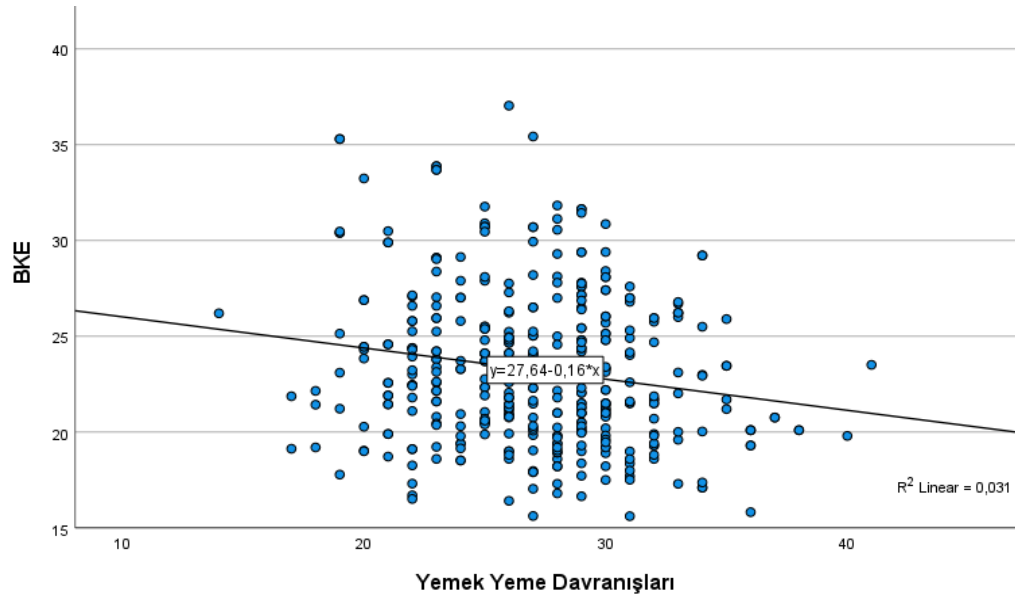
*p<0.05; **p<0.001



Grafik 20: BKE ve şişmanlığa karşı ön yargılar arasındaki ilişki



Grafik 21: BKE ve şişmanlığın getirdiği olumlu/olumsuz düşünceler arasındaki ilişki



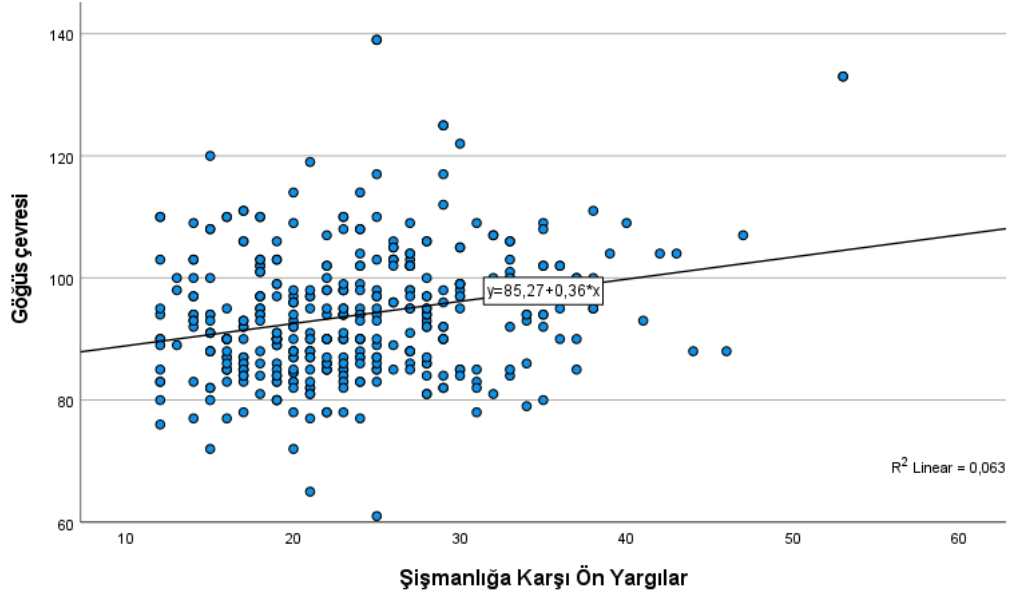
Grafik 22: BKE ve yemek yeme davranışları arasındaki ilişki

Tablo 92’de göğüs çevresi değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları göğüs çevresi değerlerindeki varyansın %23’ünü açıklamaktadır. ŞKÖ, ŞKA ve YYD, göğüs çevresi değerleri üzerinde anlamlı bir fark oluşturmaktadır. ŞKÖ alt boyutunun bir birimlik değişiminde göğüs çevresi skorlarında 0.236, ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde göğüs çevresi skorlarında 0.629, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde ise göğüs çevresi skorlarında -0.479 oranında değişimler meydana gelmektedir. Grafik 23, 24, 25 ve 26’da mevcut ilişkilerin yönünü görsel olarak görmek mümkündür.

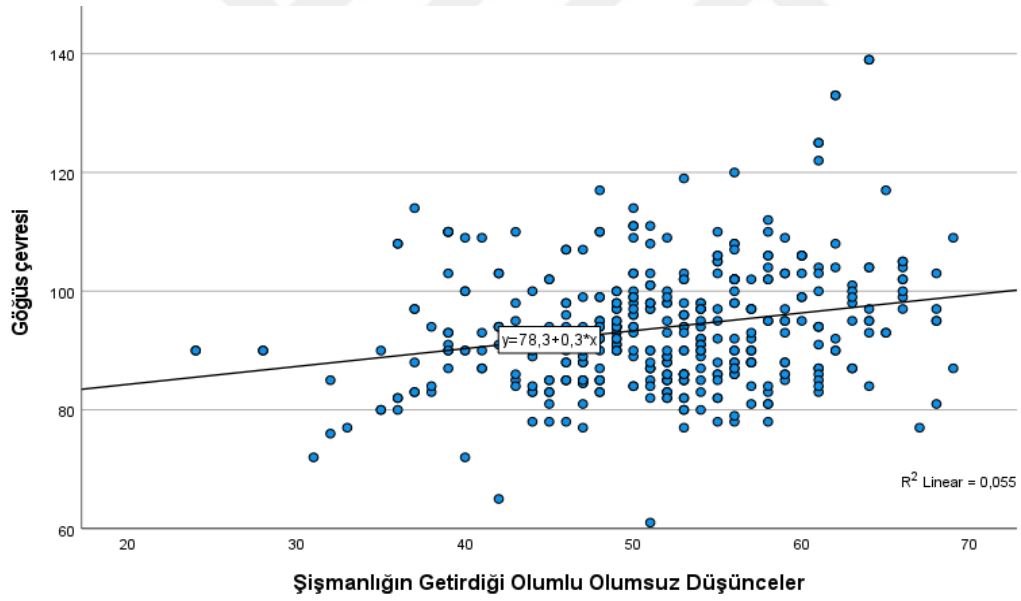
Tablo 92: Çoklu regresyon analizine göre göğüs çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.236	.071	.164	3.346	.001*	1.240
ŞGO	.072	.065	.056	1.097	.273	1.350
ŞKA	.629	.088	.335	7.156	.000**	1.139
YYD	-.479	.107	-.197	-4.456	.000**	1.017
R=.488			R²=.238		Adj R²=.230	

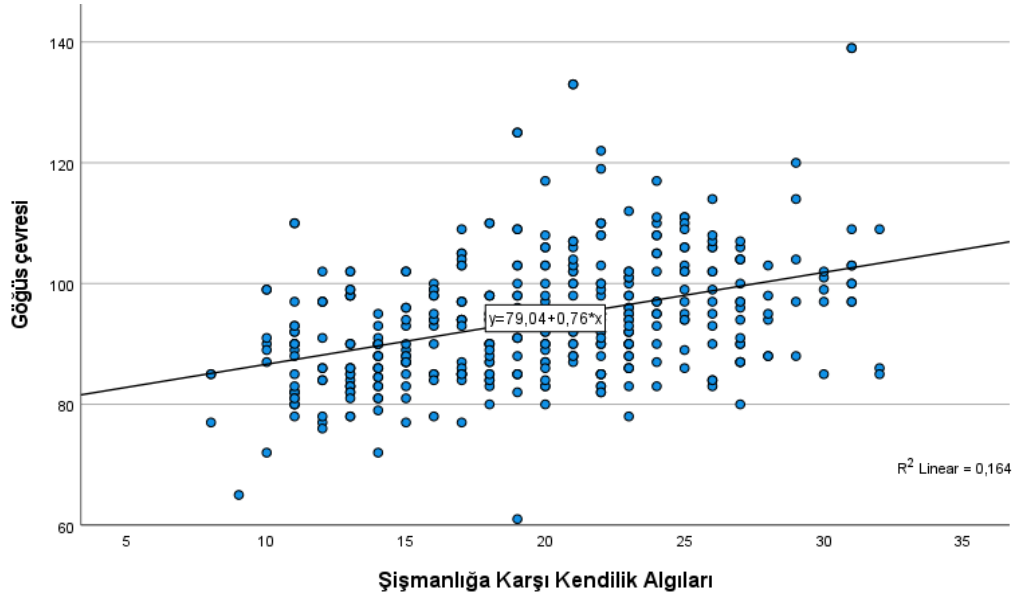
*p<0.05; **p<0.001



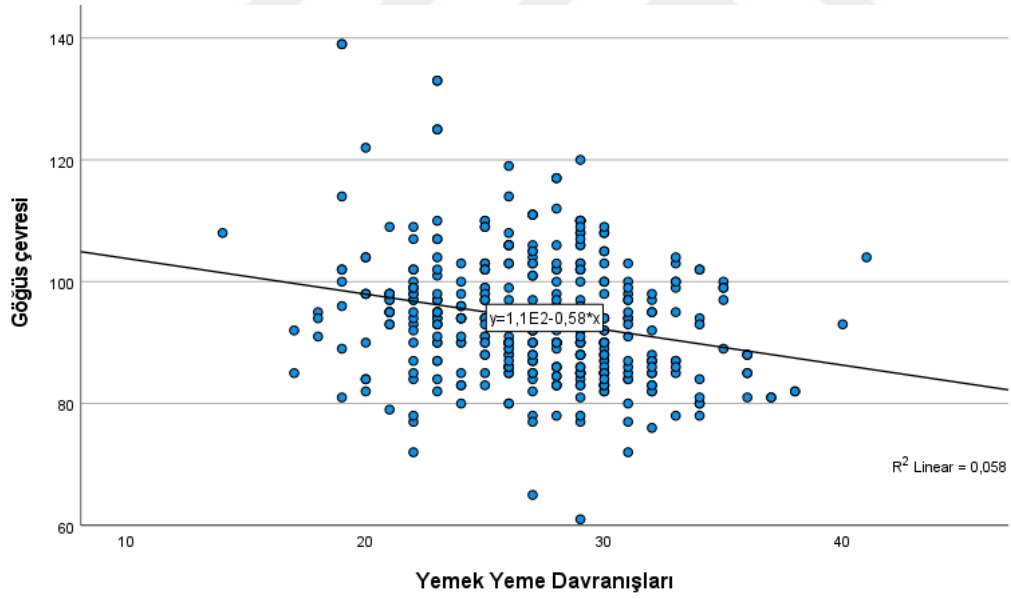
Grafik 23: Göğüs çevresi ve şişmanlığa karşı ön yargılar arasındaki ilişki



Grafik 24: Göğüs çevresi ve şişmanlığın getirdiği olumlu/olumsuz düşünceler arasındaki ilişki



Grafik 25: Göğüs çevresi ve şişmanlığa karşı kendilik algıları arasındaki ilişki



Grafik 26: Göğüs çevresi ve yemek yeme davranışları arasındaki ilişki

Tablo 93’te üst kol çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları üst kol çevresi değerlerindeki varyansın %13’ünü açıklamaktadır. ŞKÖ, ŞKA ve YYD, üst kol çevresi değerleri üzerinde anlamlı bir fark oluşturmaktadır. ŞKÖ alt boyutunun bir birimlik değişiminde göğüs çevresi skorlarında 0.103, ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde göğüs çevresi skorlarında 0.186, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde ise göğüs çevresi skorlarında -0.156 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 93: Çoklu regresyon analizine göre üst kol çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.103	.032	.170	3.261	.001*	1.240
ŞGO	.004	.029	.007	.128	.898	1.350
ŞKA	.186	.039	.236	4.726	.000**	1.139
YYD	-.156	.048	-.153	-3.235	.001*	1.017
R=.366		R²=.134		Adj R²=.125		

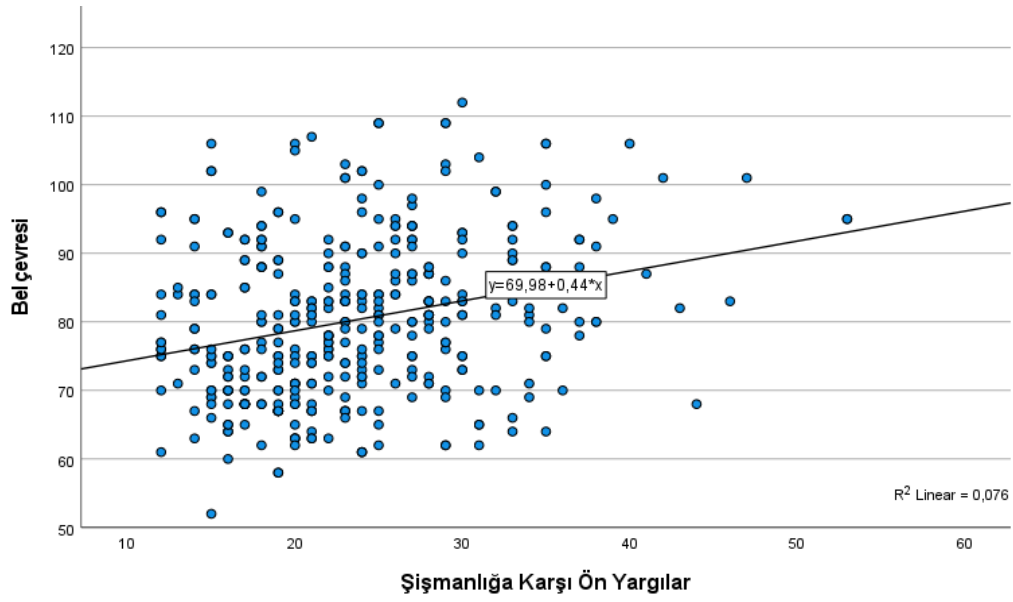
*p<0.05; **p<0.001

Tablo 94’te bel çevresi değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları bel çevresi değerlerindeki varyansın %21’ini açıklamaktadır. ŞKÖ, ŞKA ve YYD, bel çevresi değerleri üzerinde anlamlı bir fark oluşturmaktadır. ŞKÖ alt boyutunun bir birimlik değişiminde bel çevresi skorlarında 0.318, ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde bel çevresi skorlarında 0.592, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde ise bel çevresi skorlarında -0.531 oranında değişimler meydana gelmektedir. Grafik 27, 28, 29 ve 30’da mevcut ilişkinin yönünü görsel olarak görmek mümkündür.

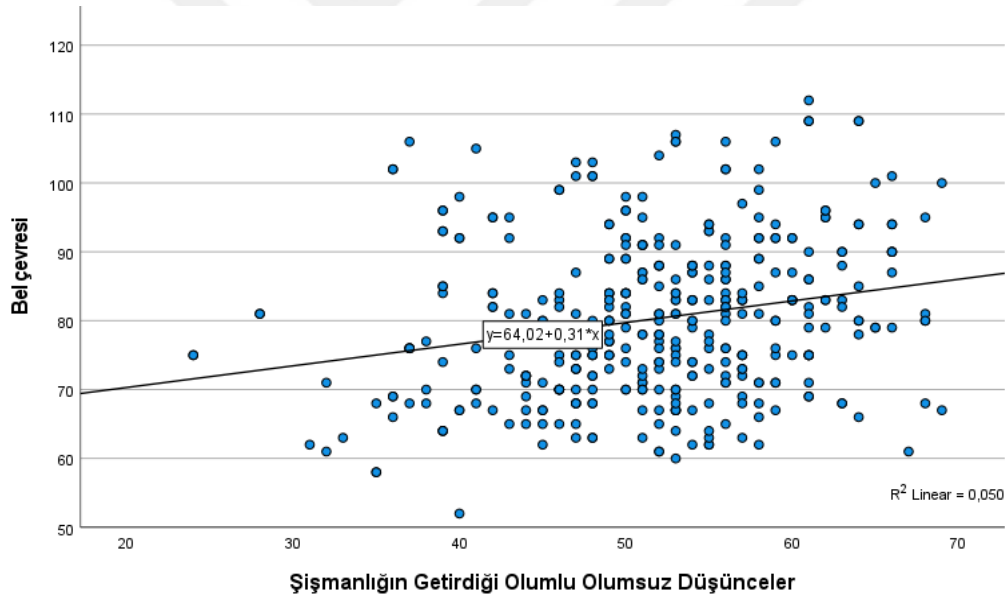
Tablo 94: Çoklu regresyon analizine göre bel çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.318	.079	.201	4.049	.000**	1.240
ŞGO	.062	.073	.044	.853	.394	1.350
ŞKA	.592	.098	.288	6.050	.000**	1.139
YYD	-.531	.120	-.200	-4.445	.000**	1.017
R=.465			R²=.216		Adj R²=.208	

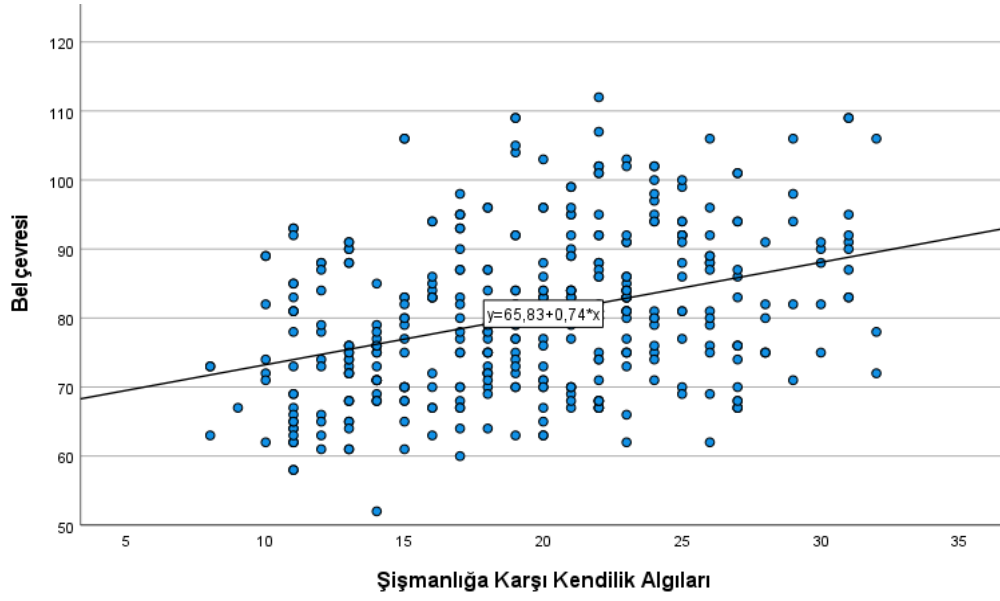
**p<0.001



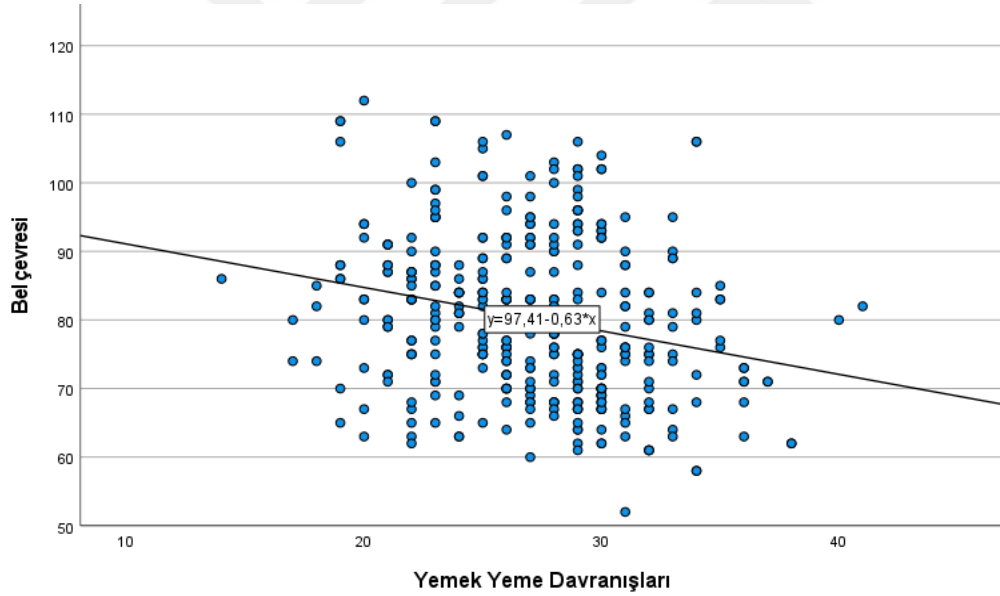
Grafik 27: Bel çevresi ve şişmanlığa karşı ön yargılar arasındaki ilişki



Grafik 28: Bel çevresi ve şişmanlığın getirdiği olumlu/olumsuz düşünceler arasındaki ilişki



Grafik 29: Bel çevresi ve şişmanlığa karşı kendilik algıları arasındaki ilişki



Grafik 30: Bel çevresi ve yemek yeme davranışları arasındaki ilişki

Tabloda kalça çevresi değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları kalça çevresi değerlerindeki varyansın %17'sini açıklamaktadır. ŞKÖ ve ŞKA, kalça çevresi değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. ŞKÖ alt boyutunun bir birimlik değişiminde kalça çevresi skorlarında 0.142, ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde ise kalça çevresi skorlarında -0.679 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 95: Çoklu regresyon analizine göre kalça çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.142	.070	.103	2.027	.043*	1.240
ŞGO	-.023	.065	-.019	-.352	.725	1.350
ŞKA	.679	.087	.380	7.807	.000**	1.139
YYD	-.201	.106	-.087	-1.895	.059	1.017
	R=.422		R²=.178		Adj R²=.170	

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 96’da baldır çevresi değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları baldır çevresi değerlerindeki varyansın %12’sini açıklamaktadır. ŞKA ve YYD, baldır çevresi değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde baldır çevresi skorlarında 0.262, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde ise baldır çevresi skorlarında -0.115 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 96: Çoklu regresyon analizine göre baldır çevresi ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.025	.033	.040	.762	.447	1.240
ŞGO	-.006	.030	-.010	-.187	.852	1.350
ŞKA	.262	.041	.321	6.408	.000**	1.139
YYD	-.115	.050	-.109	-2.303	.022*	1.017
	R=.357		R²=.127		Adj R²=.119	

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 97’de Triceps DKK değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları triceps DKK değerlerindeki varyansın %16’sını açıklamaktadır. ŞKA triceps DKK değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde triceps DKK skorlarında 0.505 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 97: Çoklu regresyon analizine göre triceps DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	-.077	.047	-.084	-1.636	.103	1.240
ŞGO	-.024	.044	-.030	-.558	.577	1.350
ŞKA	.505	.059	.421	8.588	.000**	1.139
YYD	.028	.072	.018	.393	.695	1.017
	R=.407		R²=.166		Adj R²=.157	

**p<0.001

Tablo 98’de Biceps DKK değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları biceps DKK değerlerindeki varyansın %13’ünü açıklamaktadır. ŞKA biceps DKK değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde biceps DKK skorlarında 0.394 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 98: Çoklu regresyon analizine göre biceps DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	T	p	VIF
ŞKÖ	-.034	.041	-.043	-.824	.410	1.240
ŞGO	-.021	.038	-.030	-.556	.578	1.350
ŞKA	.394	.051	.383	7.696	.000**	1.139
YYD	-.046	.063	-.035	-.739	.460	1.017
	R=.376		R²=.142		Adj R²=.133	

**p<0.001

Tablo 99’da subscapular DKK değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları subscapular DKK değerlerindeki varyansın %17’sini açıklamaktadır. ŞKÖ, ŞKA ve YYD subscapular DKK değerleri üzerinde anlamlı bir fark oluşturmaktadır. ŞKÖ alt boyutunun bir birimlik değişiminde subscapular DKK skorunda 0.101, ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde subscapular DKK skorlarında 0.472, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde subscapular DKK skorlarında -0.161 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 99: Çoklu regresyon analizine göre subscapular DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	T	p	VIF
ŞKÖ	.101	.050	.102	2.001	.046*	1.240
ŞGO	.015	.047	.017	.315	.753	1.350
ŞKA	.472	.063	.365	7.500	.000**	1.139
YYD	-.161	.077	-.096	-2.090	.037*	1.017
R=.424			R²=.180		Adj R²=.172	

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 100’de Supraspinale DKK değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları supraspinale DKK değerlerindeki varyansın %18’ini açıklamaktadır. ŞKÖ, ŞKA ve YYD supraspinale DKK değerleri üzerinde anlamlı bir fark oluşturmaktadır. ŞKÖ alt boyutunun bir birimlik değişiminde supraspinale DKK skorlarında 0.205, ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde supraspinale DKK skorlarında 0.565, YYD alt boyutunun bir birimlik değişiminde supraspinale DKK skorlarında -0.183 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 100: Çoklu regresyon analizine göre supraspinale DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.205	.059	.176	3.484	.001*	1.240
ŞGO	-.059	.054	-.057	-1.084	.279	1.350
ŞKA	.565	.073	.372	7.698	.000**	1.139
YYD	-.183	.090	-.093	-2.040	.042*	1.017
R=.436			R²=.190		Adj R²=.182	

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 101’de baldır DKK değerleri ve beslenme alışkanlıkları arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beslenme alışkanlıkları alt boyutları baldır DKK değerlerindeki varyansın %14’ünü açıklamaktadır. ŞGO ve ŞKA, baldır DKK değerleri üzerinde anlamlı bir fark oluşturmaktadır. ŞGO alt boyutunun bir birimlik değişiminde baldır DKK skorlarında -0.112, ŞKA alt boyutunun bir birimlik değişiminde baldır DKK skorlarında 0.465 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 101: Çoklu regresyon analizine göre baldır DKK ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
ŞKÖ	.011	.045	.013	.244	.807	1.240
ŞGO	-.112	.042	-.144	-2.666	.008*	1.350
ŞKA	.465	.056	.409	8.245	.000**	1.139
YYD	.130	.069	.088	1.877	.061	1.017
	R=.385			R²=.149	Adj R²=.140	

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 102’de beden algısı ile antropometrik ölçümler arasındaki Pearson korelasyon sonuçları bulunmaktadır. Verilere göre;

- Beden algısı ve ağırlık ölçümleri arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.13$),
- Boy ve beden algısı arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.17$),
- Göğüs çevresi ve beden algısı arasında zayıf seviyede negatif yönelimli ($r=-0.10$),
- Triceps DKK ve beden algısı arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.12$),
- Biceps DKK ve beden algısı arasında zayıf seviyede pozitif yönelimli ($r=0.15$) ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 102: Beden algısı ve antropometrik ölçümler arasındaki korelasyon analizi

sonuçları

	Beden Algısı
Ağırlık	-.129**
Boy	-.166**
BKE	-.047
Göğüs Çevresi	-.104*
Üst kol Çevresi	-.004
Bel Çevresi	-.037
Kalça Çevresi	-.016
Baldır Çevresi	-.031
Triceps DKK	.118*
Biceps DKK	.153**
Subscapular DKK	.042
Supraspinale DKK	.002
Baldır DKK	.096

*p<0.05; **p<0.001

Tablo 103'te ağırlık değerleri ve beden algısı arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beden algısı ağırlık değerlerindeki varyansın %1.4'ünü açıklamaktadır. Beden algısı, ağırlık değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Beden algısının bir birimlik değişiminde ağırlık skorlarında -0.085 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 103: Çoklu regresyon analizine göre ağırlık ve beden algısı arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Beden Algısı	-.085	.033	-.129	-2.590	.010*	1.000
		R=.129			R²=.017	Adj R²=.014

*p<0.05

Tablo 104'te boy değerleri ve beden algısı arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beden algısı boy değerlerindeki varyansın %2.5'ini açıklamaktadır. Beden algısı, boy değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Beden algısının bir birimlik değişiminde ağırlık skorlarında -0.073 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 104: Çoklu regresyon analizine göre boy ve beden algısı arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Beden Algısı	-.073	.022	-.166	-3.350	.001*	1.000
		R=.166			R²=.027	Adj R²=.025

*p<0.05

Tablo 105'te göğüs çevresi değerleri ve beden algısı arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beden algısı göğüs çevresi değerlerindeki varyansın %0.8'ini açıklamaktadır. Beden algısı, göğüs çevresi değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Beden algısının bir birimlik değişiminde göğüs çevresi skorlarında -0.045 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 105: Çoklu regresyon analizine göre göğüs çevresi ve beden algısı arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Beden Algısı	-.045	.022	-.140	-2.088	.037*	1.000
R=.104		R²=.011		Adj R²=.008		

*p<0.05

Tablo 106’da triceps DKK ve beden algısı arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beden algısı triceps DKK değerlerindeki varyansın %1.1’ini açıklamaktadır. Beden algısı, triceps DKK değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Beden algısının bir birimlik değişiminde triceps DKK skorlarında 0.033 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 106: Çoklu regresyon analizine göre triceps DKK ve beden algısı arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Beden Algısı	.033	.014	.118	2.371	.018*	1.000
R=.118		R²=.014		Adj R²=.011		

*p<0.05

Tablo 107’de biceps DKK ve beden algısı arasındaki regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Verilere göre beden algısı biceps DKK değerlerindeki varyansın %2.1’ini açıklamaktadır. Beden algısı, biceps DKK değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahiptir. Beden algısının bir birimlik değişiminde biceps DKK skorlarında 0.037 oranında değişimler meydana gelmektedir.

Tablo 107: Çoklu regresyon analizine göre biceps DKK ve beden algısı arasındaki ilişki

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p	VIF
Beden Algısı	.037	.012	.153	3.094	.002*	1.000
		R=.153	R ² =.023		Adj R ² =.021	

*p<0.05

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4. TARTIŞMA

4.1. Cinsiyet ve Kişilik

Dünya üzerindeki en temel, belirgin ve yaygın farklılık, biyolojik anlamda eril veya dişil olma durumudur. İnsanın inşa ettiği toplumsal yapı içerisinde de bu temel farklılığın izleri net olarak gözlenebilmektedir. Biyolojik farklılıkların yanı sıra insanlık tarihi boyunca oluşan veya oluşturulan sosyal farklılıklar da cinsiyetler arasında bakış açısı, tutum, tavır, davranış ve kişilik yapısı anlamında ayrımlara sebep olmuştur. Bu ayrımların oluşum sebeplerini açıklamak için birçok kuram geliştirildiği gibi farklılıkları ortaya koyan çalışmalar da literatürde mevcuttur. Bu kapsamda gerçekleştirilen ilk çalışma Maccoby ve Jacklin'in (1974) erkekleri kadınlara oranla daha az endişeli ve daha iddialı buldukları araştırmadır. Devam eden yıllarda, birçok araştırmada erkeklerin daha iddialı ve risk alabilen, kadınların ise daha kaygılı ve şefkatli oldukları sonuçları elde edilmiştir (Feingold, 1994; Lynn ve Martin, 1997; Kring ve Gordon, 1998; Byrnes ve ark., 1999).

Bu çalışmada da beklenildiği gibi kişiliğin cinsiyetler arasında farklılıklar gösterdiği anlaşılmaktadır. Erkek öğrencilere göre; Ankara Üniversitesi'ndeki kadın öğrencilerin nevrotizm ve yumuşak başlılık ortalamaları, Başkent Üniversitesi'ndeki kadın öğrencilerin dışadönüklük ve yumuşak başlılık ortalamaları daha fazladır. Örneklem birlikte değerlendirildiğinde ise kadın öğrencilerin nevrotizm, dışadönüklük, yumuşak başlılık ve deneyime açıklık ortalamalarının daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Çalışmamızın bulgularına benzer olarak Soba ve arkadaşlarının (2019: 37) üniversite öğrencileri üzerine gerçekleştirdikleri çalışmada, kadın öğrencilerin dışadönüklük ve yumuşak başlılık ortalamalarının fazla olduğu tespit edilmiş, iletişime açık ve hiyerarşik yapıda çalışmaya yatkın oldukları değerlendirilmiştir.

Çalışmamızda sorumluluk alt boyutunun cinsiyetler arasında farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Ancak farklı olarak Soba ve arkadaşları (2019: 37) kadın öğrencilerin sorumluluk ortalamalarının daha fazla olduğu sonucuna ulaşmış ve kadın öğrencileri başarıya ulaşma potansiyeli daha yüksek olarak değerlendirmiştir. Benzer şekilde Serinikli (2021: 23), Polatçı ve Sobacı'nın (2014: 59) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği çalışmaya göre de kadın öğrencilerin sorumluluk ortalamaları erkek öğrencilere göre daha fazladır. Sarı ve Dikici'nin (2021: 53) çalışmasında ise farklı olarak erkek öğrencilerin sorumluluk ortalamalarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ancak çalışmamıza benzer olarak sorumluluk boyutunun cinsiyetler arasında önemli bir farklılık göstermediği pek çok çalışma da mevcuttur (Chapman ve ark., 2007, Rahmani ve Lavasani, 2012, Tatlılıoğlu, 2014, İçerli ve Aksu, 2019, Yenilmez ve Akman, 2023).

Costa ve arkadaşları (2001: 326), 24 farklı kültürden üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdikleri araştırmada çalışmamıza benzer olarak nevrozizm ve yumuşak başlılık özelliklerinin kadınlarda daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Daha pek çok çalışmada da bu verileri destekleyecek sonuçlara ulaşılmıştır. Tatlılıoğlu (2014) ve Kaya (2017), kadınların nevrozizm değerlerinin; Rahmani ve Lavasani (2012), Vecchiane ve arkadaşları (2012) ise kadınların yumuşak başlılık değerlerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Goodwin ve Gotlib (2004), Weisberg ve arkadaşları (2011) hem nevrozizm hem de yumuşak başlılık değerlerinin erkeklere oranla kadınlarda daha fazla olduğu sonuçlarını elde etmişlerdir. Bu araştırmaların aksine Merdan (2013: 150), Serinikli (2021: 23), Akbolat ve Karakaya (2016: 195) erkeklerin yumuşak başlılık ortalamalarının kadınlara oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Nevrotizm; kaygı, stres, huzursuzluk, sinir ve karamsarlık gibi negatif duygularla ilişkilendirilmekte, beraberinde kaygı bozukluğu ve depresyon yatkınlığını getirmektedir. Depresyon ve kaygı bozukluğuna yönelik yapılan çalışmalar da bu verileri destekler niteliktedir. Ünal ve arkadaşları (2002), 2024 kişi ile gerçekleştirdikleri çalışmada kadınların erkeklere oranla daha fazla depresif özellikler gösterdiklerini tespit etmişlerdir. Daha da önemlisi kadın olmak birçok kaynakta; genetik yapı, eğitim düzeyinin düşüklüğü, kötü çevresel etkenlerin yanı sıra depresyona sebep olan risk faktörü olarak değerlendirilmektedir (Akiskal, 1992; Swindle ve ark., 1998). Ancak Yıldız'ın (2016), üniversite öğrencilerine yönelik araştırmasında, kadın öğrencilerin yaşam doyum seviyelerinin erkek öğrencilere göre da fazla olduğu, daha az depresif özellikler gösterdikleri tespit edilmiştir.

Yumuşak başlılık (uyumluluk) özelliğine ise, alçakgönüllü, anlayışlı, merhametli, kibar, işbirlikçi, arkadaş canlısı olma gibi pozitif özellikler atfedilmektedir. Toplumun kadına biçtiği, anne olarak kendini feda etme, ailenin toparlayıcı parçası olma, tartışmaktan kaçınarak bütünleştirici rol üstlenme gibi bu ve buna benzer pek çok özellik de kadınların erkeklere oranla daha uyumlu özellikler göstermesine sebebiyet vermektedir. Yukarıda da bahsedildiği üzere literatürdeki pek çok çalışma da bu durumu destekleyici sonuçlar sunmaktadır. Örneğin Çapan (2019: 47), üniversite öğrencileriyle gerçekleştirdiği çalışmada kadın öğrencilerin daha merhametli olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Çalışmamıza benzer olarak; Goodwin ve Gotlib (2024: 138), Aliyev (2008: 45), Weisberg ve arkadaşları (2011: 9), Polatçı ve Sobacı (2014: 59), kadınların dışadönüklük ortalamalarının erkeklere göre daha fazla olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Rahmani ve Lavasani (2012), Vecchione ve arkadaşları (2012), yine çalışmamıza benzer şekilde,

kadın öğrencilerin erkek öğrencilere oranla deneyime açıklık ortalamalarının daha fazla olduğu sonucunu elde etmişlerdir.

Cinsiyetler arasındaki kişilik farklılıklarına vurgu yapan çalışmaların yanı sıra Yenilmez ve Akman (2023: 155), bu iki değişken arasında anlamlı bir farka ulaşamadıklarını belirtmektedir. Modernleşen ve toplumsal cinsiyet rollerinin yavaş da olsa aşınmaya başladığı günümüzde kişilik özelliklerinin cinsiyetlere göre farklılık göstermemesi anlaşılabilir bir sonuç olacaktır. Ancak beklenmeyen bir bulgu olarak kadın ve erkeklerin eşit şartlara sahip olduğu toplumlarda, cinsiyetler arasındaki kişilik farklılıklarının daha büyük olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Costa ve ark., 2001; McCrae, 2002). Schmitt ve arkadaşları da (2008: 174), 55 ülkeye yönelik gerçekleştirdikleri çalışmada, beklenmedik bir şekilde ve benzer olarak, cinsiyetler arasındaki kişilik farklılıklarının Batı'ya doğru gidildikçe arttığını tespit etmişlerdir. Bu durum evrimsel teorilerle açıklanmaya çalışılmaktadır. Teorilere göre, modern toplum daha eşitlikçi hale geldikçe doğuştan getirilen cinsiyet farklılıklarının ortaya çıkma olasılıkları artmaktadır (Schmitt, 2008:179). Ancak eleştiriye çok açık olan bu sonuçlar çok daha kapsamlı araştırmalarla incelenmelidir.

4.2. Cinsiyet ve Beslenme Alışkanlıkları

Ekonomik yetersizlikler, yurt şartları, kültürel farklılıklar, kişisel bakış açısı, toplumsal cinsiyet rolleri, sosyal medya etkisi, ailenin ve arkadaşların beslenme modeli gibi birçok farklı unsur sebebiyle ülkemizde yeterli ve dengeli beslenme konusunda en riskli gruplardan biri üniversite öğrencileridir. Beslenme alışkanlıkları, özellikle gençlerde, ihtiyaçlar doğrultusunda şekillenmekten ziyade estetik görünme kaygısının gölgesinde kalmaktadır (Kundakçı, 2005: 2). Toplumun kadın güzelliğine verdiği önem nedeniyle estetik kaygının daha çok kadınlarda görüldüğü ve bu görülme sıklığının giderek arttığı da yapılan çalışmalarla desteklenmektedir (Turnbull ve ark., 1996: 709;

Szweda ve Thorne, 2002: 114). Beslenme alışkanlıklarının da bu ekseninde şekillenmesi beklenmektedir. Çalışmamızda da benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Ankara Üniversitesi'ndeki erkek öğrencilerde şişmanlığa karşı ön yargıların ve şişmanlığın getirdiği olumlu/olumsuz düşüncelerin daha fazla olduğu, kadın öğrencilerde ise şişmanlık düşüncesiyle yemek yeme davranışlarının daha fazla değişkenlik gösterdiği görülmüştür. Başkent Üniversitesi'ndeki sonuçlara göre ise erkek öğrencilerin şişmanlığa karşı ön yargıları daha fazladır. Genel olarak değerlendirildiğinde erkek öğrencilerin şişmanlığa karşı ön yargılarının ve şişmanlığın getirdiği olumlu/olumsuz düşüncelerinin daha fazla olduğu, kadın öğrencilerin ise şişmanlık düşüncesiyle yemek yeme davranışlarının daha fazla değişkenlik gösterdiği sonuçlarına ulaşılmıştır. Çalışmamıza benzer olarak Kundakçı (2005: 63), Tuğay (2019: 59), Kahraman ve arkadaşları (2020: 310) erkek öğrencilerin şişmanlığa karşı ön yargılarının daha fazla olduğunu tespit etmişlerdir. Erkek öğrencilerin şişmanlığa karşı daha ön yargılı ve daha az toleransa sahip olmaları bir kez daha estetik kaygının kadınlara yöneldiğini ve bu kaygının beslenme örüntülerine de yansıdığını göstermektedir.

Çalışmamızdan farklı olarak ise, Kundakçı (2005: 67), Kahraman ve arkadaşları (2020: 310) kadın öğrencilerin şişmanlığa karşı olumlu/olumsuz düşüncelerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Aynı zamanda Tuğay (2019: 59), şişmanlığa karşı kendilik algısı alt boyutunun da kadın öğrencilerde daha fazla olduğunu tespit etmiştir.

Toplumun oluşturduğu şişmanlığa yönelik ön yargı beraberinde beslenme modelleri de yaratmaktadır. Örneğin Shaw'ın (1998: 856) çalışmasında, kadınların erkeklere oranla vücutlarına yönelik daha fazla endişe duydukları ve kahvaltı öğünü atlamayı bir kilo kontrol stratejisi olarak gördükleri ortaya çıkmıştır.

Şişmanlığa karşı ön yargı ve obezite ayrımcılığı son 10 yılda %66 oranında artış göstermiş ve neredeyse ırka dayalı ayrımcılıkla aynı oranlarda karşımıza çıkar hale

gelmiştir (OBrien ve ark., 2012: 1). Benzer şekilde Andreyeva ve arkadaşlarının (2007: 1129) çaişmalarında da obez bireylerin normal kilodakilere göre %40-50 oranında daha fazla ayrımcılığa uğradıkları belirtilmiştir. Bu durum da beraberinde çarpık beden algısı, yeme bozuklukları, sosyal anksiyete gibi olumsuz durumları getirmektedir.

4.3. Cinsiyet ve Beden Algısı

Beden algısı, kişinin mevcut fiziksel özellikleriyle ilişkili olmayan subjektif bir değerlendirme olup kişinin kendini nasıl algıladığıyla ilişkilidir (Ata ve ark., 2014: 75). Bu kavram, kişinin zihninde oluşan sabit bir düşünceden ziyade birey, beden ve sosyal çevre arasındaki dinamik ilişkiyi temsil eder (Calogero ve Thompson, 2010: 3) ve yapılan çalışmalara göre erkekler ve kadınlar, vücutlarını değerlendirme konusunda farklı eğilimler göstermektedir (Halliwell ve Dittmar, 2003: 679-680). Örneğin; kadınların vücutlarına dair daha parçalı ve bölümlere ayrılmış görüşlere (saçlarımı beğenmiyorum vb.), erkeklerin ise daha bütüncül görüşlere (ne kadar hızlı koşuyorum gibi) sahip oldukları görülmektedir (Calogero ve Thompson, 2010: 4). Bununla birlikte bazı araştırmalar kadınların bedenleri hakkında daha fazla dışsal gözlemi benimsediklerini göstermektedir (Eck, 2003: 697-699). Genel kanı, bu farklılıkların toplumsal cinsiyet rollerinden kaynaklandığı ve kadınların vücutlarına yönelik daha olumsuz tutuma sahip olduğu yönündedir.

Çalışmamızda da benzer şekilde Ankara Üniversitesi ve örneklemimizin tamamı değerlendirildiğinde beden memnuniyetsizliklerinin kadın öğrencilerde daha fazla olduğu görülmektedir. Başkent Üniversitesi'nde ise beden algısı özelinde cinsiyetler arasında herhangi bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Literatür incelendiğinde de hem kadınların daha olumsuz beden algısına sahip olduğu hem de bedene, estetiğe ve beden algısına yönelik yapılan çalışmaların çoğunlukla

kadını merkeze aldığı görülmektedir. Bourdieu (2018: 22-23), bedenin toplumsallaşması olarak tabir ettiği bu durumu erkeklerin kadınlar ve kadın bedeni üzerinde kurduğu keyfi tahakküm ve cinsiyetler arasındaki farklılıkları inşa eden bir program olarak tanımlamaktadır. Toplumun estetik, güzel, alımlı, zarif, bakımlı gibi pek çok sıfatı kadın tanımlaması ve aktarması, çalışmamızda olduğu gibi kadınların özellikle bu tarz konularda endişe duymalarına sebep olmuştur. Bu durumu kanıtlayacak birçok örnek çalışmadan da bahsetmek mümkündür.

Merten ve arkadaşlarının (1990: 48), lise öğrencilerine yönelik gerçekleştirdikleri çalışmada genç kadınların daha depresif oldukları, olumsuz beden algısı ve güvensizliğe sahip oldukları görülmektedir. Çok (1990: 411), 555 öğrenci ile gerçekleştirdiği çalışmasında erkeklerin bedenlerine yönelik memnuniyet seviyelerinin kadınlardan daha fazla olduğunu tespit etmiştir. Kuchler ve Variyam (2003: 858), erkeklerin kadınlara nazaran aşırı kilolarını fark etmeme olasılıklarının daha fazla olduğunu tespit etmiş; Cash ve arkadaşları (2004: 284) erkeklerin kadınlara göre bedenlerini daha fazla beğendikleri sonucuna ulaşmışlardır. Göksan (2007: 32) ise benzer olarak kadın öğrencilerin bedenlerinden daha memnuniyetsiz olduğu sonucunu elde etmiştir.

Slater ve Tiggeman (2010: 45-46), 714 genç ile gerçekleştirdikleri çalışmada kadınların erkeklerden daha fazla beden denetimi yaptıklarını ve bedenlerinden utandıklarını tespit etmişlerdir. Esnaola ve arkadaşları (2010: 26); 1259 ergen, yetişkin ve yaşlı birey ile gerçekleştirdikleri çalışmalarında ise kadınların erkeklerden daha fazla beden algısıyla ilgili olumsuz duygulara sahip olduğunu ve daha çok çevre baskısına maruz kaldıklarını ifade ettikleri sonuçlara ulaşmışlardır.

Bu çalışmaların yanı sıra Güler (2015: 73), Önal ve arkadaşları (2019: 549) üniversite öğrencilerine yönelik gerçekleştirdikleri çalışmalarında kadınların bedenlerinden ve kilolarından daha memnuniyetsiz oldukları sonuçlarına ulaşmışlardır.

Literatüre bakıldığında, sonuçların genellikle kadınların aleyhinde olduğu görülmektedir. Toplumun güzellik algısını kadın üzerinden kurgulaması, toplumsal cinsiyet rolleri ve sosyal medya etkisi gibi pek çok sebep bu sonucu doğurmaktadır. Ancak sosyal medya yalnızca kadın bedenini değil erkek bedenini de belli kalıplara sokma eğilimi içerisindedir. Kadınlar için; ince, belirgin vücut hatlarına sahip, küçük burunlu, dolgun dudaklı olma gibi özellikler mükemmelleştirilirken erkekler içinse kaslı, uzun, belirgin yüz hatlarına sahip olma gibi maskülen özellikler öne çıkarılmaktadır. Erkeklerle atfedilen bu fiziksel özellikler aynı zamanda çekici ve güçlü olma ile eşleştirilen sosyokültürel mesajları da barındırmaktadır (Steinfeldt ve diğerleri, 2011: 333). Bu durum beraberinde erkeklerin de kadınlar kadar beden memnuniyetsizliği yaşamalarına sebep olmaktadır. Nitekim Başkent Üniversitesi'nde gerçekleştirdiğimiz çalışmada da beden algısı skor ortalamalarının birbirine yakın olduğu, bedenlerine yönelik kararsız bir tutuma sahip oldukları ve cinsiyetler arasında belirgin bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Ata ve arkadaşları (2014: 82), Sarıkadıoğlu (2016: 61) ve Şen (2019: 71) çalışmalarında da beden algısının cinsiyetler arasında herhangi bir farklılığa rastlamamışlardır.

Literatürde erkeklerin bedenlerine yönelik bakış açılarını değerlendiren çalışmalar da mevcuttur. Örneğin Pope ve arkadaşlarının (2000: 1300) çalışmasına göre erkekler, kaslı olduklarında kadınların onları çekici bulduğunu düşünmektedir. Murnen ve Don (2012: 128-129) yaptıkları analizlerde, kadınların beden memnuniyetsizliklerinin azalırken erkeklerinkinin arttığı sonucuna ulaşmışlardır.

4.4. Kişilik ve Beslenme Aışkanlıkları

Beslenme alışkanlıkları; kişilik özellikleri, kültürel etkiler, ekonomik durum, genetik yapı gibi pek çok unsurdan etkilenmektedir. Çalışmamızda beş faktör kişilik özelliklerinin beslenme alışkanlıkları üzerindeki etkisi incelenmektedir ve elde edilen bulgulara göre: Ankara Üniversitesi öğrencilerinin şişmanlığa karşı ön yargıları arttıkça dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluk özellikleri azalmakta; şişmanlığa karşı kendilik algıları arttıkça deneyime açıklık özellikleri artmakta ve sorumluluk özellikleri azalmaktadır. Başkent Üniversitesi'ndeki öğrencilerin şişmanlığa karşı ön yargıları arttıkça deneyime açıklık ve yumuşak başlılık özellikleri azalmakta, sağlıksız yemek yeme davranışları arttıkça sorumluluk özellikleri azalmaktadır. Örneklem genel olarak değerlendirildiğinde ise şişmanlığa karşı ön yargılar arttıkça dışadönüklük, deneyime açıklık ve yumuşak başlılık özellikleri azalmakta, şişmanlığa karşı kendilik algıları arttıkça sorumluluk özellikleri azalmakta, sağlıksız yemek yeme davranışları arttıkça nevrotizm özellikleri artmakta ve sorumluluk özellikleri azalmaktadır. Literatürde Beslenme Aışkanlıkları Ölçeği ve Beş Faktör kişilik özelliklerini karşılaştıran herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak beslenme alışkanlıkları ve kişilik özelliklerine yönelik çalışmalar mevcuttur.

Şişmanlığa karşı ön yargılar, şişman insanların daha az zeki, iradesiz ve tembel olduğuna yönelik olumsuz bakış açısını içermektedir. Bu özelliğe sahip insanların olumlu özellikler olarak değerlendirilen yumuşak başlılık, deneyime açıklık ve sorumluluk gibi özellikleri daha az taşıdığı tahmin edilmektedir. Nitekim çalışmamızda da benzer sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir.

Şişmanlığa karşı kendilik algısı kişinin kilo almaktan duyduğu endişeyi ve düzenli olarak diyet yapma eğilimini yansıtmaktadır. Şişmanlığa karşı kendilik algısıyla sorumluluk özelliği arasında negatif korelasyon tespit edilmiştir. Düzenli, planlı, dürtü

kontrolü sağlam insanlar olarak tanımlanan sorumluluk özelliğine sahip insanların şişmanlığa yönelik kendilik algılarının da yüksek olması beklenir ancak çalışmamızda tam aksi sonuçlar elde edilmiştir. Kilo almaktan duyulan endişe kısıtlayıcı yeme davranışını doğurmaktadır. Literatüre bakıldığında da kısıtlayıcı yeme davranışıyla sorumluluk kişilik özelliği arasında pozitif ilişki tespit edildiği görölmektedir (Elhag ve Morrey, 2008: 290; Keller ve Siegrist, 2015: 143; Altıntaş ve Özgen, 2017: 1803). Bunun yanı sıra sorumluluk özelliğiyle sağlıklı beslenme arasında da ilişki olduğunu tespit eden çalışmalar da bulunmaktadır (Kikuchi ve Watanabe, 2000: 198; Bogg ve Roberts, 2013: 285).

Çalışmamızda nevrofizizm özelliği ile bağlantılı olduğu tespit edilen yemek yeme davranışı ise “Çoğu yemeği severim.”, “Abur cubura bayılırım.”, “Tv izlerken atıştırırım.” gibi sağlıksız beslenmeyi çağrıştıracak ifadeleri barındırmaktadır. Çalışmamıza benzer şekilde birçok çalışmada da sağlıksız beslenme alışkanlıkları nevrofizizm özellikleri ile bağlantılı bulunmuştur (Kikuchi ve Watanabe, 2000: 198; Parker ve Crawford, 2007: 352; Golestanbagh, 2021: 3, Tsartsapakis ve Zafeiroudi, 2024: 15). Yapılan çalışmalar da bu durum destekler niteliktedir.

Kavas (2007: 308) çalışmasında, yeme bozukluklarının depresyonla ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.

Keller ve Siegrist (2015: 1804), 1052 katılımcıyla gerçekleştirdikleri çalışmalarında duygusal yeme davranışıyla nevrofizizm arasında pozitif korelasyon olduğunu tespit etmiştir.

Canneti ve arkadaşları (2002: 162) ise; depresyon, öfke, yalnızlık gibi duyguların yorgunluk ve stresi tetiklediğini, bireyin yemek yeme davranışını artırdığını belirtmişlerdir.

Genel olarak hem çalışmamız hem de literatür incelendiğinde dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluk özellikleri sağlıklı beslenme davranışlarıyla, nevrozizm özelliği ise sağlıksız beslenme ve kilo sorunlarıyla ilişkilendirilmektedir.

4.5. Kişilik ve Beden Algısı

Beslenme alışkanlıkları ve kişilik özellikleri üzerine yapılan çalışmalar (Kikuchi ve Watanabe, 2000; Bogg ve Roberts, 2013; Tsartsapakis ve Zafeiroudi, 2024) ve çalışmamızın sonuçları incelendiğinde; nevrozizm, sorumluluk, dışadönüklük, deneyime açıklık ve yumuşak başlılık özelliklerinin beden algısı üzerinde de etkili olacağı düşünülmektedir. Nitekim çalışmamızın sonuçlarına göre de, nevrozizm özelliği arttıkça beden memnuniyetinin azaldığı, dışadönüklük, deneyime açıklık ve sorumluluk özellikleri arttıkça da beden memnuniyetinin arttığı görülmektedir. Öğrencilerin kişilik özellikleri beden algısındaki varyansın %33.6'sını etkilemektedir. Bu yüksek ve dikkat çekici bir orandır.

Literatür de benzer sonuçları ortaya koymaktadır ve diğerlerinden çok nevrozizm özelliğinin beden memnuniyetine etki ettiğine yönelik bulgular ön plana çıkmaktadır. Nevrozizm; kaygı, depresyon, güvensizlik, öfke gibi negatif duygu ve davranışlarla ilişkilendirildiği için nevrozizm skoru fazla olan kişilerde yüksek beden gözetimi, beden utancı, kendini diğerleriyle karşılaştırma eğilimi, bedeni üzerinde kontrolünün olmadığı düşüncesine kapılma gibi duygu ve durumların da ortaya çıkması sürpriz olmayacaktır.

Geissler ve Kelly (1994: 224), kadın üniversite öğrencilerine yönelik gerçekleştirdikleri çalışmalarında nevrozizm özelliğinin beden memnuniyetsizliğini artırdığı sonucuna ulaşmışlardır.

Cervera ve arkadaşları (2003: 272), 12-21 yaş aralığındaki 2862 kadınla gerçekleştirdikleri çalışmada nevrozizmin olumsuz beden algısını açıklamada önemli bir yere sahip olduğunu tespit etmişlerdir. Benford ve Swami (2014: 456) 509 erkek ile gerçekleştirdikleri çalışmalarında, nevrozizm özelliğinin doğrudan kişinin görünümüne yönelik kaygı ve stresi artırdığına, dolaylı olarak da kendine yönelik saygısına olumsuz etkiler bıraktığına yönelik bulgulara ulaşmışlardır.

MacNeill ve arkadaşları (2017: 6), artan nevrozizm değerlerini daha düşük beden takdiri ve daha yüksek beden memnuniyetsizliği ile ilişkilendirmiş; Narula ve Varma (2018: 309) ise nevrozizmin beden memnuniyeti üzerinde doğrudan ve negatif bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Nevrozizm özelliğinin beden algısı üzerinde bıraktığı olumsuz etkiye yönelik literatürde başka çalışmalar da mevcuttur (Miner-Rubino ve ark., 2002: 164; Roberts ve Good, 2010: 215; Singh ve ark., 2021: 211).

Bunun yanı sıra çalışmamızda dışadönüklük, deneyime açıklık ve sorumluluk özelliklerinin beden algısı memnuniyetini artırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Benzer olarak Swami ve arkadaşları (2008: 324), dışadönüklük kişilik özelliğinin olumlu beden algısını desteklediğini, yine Swami ve arkadaşları (2013: 150), deneyime açık ve dışadönük olan kişilerin dış görünüşlerine müdahale edici operasyonlara daha az istekli olduklarını tespit etmişlerdir. Güney ve arkadaşları (2020:143) gerçekleştirdikleri çalışmada sorumluluk özelliğinin beden algısı ve sosyal kaygı değerleri üzerinde etkili olduğu sonuçlarına ulaşmışlardır.

Çalışmalarımızdan farklı olarak Miner-Rubino ve arkadaşları (2002: 171), Nouri ve arkadaşları (2014: 132) ise yumuşak başlılık ve beden memnuniyeti arasında pozitif yönelimli bir ilişki olduğunu bulmuşlardır.

Bütün bu çalışmalardan farklı olarak dışadönüklük, yumuşak başlılık, deneyime açıklık ve sorumluluk özelliklerinin beden algısına önemli bir etki sağlamadığını belirten çalışmalar da bulunmaktadır (Roberts ve Good, 2010; Öztürk ve ark., 2015).

4.6.Beden Algısı ve Beslenme Alışkanlıkları

Çalışmamızda ŞKA ve YYD alt boyutları arttıkça beden memnuniyetinde azalma olduğuna yönelik sonuçlar elde edilmiştir. Şişmanlığa karşı duyulan endişe, diyet yapma eğilimi ve sağlıksız beslenme gibi negatif tutum ve davranışları barındıran bu alt boyutlarla beden algısı arasındaki bu ilişki, tahmin edilebilir ve beklenir bir sonuçtur. Literatürde beslenme alışkanlıkları ölçeği ile beden algısı arasındaki ilişkiyi analiz eden başka bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak yeme tutumları, diyet uygulamaları, yemek tercihleri ve beden algısı arasındaki ilişkiyi analiz eden çalışmalar mevcuttur. Bu çalışmaların büyük bir çoğunluğunda beslenme alışkanlıkları ve beden algısını etkileyen pek çok farklı etmenin bulunduğu görülmektedir. Ancak artan estetik kaygının, güzellik algısındaki tek tipleşmenin, sağlıklı ve zayıflamaya yardımcı olacağını belirten beslenme rutinlerinin sayısındaki artışın, uzman olup olmadığı belli olmayan kişilerce yönetilen beslenme ve spor konulu sosyal medya sayfalarının, beslenme alışkanlıkları ve beden algısı üzerinde giderek artan olumsuz etkilere sebep olduğu anlaşılmaktadır.

Boyle ve Morris'in (1999) 25 yıl önce gerçekleştirdikleri çalışmada, Amerika'da yeme bozukluklarının son 20 yılda artış gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır (Boyle ve Morris'ten Aktaran Aslan, 2004: 329). Günümüzde ise özellikle sosyal medya, televizyon gibi toplumu doğrudan etkileyen basın ve yayın organlarının idealleştirdiği kadın ve erkek görüntüsü, toplumu yanlış diyet uygulamaları ve beden memnuniyetsizliğine itmektedir. Küreselleşen dünyayla birlikte güzellik ve yakışıklılık kavramları da net kalıplar içine sıkıştırılmaktadır (Aslan, 2004: 329). Örneğin Becker ve arkadaşları (2002:

509) tarafından Fiji Adaları'nda gerçekleştirilen bir çalışmada, adaya televizyonun gelişinden sonra kadınlarda beden memnuniyetsizliğinin arttığı tespit edilmiştir.

Topçu (2017: 56) üniversite öğrencilerine yönelik gerçekleştirdiği araştırmasında, çalışmamıza benzer şekilde şişmanlamaya yönelik duyulan endişenin beden memnuniyetsizliğini artırdığı sonucuna ulaşmıştır. Literatürde benzer sonuçların elde edildiği çalışmalar da mevcuttur (Wadden, Foster, Stunkard ve Linowitz, 1989; Flynn, 1997).

Beden memnuniyetsizliğinin doğrudan yeme bozuklukları ve yeme tutumlarını da etkilediğine yönelik çalışmalar mevcuttur. Çiftçi (2012), yeme bozukluklarının oluşmasında, zayıflamak için diyet yapmak ve başarısız deneyimler sonucunda yeme bozukluğu yaşamak, beden memnuniyetsizliği sonucunda psikolojik sorunlar yaşamak ve yeme bozukluğu riski taşımak veya beden memnuniyetsizliğinin doğrudan yeme bozukluğuna sebep olması gibi üç farklı mekanizmadan bahsetmiş, üniversite öğrencilerine yönelik gerçekleştirdiği çalışmasında öğrencilerin zayıflamak için diyet başta olmak üzere çeşitli yöntemlere başvurduğu sonucuna ulaşmıştır. Uğur (2019: 47), Karlı ve Demirel (2019: 92), üniversite öğrencilerine yönelik gerçekleştirdikleri çalışmada öğün atlayan öğrencilerin beden memnuniyetlerinin daha düşük olduğu sonucunu elde etmişlerdir. Benzer şekilde Örsel ve arkadaşları (2004), Türkiye'de öğrencilerin sıklıkla diyet yaptıklarını ve düşük beden algısına sahip olduklarını tespit etmiştir.

Yeme tutumlarına yönelik yapılan çalışmalarda ise bulgular benzerlik göstermektedir. Büyük ve Özdemir (2015: 10) yeme tutumu ve beden algısı arasında bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Benzer bir şekilde Uskun ve Şabaplı da (2013) yeme tutumu ve beden algısı puanı arasında pozitif yönelimli ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Beslenme alışkanlıkları, beklenildiği gibi hem çalışmamızda hem de birçok çalışmada beden algısıyla ilişkilendirilmektedir. Ancak Altınbaş ve Ünveren'in (2024: 24), öğretmenlere yönelik gerçekleştirdikleri çalışmada beden algısı ve beslenme alışkanlıkları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Literatüre tezat olan bu sonucun yaş grubundan kaynaklanabileceği, yaş arttıkça bedene yönelik olan beklentilerin azalacağı değerlendirilmektedir.

4.7. Antropometrik Veriler

Çalışmamızın verilerine göre; kişilik özellikleri ve antropometrik veriler karşılaştırıldığında, nevrotizm özelliği azaldıkça boy ve baldır DKK, dışadönüklük özelliği azaldıkça ağırlık, BKE, göğüs, üst kol, bel, kalça, baldır çevresi ve subscapular DKK, deneyime açıklık özelliği azaldıkça supraspinale DKK, yumuşak başlılık özelliği azaldıkça ağırlık değeri, boy uzunluğu, BKE, göğüs ve üst kol çevresi, bel, kalça, baldır çevresi, sorumluluk özelliği azaldıkça ise üst kol ve baldır çevresi değerleri artmaktadır.

Kişilik özellikleri ve antropometrik verilerin karşılaştırıldığı çalışmalar kısıtlıdır. Türkiye'de bu iki değişkenin birlikte değerlendirildiği herhangi bir çalışma bulunmamaktadır. Bu sebeple çalışmamızın literatüre katkı sağlayacağı değerlendirilmektedir.

Faith ve arkadaşları (2001: 649), 30-50 yaş arasında 3826 erkek ve 4063 kadına yönelik yaptıkları çalışmada, nevrotizmin yüksek BKE ile bağlantılı olduğunu belirtmişlerdir. Kakizaki ve arkadaşları (2008: 71), 40-64 yaş arasındaki 30.722 yetişkine yönelik gerçekleştirdikleri çalışmada nevrotizmin düşük kilo ile pozitif ilişkiye sahip olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Gwarzo ve Musa (2024: 197), 18-30 yaş arası 255 lisans öğrencisine yönelik gerçekleştirdikleri çalışmada nevrotizmle bel ve kalça çevresi arasında pozitif korelasyon olduğunu tespit etmişlerdir. Ancak Slof ve arkadaşları (2003:

975) ile Mazzeo ve arkadaşları (2004: 1369), sırasıyla 891 ve 1073 örneklem büyüklüğü ile gerçekleştirdikleri çalışmalarında nevrozizm ile antropometrik ölçümler arasında herhangi bir ilişkiye rastlamamışlardır. Nevrozizm özelliği; depresif davranışlar, huzursuzluk ve sabırsızlıkla ilişkilendirildiği için olumsuz beden ölçümleriyle ilişkili olması beklenir bir durumdur.

Provencher ve arkadaşları (2008: 300), 154 obez kadına yönelik çalışmalarında sorumluluk ve BKE arasında pozitif bir ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Bu sonuç obez bireylerde beklenen irade gücünden yoksun olma durumuyla çelişmektedir. Ancak bizim çalışmamızda farklı olarak üst kol ve baldır çevresinin artış gösterdiği görülmektedir. Kakizaki (2008: 76), dışadönüklük özelliğinin aşırı kiloyla ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Çalışmamızda ise farklı olarak ağırlık ve BKE arttıkça dışadönüklük özelliğinin azaldığı görülmektedir. Genel beklenti ise eğlenceli, konuşkan ve sosyal insanlar olarak tanımlanan dışadönük kişilerin vücuduna özen göstereceği doğrudur. Nitekim Faith ve arkadaşlarının (2001: 649) çalışmasında dışadönüklük ve BKE arasında çalışmamıza benzer olarak negatif korelasyon tespit edilmiştir.

Işık (2019: 39) ise 19-24 yaş aralığındaki 350 kadın ile gerçekleştirdiği çalışmada kişilik ile antropometrik özellikler arasında anlamlı bir ilişkiye rastlamadığını belirtmektedir. Literatürde çalışmamız dahil farklı sonuçların elde edilmesinin bu alandaki araştırmaların kısıtlılığından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Beslenme alışkanlıkları ve antropometrik veriler karşılaştırıldığında, şişmanlığa karşı ön yargılar arttıkça ağırlık, boy, BKE, göğüs, üst kol, bel, kalça, baldır çevresi, subscapular ve supraspinale DKK artmakta, şişmanlığın getirdiği olumlu/olumsuz düşünceler arttıkça ağırlık, boy, BKE, göğüs, üst kol, bel, kalça, baldır çevresi, subscapular ve supraspinale DKK artmakta, şişmanlığa karşı kendilik algıları arttıkça

ağırlık değeri, BKE, göğüs ve üst kol çevresi, bel, kalça, baldır çevresi, triceps ve biceps DKK, subscapular, supraspinale ve baldır DKK değerleri artmaktadır. Yemek yeme davranışlarına arttığında ise ağırlık değeri, boy uzunluğu, BKE, göğüs ve üst kol çevresi, bel, kalça ve baldır çevresi, subscapular ve supraspinale DKK değerleri azalmaktadır.

Literatürde beslenme alışkanlıkları ölçeği ile antropometrik verileri analiz eden herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Ancak beslenme şekillerinin antropometrik verilere yansımalarına yönelik bazı çalışmalar bulunmaktadır. Örneğin Işık (2019: 54), duygusal ve kısıtlayıcı yeme davranışının ağırlık, BKE ve bel çevresi ile pozitif yönlü korelasyonu olduğu sonucuna ulaşmıştır. Akıllıoğlu (2022), 18-63 yaş arasındaki 200 katılımcı ile gerçekleştirdiği çalışmada duygusal yeme eğiliminde olan kişilerin BKE değerlerinin yüksek olduğunu tespit etmiştir. Gazibara ve arkadaşları (2013: 332) ise Belgrad Üniversitesi öğrencileri ile yaptıkları çalışmada BKE değerleri düşük olan kız öğrencilerin BKE değerlerini korumak için düşük kalorili beslendiklerini ve öğün atladıklarını belirtmektedir. Çalışmamızda da benzer olarak sağlıklı beslenme davranışlarının da içinde bulunduğu yemek yeme davranışlarındaki artışın BKE değerlerini negatif yönde etkilediği sonuçlarına ulaşılmıştır.

Beden algısı ve antropometrik veriler karşılaştırıldığında ise ağırlık, boy, göğüs çevresi, arttıkça beden memnuniyetinin arttığı, triceps ve biceps DKK arttıkça beden memnuniyetinin azaldığı görülmektedir. Beden algısına ve antropometrik verilere yönelik birçok çalışma bulunmaktadır. Özellikle ağırlık ve BKE değerlerinin dikkate alındığı çalışmalar mevcuttur. Örneğin Önal ve arkadaşları (2019: 543) çalışmalarında, üniversite öğrencilerinin kendi zihinlerinde oluşturdukları beden algısı düzeyleriyle ölçülen boy, ağırlık ve BKE değerleri arasındaki ilişkiyi analiz etmiş ve erkeklerin kendilerini daha zayıf, kadınların ise daha kilolu algıladıkları sonuçlarına ulaşmışlardır.

Bu durum erkeklerin daha kaslı ve iri, kadınların ise daha zayıf ve narin olmak istemesi şeklinde değerlendirilebilir.

Zayıflığın ve atletikliğin arzu edilir oluşu BKE ve ağırlığın artışıyla beden memnuniyetsizliğinin artacağına olan beklentiyi oluşturmaktadır. Nitekim literatürdeki birçok çalışmada da bu beklentiyi karşılayacak sonuçlar elde edilmiştir (Demir, 2006; Berg Den Van, 2007; Pelegrini, 2013; Zaccagni ve arkadaşları, 2014; Hamurcu ve arkadaşları, 2015; Baykara ve Karaköse, 2017; Uğur, 2019). Mevcut bulgular çalışmamızla çelişmektedir ancak Çiftçi de (2012: 27), 749 lisans öğrencisiyle gerçekleştirdiği araştırmada çalışmamıza benzer olarak BKE'nin beden algısı üzerinde herhangi bir etkiye sahip olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Bu sonucun çalışmamızda da olduğu gibi normal ağırlık ve BKE değerlerine sahip olan örneklemın bedenlerine yönelik herhangi bir kaygı hissetmiyor oluşundan kaynaklandığı düşünülmektedir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışmamız, 17-25 yaş aralığında 200 kadın, 200 erkek olmak üzere toplam 400 lisans öğrencisinden oluşmaktadır. Kadınların yaş ortalaması puanları 20.91, erkeklerin yaş ortalaması puanları 22.01'dir.

Kadınların nevrotizm ortalamaları 26.94 (± 7.4), dışadönüklük ortalamaları 44.88 (± 8.7), yumuşak başlılık ortalamaları 47.93 (± 8.9), deneyime açıklık ortalamaları 44.85 (7.0), sorumluluk ortalamaları 35.62 (± 7.8) puandır. Erkeklerin nevrotizm ortalamaları 25.19 (± 7.0), dışadönüklük ortalamaları 42.18 (± 9.6), yumuşak başlılık ortalamaları 43.40 (± 9.7), deneyime açıklık ortalamaları 43.17 (7.7), sorumluluk ortalamaları 34.32 (± 7.8) puandır.

Kadınların şişmanlığa karşı ön yargı ortalamaları 21.33 (± 6.0), şişmanlığın getirdiği olumlu/olumsuz düşünceler ortalamaları 50.41 (± 8.0), şişmanlığa karşı kendilik algıları ortalamaları 19.72 (± 5.8), yemek yeme davranışları ortalamaları 27.88 (± 4.3)'dir. Erkeklerin şişmanlığa karşı ön yargı ortalamaları 25.79 (± 7.6), şişmanlığın getirdiği olumlu/olumsuz düşünceler ortalamaları 52.89 (± 8.0), şişmanlığa karşı kendilik algıları ortalamaları 19.18 (± 5.3), yemek yeme davranışları ortalamaları 26.29 (± 4.2) puandır.

Kadınların beden algısı ortalamaları 93.76 (± 22.84), erkeklerin beden algısı ortalamaları 88.48 (± 24.63) puandır.

Kadınların ağırlık ortalaması 57.54 (± 9.2), boy ortalaması 162.2 (± 6.5), BKE ortalaması 21.84 (± 3.3), göğüs çevresi ortalaması 89.20 (± 8.2), üst kol çevresi ortalaması 27.06 (± 3.7), bel çevresi ortalaması 73.07 (± 8.2), kalça çevresi ortalaması 98.60 (± 8.2), baldır çevresi ortalaması 36.47 (± 4.1), triceps DKK ortalaması 18.46 (± 6.0), biceps DKK ortalaması 13.12 (± 5.8), subscapular DKK ortalaması 18.93 (± 6.8), supraspinale DKK

ortalaması 17.16 (± 6.7) ve baldır DKK ortalaması 19.31 (± 5.6) puandır. Erkeklerin ağırlık ortalaması 78.47 (± 14.1), boy ortalaması 178.5 (± 6.8), BKE ortalaması 24.63 (± 4.0), göğüs çevresi ortalaması 98.47 (± 10.2), üst kol çevresi ortalaması 31.46 (± 3.8), bel çevresi ortalaması 87.43 (± 9.4), kalça çevresi ortalaması 105.53 (± 10.2), baldır çevresi ortalaması 39.5 (± 4.4), triceps DKK ortalaması 13.85 (± 6.5), biceps DKK ortalaması 10.00 (± 5.2), subscapular DKK ortalaması 20.44 (± 7.4), supraspinale DKK ortalaması 19.85 (± 9.7) ve baldır DKK ortalaması 17.23 (± 6.8) puandır.

Ankara Üniversitesi örnekleminizden elde edilen veriler sonucunda;

1. Kadınların nevrozizm ve yumuşak başlılık ortalamaları daha yüksektir.
2. Erkeklerin ŞKÖ ve ŞGO, kadınların ise YYD ortalamaları daha yüksektir.
3. Kadınların beden memnuniyetsizlikleri daha fazladır.
4. ŞKÖ değerleri arttıkça dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluk özellikleri azalmakta, ŞKA değerleri arttıkça deneyime açıklık özelliği artmakta, ŞKA değerleri arttıkça sorumluluk özellikleri azalmaktadır.
5. Öğrencilerin kişilik özellikleri ŞKÖ alt boyutundaki varyansı %13.6, kişilik özellikleri ŞKA alt boyutundaki varyansı %10 etkilenmektedir.
6. Nevrozizm arttıkça beden memnuniyeti azalmakta, dışadönüklük ve sorumluluk arttıkça beden memnuniyeti artmaktadır. Öğrencilerin kişilik özellikleri beden algısındaki varyansı %45.3 etkilenmektedir.
7. Nevrozizm özelliği azaldıkça ağırlık, boy, göğüs çevresi artmakta, nevrozizm özelliği arttıkça triceps ve baldır DKK artmaktadır. Dışadönüklük özelliği azaldıkça ağırlık, göğüs, üst kol, bel, kalça, baldır çevresi artmaktadır. Yumuşak başlılık özelliği azaldıkça ağırlık, boy, BKE, göğüs ve bel çevresi artmaktadır.
8. ŞKA arttıkça beden memnuniyeti azalmaktadır. Öğrencilerin ŞKA değerleri beden algısındaki varyansı %6.3 etkilenmektedir.

9. ŞKÖ arttıkça ağırlık, boy, BKE, göğüs, üst kol, bel çevresi değerleri artmaktadır. ŞGO arttıkça ağırlık, boy, BKE, göğüs üst kol, bel çevresi değerleri artmaktadır. ŞKA arttıkça ağırlık, BKE, göğüs, üst kol, bel, kalça, baldır çevresi, triceps, biceps, subscapular, supraspinale, baldır DKK değerleri artmaktadır. YYD arttıkça ağırlık değeri, boy uzunluğu, BKE, göğüs çevresi, üst kol ve bel çevresi, kalça ve baldır çevresi, triceps, subscapular ve supraspinale DKK değerleri azalmaktadır

10. Boy değerleri arttıkça beden memnuniyeti artmakta, baldır DKK arttıkça beden memnuniyeti azalmaktadır.

Başkent Üniversitesi örneklemimizden elde edilen veriler sonucunda;

1. Kadınların dışadönüklük ve yumuşak başlılık ortalamaları daha yüksektir.

2. Erkeklerin ŞKÖ değerleri daha fazladır.

3. Cinsiyetlere göre beden algısı değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır.

4. ŞKÖ artıkça deneyime açıklık ve yumuşak başlılık özelliği azalmakta, YYD artıkça sorumluluk özelliği azalmaktadır.

5. Öğrencilerin kişilik özellikleri ŞKÖ alt boyutundaki varyansı %5.9 oranında etkilenmektedir.

6. Nevrotizm özelliği artıkça beden memnuniyeti azalmakta, dışadönüklük, deneyime açıklık ve sorumluluk özellikleri artıkça beden memnuniyeti artmaktadır.

7. Öğrencilerin kişilik özellikleri beden algısındaki varyansı %20.8 oranında etkilenmektedir.

8. Yumuşak başlılık özelliği azaldıkça ağırlık, boy, üst kol ve bel çevresi artmaktadır. Dışadönüklük özelliği azaldıkça BKE, bel çevresi, subscapular, supraspinale ve baldır DKK artmaktadır. Deneyime açıklık azaldıkça bel çevresi artmaktadır.

9. YYD artıkça beden memnuniyeti azalmaktadır. Beslenme alışkanlıkları beden algısındaki varyansı %2.2 oranında etkilemektedir.

10. ŞKÖ artıkça ağırlık değeri, boy uzunluğu, BKE, göğüs ve üst kol çevresi, bel çevresi, kalça ve baldır çevresi, subscapular ve supraspinale deri kıvrımı kalınlıkları artmaktadır. ŞGO artıkça ağırlık, BKE, göğüs, üst kol, bel, kalça ve baldır çevresi, subscapular ve supraspinale DKK artmaktadır. ŞKA artıkça ağırlık değerleri, göğüs ve üst kol çevresi, bel, kalça ve baldır çevresi, triceps, biceps ve subscapular deri kıvrımı kalınlıkları, supraspinale ve baldır deri kıvrımı kalınlıkları artmaktadır. YYD artıkça göğüs ve bel çevresi azalmaktadır.

11. Baldır çevresi artıkça beden memnuniyeti artmakta, Biceps DKK artıkça beden memnuniyeti azalmaktadır.

Tüm örneklemden elde edilen veriler sonucunda;

1. Ankara Üniversitesi öğrencilerinin deneyime açıklık ortalamaları daha fazladır.

2. Ankara Üniversitesi'ndeki kadın öğrencilerin nevrozizm ve deneyime açıklık ortalamaları daha fazladır.

3. Ankara Üniversitesi'ndeki erkek öğrencilerin deneyime açıklık ortalamaları daha yüksektir.

4. Üniversitelere göre beslenme alışkanlıkları arasında istatistiksel anlamda bir fark bulunmamaktadır.

5. Başkent Üniversitesi'ndeki kadın öğrencilerin ŞKÖ ve ŞGO değerleri daha fazladır.

6. Başkent Üniversitesi'ndeki erkek öğrencilerin ŞKÖ değerleri daha yüksektir.

7. Üniversitelere göre beden algıları arasında anlamlı bir fark yoktur.

8. Üniversitelere göre cinsiyetler arasında beden algıları açısından anlamlı bir fark yoktur.

9. Kadın öğrencilerin nevrozizm, dışadönüklük, yumuşak başlılık ve deneyime açıklık ortalamaları daha fazladır.

10. Erkek öğrencilerin ŞKÖ ve ŞGO değerleri daha yüksektir.

11. Kadın öğrencilerin YYD alt boyutu ortalamaları daha fazladır.

12. Kadınların beden memnuniyetsizlikleri daha fazladır.

13. ŞKÖ arttıkça dışadönüklük, deneyime açıklık ve yumuşak başlılık özelliği azalmakta, ŞKA arttıkça sorumluluk azalmakta, YYD arttıkça nevrozizm artmakta, sorumluluk azalmaktadır.

14. Nevrozizm arttıkça beden memnuniyeti azalmakta, dışadönüklük, deneyime açıklık ve sorumluluk arttıkça beden memnuniyeti artmaktadır. Öğrencilerin kişilik özellikleri beden algısındaki varyansı % 33.6 oranında etkilenmektedir.

15. Nevrozizm arttıkça boy ve baldır DKK azalmaktadır. Dışadönüklük arttıkça ağırlık, BKE, göğüs, üst kol, bel, kalça ve baldır çevresi, subscapular DKK azalmaktadır. Yumuşak başlılık arttıkça ağırlık, boy, BKE, göğüs, üst kol ve bel çevresi azalmaktadır. Deneyime açıklık arttıkça supraspinale DKK azalmaktadır. Sorumluluk arttıkça üst kol ve baldır çevresi azalmaktadır.

16. ŞKA ve YYD alt boyutları arttıkça beden memnuniyeti azalmaktadır. Beslenme alışkanlıkları, beden algısındaki varyansı %3 oranında etkilemektedir.

17. ŞKÖ arttıkça ağırlık değerleri, boy uzunlukları, BKE, göğüs ve üst kol çevresi, bel ve kalça çevresi, subscapular ve supraspinale deri kıvrımı kalınlıkları artmaktadır. ŞGO arttıkça ağırlık değerleri, boy uzunlukları, BKE, göğüs ve üst kol çevresi, bel, kalça ve baldır çevresi, subscapular ve supraspinale deri kıvrımı kalınlıkları artmaktadır. ŞKA arttıkça ağırlık değerleri, BKE, göğüs ve üst kol çevresi, bel, kalça ve baldır çevresi, triceps ve biceps deri kıvrımı kalınlıkları, subscapular, supraspinale ve

baldır DKK artmaktadır. YYD arttıkça ağırlık, boy, BKE, göğüs, üst kol, bel, kalça ve baldır çevresi, subscapular, supraspinale DKK azalmaktadır.

18. Ağırlık, boy ve göğüs çevresi arttıkça beden memnuniyeti artmakta, triceps ve biceps DKK artıkça beden memnuniyeti azalmaktadır.

Kendini kabul, sağlıklı yaşam, sağlıklı beslenme, öz saygı gibi konular kişisel olduğu kadar toplumsal sağlık açısından da önem taşımaktadır. Bu çalışma ülkemiz literatüründe bir ilk niteliği taşımakla birlikte dünya literatürüne de katkı sağlamaktadır. Ancak en önemli özelliği kişiliğin bedene olan etkisini gözler önüne sermesidir. Spor, beslenme, kişisel gelişim konularında oluşturulacak her bir programın kişiye ve kişiliğine yönelik geliştirilmesinin gerekliliği olduğu düşünülmektedir. Örneğin nevrozizm özelliği baskın olan kişilerde öz saygı, sağlıklı beslenme, beden kabulü gibi destekleyici programların geliştirilmesi gerektiğine inanılmaktadır. Okullarda çocuklara yönelik yapılacak çalışmalar, çocukların ilgi alanların belirlenmesi, profesyonel sporcuların programlarının geliştirilmesi, spor salonlarında kişiye özel programların oluşturulması, diyet programlarının geliştirilmesi gibi pek çok alanda kullanılabileceği değerlendirilmektedir.

Bunun yanı sıra çalışmamız üniversite öğrencilerine yönelik olarak gerçekleştirilmiştir. Başlangıç niteliği taşımaktadır. Çalışmanın daha da geliştirilerek çocukluk, ergenlik, yetişkinlik, yaşlılık gibi yaşam dönemlerini de içerecek şekilde geliştirilmesi gerektiğine inanılmaktadır.

KAYNAKÇA

Adler, A. (1927). *The practice and theory of individual psychology*. Routledge & Kegan Paul.

Akalın, T. C. (2008). *Düzenli yüzme egzersizlerinin, okul çağındaki çocukların vücut kompozisyonu ve antropometrik özellikleri üzerine etkisinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.

Akar, F. (2015). *Yetenek yönetimi*. İmge Kitabevi.

Akbolat, M., Karakaya, F. (2016). Üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin geleceğe yönelik tutumlarına etkisi: Sakarya Üniversitesi İşletme Fakültesi örneği. A. Akbıyık, K. Taşkın, K. Çapraz (Eds.), 3. *Uluslararası İşletme Öğrencileri Kongresi*: Sayı. 157. (181-197).

Akıllıoğlu, T., Bas, M., Köse, G. (2022). Restrained, emotional eating and depression can be a risk factor for metabolic syndrome. *Nutrición Hospitalaria: Órgano Oficial de la Sociedad Española de Nutrición Parenteral y Enteral*, 39(6), 1264–1271.

Akın, G., Tekdemir, İ., Gültekin, T., Erol, E., Bektaş, Y. (2012). *Antropometri ve Spor* (1. Basım). Tiydem Yayıncılık.

Akın S. B. (2018). Mizaç özellikleri ve gelişime etkileri. *Türkiye Klinikleri J Child Psychiatry-Special Topics*, 4(1), 5-9.

Akiskal, H. S. (1992). Duygudurum bozukluklarının doğası ve çeşitliliğine yeni bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 3(3), 163-170.

Aksoy Sugiyama, C. A. (2010). Antropolojide Beden Sorunsalına Bedenlileştirme Teorisinin Katkısı. *Antropoloji*, 24, 69-93.

Aliyev, P. (2008). *Beş faktörlü kişilik özellikleri ve cinsiyet rollerinin üniversite alan seçimi ile ilişkisinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Alpar, G. (2014). *Antropolojik bakış açısıyla stratejik dünya tarihi*, Palet Yayınları.

Altınbaş, E., Ünveren, A. (2024). Öğretmenlerin beden algısı ve yeme tutumları arasındaki ilişki. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 11(SI-1), 24-34.

Altınörs, S. A. (2020). Descartes'in felsefesinde zihin ile beden arasındaki irtibat. *Felsefe Dünyası Dergisi*, 71, 79-90.

Altınöz, M. (2018). Yetenek yönetiminin algılanması üzerine karşılaştırmalı bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (39), 82-95.

Altıntaş, M., Özgen, U. (2017). Kişilik yapısının yeme biçimleri üzerindeki etkisi. *International Journal Social Sciences and Education Research*, 3(5), 1797-1810

Andreyeva, T., Puhl, R. M., Brownell, K. D. (2008). Changes in perceived weight discrimination among Americans, 1995-1996 through 2004-2006. *Obesity*, 16, 1129-1134.

Aslan, D. (2004). Beden algısı ile ilgili sorunların yaratabileceği beslenme sorunları, *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 13(9), 326-329.

Aslan, S. (2008). Kişilik, Huy ve Psikopatoloji. *Psikiyatride Derlemeler, Olgular ve Varsayımlar (RCHP)*, 2(1-2), 8-16.

Ata, A., Vural, A., Keskin, F. (2014). Beden Algısı ve Obezite. *Ankara Medical Journal*, 14(3), 74-84.

Atış, N. (2015). Spinoza felsefesinde beden ile zorunlu birlik içerisindeki ruhun gücü. *Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi (FLSF)*, 20, 143-160.

Aydın, F. (2010). *Akademik başarının yordayıcısı olarak akademik güdülenme, öz yeterlilik ve sınav kaygısı*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Ayhan, D. E., Günaydın, E., Gönlüaçık, E., Arson, U., Çetinkaya, F., Asımı, H., Uncu, Y. (2012). Uludağ üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ve bunları etkileyen faktörler. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 38(2), 97-104.

Bacanlı, H., İlhan, T., Aslan, S. (2009). Beş faktör kuramına dayalı bir kişilik ölçeğinin geliştirilmesi: sıfatlara dayalı kişilik testi (SDKT). *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(2), 261-279.

Bağdoğan, Ş. (2015). Soylu vahşi'nin hikayesi: Antropoloji ve sömürgecilik. *Antropolog: Antropoloji Bilimler Dergisi*, 1, 24-29.

Bahar, B. (2019). Sosyal öğrenme kuramı ve sosyal değişim kuramı perspektifinde etik liderlik. *Balkan Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(16), 237-242.

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Bayar, M. (2018). İbn Haldun'a göre bireyin beslenme alışkanlığının kişilik gelişimine ve dini hayata etkisi. *Akra Kültür Sanat ve Edebiyat Dergisi*, 15(6), 126-134.

Baykara B., Karaköse T. (2017). Kilo konuşmalarının psikolojik faktörler üzerindeki etkisi: Pilot çalışma. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 21(1): 26-33.

Becker, A.E., Burwell, R.A., Gilman, S.E., Herzog, D.B., Hamburg P. (2002). Eating behaviours and attitudes following prolonged exposure to television among ethnic Fijian adolescent girls. *Br J Psychiatry*, 180, 509-14.

Benford, K., Swami, V. (2014). Body image and personality among British men: Associations between the Big Five personality domains, drive for muscularity and body appreciation. *Body Image*, 11, 454-457.

Berg Den Van, P., Paxton, J.S., Keery, H., Wall, M. and Guo, J. (2007). Body dissatisfaction and body comparison with media images in males and females. *Body Image*; 4: 257–268.

Beyhan, Y., Taş, V. (2019). Mental sağlık ve beslenme, *Zeugma Sağlık Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 30-35.

Bilgin, M. (2017). Ergenlerin beş faktör kişilik özelliği ile bilişsel esneklik ilişkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(62). 945-954.

Bingöl, O. (2017). Bedenin sosyolojisi: Nasıl? Niçin?. *Mavi Atlas*, 5(1), 86-96. <https://doi.org/10.18795/gumusmaviatlas.305898>

Bogg, T., & Roberts, B. W. (2013). The case for conscientiousness: Evidence and implications for a personality trait marker of health and longevity. *Annals of Behavioral Medicine*, 45(3), 278–288. <https://doi.org/10.1007/s12160-012-9454-6>

Bostan, H. (2016). Antropoloji, kültür ve güvenlik, *Güvenlik Bilimleri Dergisi*, 5(2), 1-31.

Bourdieu, P. (2018b). *Eril Tahakküm*. (Çev. Bediz Yılmaz). İstanbul: Bağlam Yayıncılık.

Bucchianeri M.M., Arikian A.J., Hannan P.J., Eisenberg M.E., Neumark-Sztainer D. (2013). Body dissatisfaction from adolescence to young adulthood: Findings from a 10- year longitudinal study. *Body Image*, 10(1), 1–7.
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.09.001>

Buckingham, M., Vosburgh, R. M. (2001). The 21st century human resources function: It's the talent, stupid!. *Human Resource Planning*, 24(4), 17-23.

Burger, J. M. (2016). *Kişilik-psikoloji biliminin insan doğasına dair söyledikleri* (5. Baskı). Kaknüs Yayınları.

Byrnes, J. P., Miller, D. C., & Schafer, W. D. (1999). Gender differences in risk-taking: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 125, 367–383.

Can, M. İ., Aslan, A. (2016). Epigenetik mekanizmalar ve bazı güncel çalışmalar. *Karaelmas Fen ve Mühendislik Dergisi*, 6(2), 445-452.
<https://doi.org/10.7212/zkufbd.v6i2.376>

Canetti, L., Bachar, E., Berry E. (2002). Food and emotion. *Behavioural Processes*, 60(2),157-164.

Cahpman, B. P., Duberstein, P. R., Sörensen, S., Lyness, J. M. (2007). Gender differences in five factor model personality traits in on elderly cohort: Extension of robust and surprising findings to older generation. *Pers Individ Dif*, 43(6), 1594-1603.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.04.028>

Cervera, S., Lahortiga, F., Martinez-Gonzalez, M. A., Gual, P., Irala-Estevez, J., Alonso, Y. (2003). Neuroticism and low self-esteem as risk factors for incident eating disorders in a prospective cohort study. *Int. J Eat Disord.*, 33(3), 271-280

Cervone, D., Pervin, L. A. (2016). *Kişilik psikolojisi: Kuram ve araştırma* (M. Baloğlu, Çev.; 12. basım). Nobel Akademik Yayıncılık.

Cloninger, S. (2009). *Conceptual issues in personality theory*. In P. J. Corr ve G. Matthews (Eds.), *The Cambridge handbook of personality psychology* (pp. 3–26). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511596544.004>

Calogero, R. M., Thompson, J. K. (2010). Gender and body image. J. C. Chrisler ve D. R. McCreary (Eds.), *Handbook of gender research in psychology* (s. 153-184). Springer.

Cash, T.F., Jakatdar, T. A. & Williams, E.F. (2004). The Body Image Quality of Life Inventory: further validation with college men and women. *Body Image*, 1, 279-287.

Costa, P. T., Busch C. M., Zonderman A. B., McCrae R. R. (1986). Correlations of mmpi factor scales with measures of the five factor model of personality, *Journal Of Personality Assessment*, 50(4), 640-650. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5004_10

Costa, P.T., Terracciano A., McCrae, R.R. (2001). Gender differences in personality traits across cultures robust and suprising findings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 8(12), 322-331. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.2.322>

Cüceloğlu, D. (2000). *İnsan ve davranış*, Remzi Kitapevi: İstanbul.

Çapan, M. (2019). *Üniversite öğrencilerinin merhamet ve öz-anlayış düzeylerinin kişilik özellikleri açısından incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Çeliköz, N., ve Şeker Sır, N. (2016). Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT): Geçerlilik Güvenirlik Çalışması, *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 118-131.

Çiçek, İ., Aslan, A. E. (2020). Kişilik ve beş faktör kişilik özellikleri: Kuramsal bir çerçeve. *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, 10(1), 137-147.

Çiftçi, F. S. (2012). *Üniversite öğrencilerinin beden algısı ve yeme tutumları arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Süleyman Demirel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Isparta.

Çok, F. (1990). Body image satisfaction in Turkish adolescents. *Adolescence*, 25 (98), 409-412.

Demir, B. D. (2006). *Liseye devam eden kız öğrencilerin beslenme alışkanlıkları ve beden algısını etkileyen etmenler* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi], Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara.

Doğan, M. (2016). *Polis adaylarının bazı antropometrik ölçümleri ile silah atış performanslarının karşılaştırılması*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Cumhuriyet Üniversitesi, Sosyal Bilimler Üniversitesi, Sivas.

Eck, B. A. (2003). Men are much harder: Gendered viewing of nude images. *Gender & Society*, 17, 691-710.

Elfahg, K., Erlanson-Albertson, C. (2006). Sweet and fat taste preference in obesity have different associations with personality and eating behavior. *Physiology & Behavior*, 88, 61-66.

Elfahg, K., Morrey, L. C., (2008). Personality Traits and Eating Behavior in The Obese: Poor Self Control in Emotional And External Eating But Personality Assets in Restrained Eating. *Eating Behaviors*, 9: 285-293.

Eriksen, T. H. (2001). *A history of anthropology*, Pluto Press.

Esnaola, I., Rodríguez, A. & Goñi, A. (2010). Body dissatisfaction and perceived sociocultural pressures: Gender and age differences. *Salud Mental*, 33, 21-29.

Faith M.S., Flint J., Fairburn C.G., Goodwin G.M., Allison D.B. (2001). Gender differences in the relationship between personality dimensions and relative body weight. *Obes Res*, 9. 647–650.

Feingold, A. (1994). Gender differences in personality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 116, 429 – 456.

Flynn, M. A. (1997). Fear of fatness and adolescent girls: implications for obesity prevention. *Proceedings of the Nutrition Society*, 56(1B), 305-317.

Gagne, F. (2000). *Understanding the complex choreography of talent development through dmgt-based analysis*, In K. A. Heller et al. (Eds.), *International handbook of giftedness and talent* (2nd ed.), Oxford: Elsevier.

Gazibara, T., Tepavcevic, D. B. K., Popovic, A., & Pekmezovic, T. (2013). Eating habits and body-weights of students of the University of Belgrade, Serbia: A cross-sectional study. *Journal of Health, Population, and Nutrition*, 31(3), pp. 330-334.

Geissler, T., Kelly, I. W. (1994). Bulimic symptomatology and personality factors in a nonclinical sample: A replication. *Psychological Reports*, 75, 224-226.

Gençtanırım Kurt, D., Çetinkaya Yıldız, E. (2019). *Kişilik kuramları*. Pegem Akademi.

Golestanbagh N., Miraghajani, M., Amani, R., Symonds, M. E., Neamatpour, S., Haghighizadeh, M. H. (2021). Association of personality traits with dietary habits and food/taste preferences. *Int J Prev Med.*, 12(92), 1-6.

Goodwin, R. D., Gotlib, I. H. (2004). Gender differences in depression: the role of personality factors. *Psychiatry Research*, 126, 135-142.

Göksan, B. (2007). *Ergenlerde beden imajı ve beden dismorfik bozukluğu* [Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi]. T. C Sağlık Bakanlığı Şişli Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği, İstanbul, Türkiye.

Güler, K. (2015). *Beden imajının üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu ve umutsuzluk üzerine etkisi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Gültekin, F. (2013). Katkı maddelerinin insan kişiliği üzerine etkileri. *Elmalı'da Kişilik Oluşumu ve Nefsin Terbiyesi Sempozyumu Bildiri Kitabı*, Antalya, 84-85.

Güney, C. (2018). *15-18 yaş arası ergenlerde beden imgesi ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide kişilik özelliklerinin aracı etkisinin incelenmesi*. [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Güney, C., Aktan, Z. D., Yardımcı, E. (2020). An assessment of the moderator effect of personality traits on the relationship between body image and social anxiety. *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry & Psychology*, 2(3), 139-147.

Gürsoy, Y. (2024). Gastronomide Yeni Eğilimler ve Beslenme Kültürü. K. A. Akmeşe, A. Ilgaz, F. Özkan (Eds.), *İnanışların Gastronomik Beslenme Türü ve Eğilimlerine Etkisi* (s. 4-29). Selçuk Üniversitesi Yayınları.

Gwarzo, M. I., Musa, Z. M. (2024). Relationship of anthropometric indices of obesity with the Big Five personality traits and cognition among undergraduate students. *Advances in Biomedical and Health Sciences* 3(4), 92-199.

Halliwell, E., Dittmar, H. (2003). A qualitative investigation of women's and men's body image concerns and their attitudes toward aging. *Sex Roles*, 49, 675-684.

Hamurcu, P., Öner, C., Telatar, B., Yeşildağ, Ş. (2015). Obezitenin benlik saygısı ve beden algısı üzerine etkisi. *Türk Aile Hekimleri Dergisi*, 19(3), 122-128. <https://doi.org/10.15511/tahd.15.02122>

Haviland, W. A. (2002). *Kültürel Antropoloji* (H. İnanc ve S. Çiftçi, Çev: 1. basım). Kaknüs Yayıncılık.

Helfert S, Warschburger P. A (2011). A prospective study on the impact of peer and parental pressure on body dissatisfaction in adolescent girls and boys. *Body Image*, 8(2), 101-109.

Isır, T. (2006). *Örgütlerde personel seçim süreci: bir kamu kuruluşundaki yönetici personelin kişilik özelliklerinin tespit edilerek personel seçim sürecinin iyileştirilmesi üzerine bir araştırma* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Işık, F. (2019). *Genç yetişkin bireylerin kişilik özellikleri ile besin seçimi ve yeme davranışı arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi], Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

İçerli, L., Arsu, Ş.U. (2019). Beş faktör kişilik özelliklerinin kariyer değerleri üzerindeki etkisi: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *İktisadi İdari ve Siyasal Araştırmalar Dergisi*, 4(8), 21-45. <https://doi.org/10.25204/iktisad.429513>

Johansson, L.R.M., Xiong, N., (2003). Perception Management: An Emerging Concept for Information Fusion. *Information Fusion*, (4), 231-234.

Jones, D. C. (2004). Body image among adolescent girls and boys: A longitudinal study. *Developmental Psychology*, 40, 823–835.

Kahraman, S., Çiftçi, E. K., Yılmaz, D. (2020). Hemşirelik öğrencileri ile iktisat fakültesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılması, *IAAOJ Health Sciences*, 6(3), 302-314.

Kakizakia, M., Kuriyamaa, S., Satoa, Y., Shimazua, T., Matsuda-Ohmoria, K., Nakayaa, N., Fukaoc, A., Fukudob, S., Tsujia, I. (2008). Personality and body mass index: A cross-sectional analysis from the miyagi cohort study. *Journal of Psychosomatic Research*, 64, 71–80.

Kale, M., Hurşidi, S., Karaboğa, A. B. (2021). Okul öncesi dönemde beden algısı. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 17(34), 1408-1435.

Karadeniz, Y. (2021). İbn Haldun’a göre beslenme alışkanlığının kişiliğe ve dini yaşantıya etkisi. *Uluslararası Politik Araştırmalar Dergisi*, 7(1), 61-72.

Karlı, K., Demirel, Y. (2019). Üniversite öğrencilerinde beden algısına göre porsiyon tahminlerinin değerlendirilmesi. *International Anatolia Academic Online Journal*, 5(2), 86-104.

Kavas, A. B. (2007). Eating Attitudes and Depression in a Turkish Sample. *European Eating Disorders Review*, 15, 305-310.

Kaya, M. (2014). Aristoteles’in ruh anlayışı. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18, 91-98.

Kaya, E. Ü. (2017). Üniversite öğrencilerinde kişilik özelliklerinin kişisel değişkenlere göre farklılıklarının incelenmesi. *İİBF Uluslararası İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 1(2), 169-190.

Keller, C., Siegrist, M. (2015). Ambivalence toward palatable food and emotional eating predict weight fluctuations. Results of a longitudinal study with four waves. *Appetite*, 85, 138-145.

Kelly, G. A. (1955). *The psychology of personal constructs (2 Volume)*. New York: Norton.

Kernberg, O. F. (2016). What is personality?. *Journal of Personality Disorders*, 30(2), 145-156.

Kikuchi Y., Watanabe S. (2000). Personality and dietary habits. *J Epidemiol*, 10(3):191–198.

Kottak, C. P. (2002). *Antropoloji: İnsan çeşitliliğine bakış* (S. N. Altuntek ve B. Aydın Şafak, Çev: 1. basım). Ütopya Yayınevi

Kring, A. M., Gordon, A. H. (1998). Sex differences in emotion: Expression, experience, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 686 –703.

Kundakçı, A. H. (2005). *Üniversite Öğrencilerinin Yeme Tutumları, Benlik Algısı, Vücut Algısı ve Stres Belirtileri Açısından Karşılaştırılması*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kuchler, F., Variyam, J. N. (2003). Mistakes were made: misperception as a barrier to reducing overweight. *International Journal of Obesity*, 27, 856-861.

Kutaraner, M. O. (2012). *Obezite olan ve olmayan 14-17 yaş aralığındaki ergenlerin ruhsal süreçlerinin, beden algıları, aile özellikleri ve beslenme alışkanlıkları yönünden incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Lévi-strauss, C. (1978). Antropoloji. çev. Ümit Meriç. *Sosyoloji Konferansı Dergisi*, 16, 102-128.

Lohman, T.G., Roche, A. F., Martorell, R. (1988). *Anthropometric standardization reference manual*. Human Kinetics Books. Champaign, Illinois.

Lynn, R., & Martin, T. (1997). Gender differences in extraversion, neuroticism, and psychoticism in 37 countries. *Journal of Social Psychology*, 137, 369 –373.

Maccoby, E. E., Jacklin, C. N. (1974). *The psychology of sex differences*. Stanford, CA: Stanford University Press.

McCabe, M. P., Ricciardelli, L. A. (2005). A prospective study of pressure from parents, peers, and the media on extreme weight change behaviors among adolescent boys and girls. *Behavior Research and Therapy*, 43, 653–668.

McCrae, R.R., Costa, P.T., Jr. (1984). *Emerging lives, enduring dispositions: Personality in adulthood*. Little, Brown.

McCrae, R.R., Costa, P.T. Jr. (2013). Introduction to the empirical and theoretical status of the five-factor model of personality traits, Widiger, T.A., Costa, P.T. Jr., (Ed.), *Personality disorders and the five-factor model of personality* (s.15-27). American Psychological Association.

McCrae, R. R., John, O. P. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175-215.

McCrae, R. R. (2002). *NEO-PI-R data from 36 cultures: Further intercultural comparisons*. In R. R. McCrae & J. Allik (Eds.), *The five-factor model of personality across cultures* (pp. 105–125). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.

MacNeill, L. P., Best, L. A., & Davis, L. L. (2017). The role of personality in body image dissatisfaction and disordered eating: Discrepancies between men and women. *Journal of Eating Disorders*, 5, 1–9. <https://doi.org/10.1186/s40337-017-0177-8>.

Mazzeo S.E., Slof R.M., Tozzi F., Kendler K.S., Bulik C.M. (2004). Characteristics of men with persistent thinness. *Obes Res.*, 12, 1367–1369. <https://doi.org/10.1038/oby.2004.172>

Merdan, E. (2013). Beş faktör kişilik kuramı ile iş değerleri ilişkisinin incelenmesi: Bankacılık sektöründe bir araştırma. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Elektronik Dergisi*, 4(7), 140-159.

Merten, B. A., Lewinsohn, P. M., Hops, H. (1990). Sex differences and adolescent depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 99 (1), 55-63.

Mertol, S. (2011). *Yetişkin ayrılma anksiyetesi bozukluğu hastalarında mizaç ve karakter özellikleri* [Yayımlanmamış uzmanlık tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi, Tıp Fakültesi, İzmir.

Miller, A. R., Shelly, S. (2008). *A'dan z'ye kişiliğiniz* (2. Baskı). O kitaplar.

Miner-Rubino, K., Twenge, J. M., & Fredrickson, B. L. (2002). Trait self-objectification in women: Affective and personality correlates. *Journal of Research in Personality*, 36, 147–172. <https://doi.org/10.1006/jrpe.2001.2343>.

Murnen, S. K., Don, B. P. (2012). Body image and gender roles. T. F. Cash (Eds.), *Encyclopedia of body image and human appearance* (s. 128–134). Elsevier Academic Press.

Narula, N., Varma, P. (2018). The influence of personality (Extraversion and neuroticism) on body image, mediated by celebrity worship, among Thai female adolescents in Bangkok. *Scholar: Human Sciences*, 9(2), 302.

Neumark-Sztainer, D., French, S. A., Hannan, P. J., Story, M., Fulkerson, J. A. (2005). School lunch and snacking patterns among high school students: Associations with school food environment and policies. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 2(14), 1-7.

Nouri, M., Dolatshahi, B., Dadkhah, A., Falahatdoost, M. (2014). The role of personality factors and sexual self-schema in body image dissatisfaction. *Practice in clinical psychology*, 2(2), 127-134.

O'Brien, K. S., Latner, J. D., Ebner, D., Hunter, J. A. (2012). Obesity discrimination: The role of physical appearance, personal ideology and anti-fat prejudice, *International Journal of Obesity*, 1-16.

Okumuş, E. (2009). Bedene müdahalenin sosyolojisi. *Şarkiyat İlmi Araştırmalar Dergisi*, 2, 1-15.

Onur, P. (2018). Psikoloji kuramları ve yaratıcılık ilişkisi. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(1), 145-156.

Önal, S., Özer, B. K., Sağır, M., Sağır, S., Özdemir, A., Acar, S., Yavuz, C.M. (2019). Üniversite öğrencilerinde beden algısı ve beden kitle endisi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *DTCF Dergisi*, 59(1), 543-558.

Örsel S., Canpolat B., Akdemir A., Ozbay H. (2004). Diyet yapan ve yapmayan ergenlerin kendilik algısı, beden imajı ve beden kitle indeksi açısından karşılaştırılması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 15(1): 5-15.

Özer, E. (2013). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin duygusal zeka ve beş faktör kişilik özellikleri açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Öztürk, A., Kara, A., Körük, S. (2015). Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri, cinsiyet rolleri ve yüz kızarma eğilimlerinin sosyal görünüm kaygılarını yordama gücü ve aralarındaki ilişki. *Turkish Studies*, 10(10), 733-748. <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.8693>

Paçacı, S. (2024). *Mizaç ile obezite, fiziksel aktivite düzeyi ve yeme davranışı ilişkisi* (Erişim No. 852522) [Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurumu Başkanlığı (YÖK) Tez Merkezi.

Parker G., Crawford J. (2007). Chocolate craving when depressed: a personality marker. *Br J Psychiatry*, 191, 351–352.

Pelegriini, A., Sacomori, C., Santos, M. C., Sperandio, F. F., Cardoso, F. L. (2013). Body image perception in women: prevalence and association with anthropometric indicators. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, 16(1), 58-65.

Pfeffer, J., Sutton, R. I. (2006). *Hard facts, dangerous half-truths, and total nonsense: profiting from evidence-based management*, Harvard Business School Press.

Polatçı, S., Sobacı, F. (2014). Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri üzerinde kişilik özellikleri ve duygusal zeka düzeylerinin etkisini belirlemeye yönelik araştırma. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(4), 50-71.

Pope, H. G., Gruber, A. J., Mangweth, B., Bureau, B., DeCol, C., Jouvent, R., Hudson, J. I. (2000). Body image perception among men in three countries. *Am J Psychiatry*, 157(8), 1297-1301.

Provencher, V., Begin, C., Gagnon-Girouard, M., Tremblay, A., Boivin, S., Lemieux, S. (2008). Personality traits in overweight and obese women: Associations with BMI and eating behaviors. *Eating Behaviors*, 9, 294–302.

Quick V.M., Byrd-Bredbenner C. (2013). Disturbed eating behaviours and associated psychographic characteristics of college students. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*, 26, 53–63.

Rahmani, S., Lavasani, M. G. (2012). Gender differences in five factor model of personality and sensation seeking. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 46, 2906-2911. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.05.587>

Roberts, A., Good, E. (2010). Media images and female body dissatisfaction: The moderating effects of the Five-Factor traits. *Eating Behaviors*, 11, 211-216.

Rogers, C. L. (2005). *An investigation of the Big Five and Narrow Personality Traits in Relation to Academic Performance* [Yayımlanmamış doktora tezi]. The University of Tennessee.

Sagioglou, C., Greitemeyer, T. (2014). Bitter taste causes hostility. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 4(12), 1589-1597.

Sağlık, G. N. (2021). Psikanalitik kuram ve sosyal hizmet. *Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, 31, 435-455.

Sarı, H. K., Dikici, E. (2021). Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü öğrencilerinin kişilik özellikleri ile kariyer planlamaları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 3(2), 46-66.

Sarıkadioğlu, H. (2016). *Yetişkinlerde vücut algısı ve kendini kabul düzeyi ile yaşam doyumu ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul

Secord, P. F., Jourard, S. M. (1953). The appraisal of body-cathexis: Body-cathexis and the self, *Journal of Consulting Psychology*, 17(5), 343-347.

Serinikli, N. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Cam Tavan Algıları ile Beş Faktör Kişilik Özellikleri İlişkisi. *Balkan ve Yakın Doğu Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(1), 16-28.

Sharf, R. S. (2014). *Psikoterapi ve psikolojik danışma kuramları: Kavramlar ve örnek olaylar* (N. V. Acar, Çev.; 5. Basım). Nobel Yayın Dağıtım.

Shaw, M. E. (1998). Adolescent breakfast skipping: an Australian study. *Adolescence*, 33, 851-861.

Shiner, R. L., Buss, K. A., McClowry, S. G., Putnam, S. P., Saudino, K. J., and Zentner, M. (2012). What is temperament now? Assessing progress in temperament

research on the Twenty-Fifth Anniversary of Goldsmith et al. (1987), *Child Development Perspectives*, 6(4), 436-444. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2012.00254.x>

Singh, P., Odedra, K., Takwani, T. J., Samani, M. J., Shukla, D. (2021). Body image dissatisfaction and its relation to Body Mass Index, Self-esteem and Big Five Personality traits in India. *International Journal of Health and Clinical Research*, 4(18):208-213.

Slater, A., Tiggemann, M. (2010). Body image and disordered eating in adolescent girls and boys: A test of objectification theory. *Sex Roles*, 63, 42-49.

Slof, R., Mazzeo, S., Bulik, C.M. (2003) Characteristics of women with persistent thinness. *Obes Res.*, 11, 971–977. <https://doi.org/10.1038/oby.2003.134>

Stevens, C. D., Ash, R. A. (2001). Selecting employees for fit: Personality and preferred managerial style. *Journal of Managerial Issues*, 13(4), 500-517.

Sucu, N. (2018). Düzenli egzersiz yapan ve yapmayan kadınların bazı antropometrik özellikler ile beden imgesi ve sosyal fizik kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Aksaray Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aksaray.

Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. Newyork: Norton.

Soba, M., Şimşek, A., Demir, E. (2019). Üniversite Öğrencileri Üzerine Ampirik Bir Uygulama: Beş Faktör Kişilik Modeli. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi (ASEAD)*, 6(2), 28-43.

Somer, O., Korkmaz M., Tatar, A. (2002). Beş faktör kişilik envanterinin geliştirilmesi 1: ölçek ve alt ölçeklerin oluşturulması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17(49), 21-33.

Sönmez, M., Erdenk, S. (2023). Antropoloji Tarihinde Bir Araştırma Nesnesi Olarak “Beden”. *Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 155-171.

Steinfeldt, J. A., Gilchrist, G. A., Halterman, A. W., Gomory, A., Steinfeldt, M. C. (2011). Drive for muscularity and conformity to masculine norms among college football players. *Psychology of Men & Masculinity*, 12(4), 324–338. <https://doi.org/10.1037/a0024839>

Swami, V., Hadji-Michael, M., & Furnham, A. (2008). Personality and individual difference correlates of positive body image. *Body Image*, 5(3), 322-325.

Swami, V., Tran, U. S., Brooks, L. H., Kanaan, L., LUESSE, E. M., Nader, I. W., ... & Voracek, M. (2013). Body image and personality: Associations between the Big Five Personality Factors, actual- ideal weight discrepancy, and body appreciation. *Scandinavian Journal of Psychology*, 54(2), 146- 151.

Swindle, R.W. Jr., Cronkite, R. C., Moss, R. H. (1998). Risk factors for sustained nonremission of depressive symptoms a 4 year follow-up. *The Journal of Nervous & Mental Disease*, 186(8), 462-469.

Szweda S., Thorne P. (2002). The prevalence of eating disorders in female health care student. *Occup Med*, 52(3), 113-9. <https://doi.org/10.1093/occmed/52.3.113>

Şahin, A., Özer, B. Ş. (2006). Beslenme kültüründeki farklılıkların bayan tüketicilerin gıda ürünleri satın alma davranışları üzerindeki etkileri, *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 21(1), 127-145.

Şen, A. K. (2019). *Genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin beş faktörlü kişilik özellikleri ile beden algısı ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmış yüksek lisans tezi]. İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Şoroğlu, C. V., Berkay, E. G., Vural, B. (2021). Mitokondriyal DNA, anaerik kalıtım ve insan, *Sağlık Bilimleri İleri Araştırmalar Dergisi*, 4(2), 65-74.

Tatlıoğlu, K. (2014). Üniversite öğrencilerinin beş faktör kişilik kuramına göre kişilik özellikleri alt boyutlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Tarih Okulu Dergisi (TOD)*, 7(17), 939-971.

Tatlıoğlu, S. S. (2021). Öğrenmeye sosyal bilişsel bir bakış: Albert Bandura. *Sosyoloji Notları*, 5(1), 15-30.

Taymur, İ., Türkçapar, M. H. (2012). Kişilik: tanımı, sınıflaması ve değerlendirmesi. psikiyatride güncel yaklaşımlar. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(2), 154-177. <https://doi.org/10.5455/cap.20120410>

Topçu, B. (2017). *Üniversite öğrencilerinde beden imajı ile bozulmuş yeme davranışı arasındaki ilişkinin cinsiyet ve spor katılımı düzeyi faktörlerine göre incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Topses, G. (2012). Rehberlik ve psikolojik danışma kuramlarının felsefi temelleri. *Folklor/Edebiyat*, 18(70), 93-105.

Tsartsapakis, I., Zafeiroudi, A. (2024). Personality traits and healthy eating habits and behaviors: A narrative review. *Journal of Educational and Social Research*, 14(29), 11-23.

Tuğay, E. (2019). *Üniversite öğrencilerinin yaşam kalitesi beden algısı ve beslenme durumunun saptanması* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Biruni Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul.

Turnbull, S., Ward, A., Treasure, J., Jick, H., Derby, L. (1996). The demand for eating disorder care: An epidemiological study using the general practice research database. *The British Journal of Psychiatry*, 196(6), 705-712.

Tuzcuoğlu, N. (1995), Psikanaliz kuramı ve özellikleri. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7, 275-285.

Uğur, G. (2019). *Bir üniversitenin aşçılık ve işletme bölümü öğrencilerinin besin seçimlerinin beden algısı üzerindeki etkisinin incelenmesi ve karşılaştırılması* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Biruni Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Uskun E., Şabaplı A. (2013). Lise öğrencilerinin beden algıları ile yeme tutumları arasındaki ilişki, *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 12(5), 519-528.

Utlualp, N., Ercan, İ. (2015). Anthropometric Measurements Usage in Medical Sciences, *Hindawi Publishing Corporation BioMed Research International*, 1-7. <http://dx.doi.org/10.1155/2015/404261>

Ünal, S., Küey, L., Güleç, C., Bekaroğlu, M., Evlice, Y. E., Kırılı, S. (2002). Depresif bozukluklarda risk etkenleri. *Klinik Psikiyatri*, 5, 8-15.

Vecchione, M., Alessandri, G., Barbaranelli, C., Caprara, G. (2012). Gender differences in the Big Five Personality development: A longitudinal investigation from late adolescence to emerging adulthood. *Personality and Individual Differences*, 53, 740-746.

Wadden, T. A., Foster, G. D., Stunkard, A. J., Linowitz, J.R. (1989). Dissatisfaction with weight and figure in obese girls: discontent but not depression. *International Journal of Obesity*, 13, 89-97.

Weiner, J., Lourie, J. A. (1969). *Human Biology: A guide to field methods IBP handbook*. Wayne State University Press.

Weisberg, Y. J., DeYong, C. G. Hirsh, J. B. (2011). Gender differences in personality across the ten aspects of the Big Five, *Frontiers in Psychology*, 2, 1-11.

Willimon, W.H., (2000). Your Message Here, *Trusteeship*, 8(3), 21-24.

Yenilmez, D. T., Akman, A. Z. (2023). Beş faktör kişilik özelliklerinin iş bulma kaygısı üzerindeki etkisi: Ön lisans öğrencileri üzerine bir araştırma. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Dergisi*, 5(2), 146-164.

Yıldırım, C. (2000). *Çağdaş felsefe sözlüğü terimler- öğretiler- filozoflar*. Bilgi Yayınevi.

Yıldız, M. (2016). Üniversite öğrencilerinde duygusal zeka, yaşam doyumu ve depresyonun cinsiyet ve sınıf seviyelerine göre etkileri. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 6(11), 451-474.

Yılmaz, M. (2019). *Lise öğrencilerinde yaratıcı kişilik ile beş faktör kişilik özellikleri arasında ilişkiler* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yurdakul, Y. (2019). *Beş faktör kişilik özellikleri ve karanlık üçlü kişilik özelliklerinin eş uyumu ile olan ilişkileri: evli çiftlerde kesitsel bir çalışma*

[Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Zaccagni L., Masotti S., Donati R., Mazzoni G., Gualdi-Russo E. (2014).Body image and weight perceptions in relation to actual measurements by means of a new index and level of physical activity in Italian university students. *Journal of Translational Medicine*, 12(1): 1



EKLER

EK 1: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Aşağıda, katılacak olduğunuz araştırmaya katkı sağlayacağı düşünülen bazı sorular bulunmaktadır. Kişisel bilgilerinizin tümü gizli tutulacaktır. Bütün soruların eksiksiz ve en doğru biçimde cevaplandırılması bu çalışma için büyük önem taşımaktadır.

Cinsiyet	
Yaş	
Boy	
Kilo	
Üniversite	
Bölüm	

EK 2: BESLENME ALIŞKANLIKLARI ÖLÇEĞİ

Aşağıda beslenme alışkanlıklarıyla ilgili cümleler bulunmaktadır. Doğru veya yanlış cevap diye bir şey yoktur, lütfen size uygun gelen ifadeyi işaretleyiniz,

	Tamamen Karşıyım	Çoğunlukla Karşıyım	Kararsızım	Çoğunlukla Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Yağsız yiyecekler yemekyi tercih ederim.					
2. Yemek yemek benim için bir zevktir.					
3. Pek çok yemeği severim.					
4. Abur cubura bayılırım.					
5. Tatlılardan fazla hoşlanmam.					
6. Bazen yemek yemekyi unuttuğum olur.					
7. Öğün aralarında hiçbir şey yemem.					
8. Yemek yiyen insanları görünce acıktığımı anlarım.					
9. Televizyon seyrederken sık sık atıştırırım.					
10. Gece acıkınca yemek yemekyi sevmem.					
11. Ayak üstü bir şeyler yemekyi severim.					
12. İştahım pek yerinde değildir.					
13. Fazla kilom var.					
14. Su içsem yarıyor.					
15. Şişman olmakta bir sakınca görmüyorum.					
16. Düzenli olarak diyet uyguluyorum.					
17. Spor yapan herkes zayıflayabilir.					
18. Rejim yapmak zayıflamak için ön koşuldur.					
19. Zayıflamak isteyen abur cubur yemez.					
20. Kalorisi düşük yemekler yemek zayıflamak için					
21. Zayıflamak isteyen bir kimse mutlaka diyetisyen kontrolüne girmelidir.					
22. İstedğim zaman rahatlıkla kilo alabiliyorum.					
23. Hareketsizlik şişmanlatır.					
24. İstedğim zaman rahatlıkla kilo alabiliyorum.					
25. Rejim yaparak zayıflayan bir kimse tekrar					
26. Kilolu insanlar daha sağlıklıdır.					
27. Kadınlar daha kolay kilo alır.					
28. Kilo kadınlar için önemli bir sorundur.					
29. Kilo erkekler için önemli bir sorundur.					
30. En çok kadınlar kilo konusunu problem yapıyorlar.					
31. Şişman insanlar alay konusu olabilir.					
32. Şişman insanlar rahatına düşkün insanlardır.					
33. Şişman kişileri cinsel yönden çekici bulmam.					
34. Zayıf bir sevgilim(eşim) olsun isterim.					
35. Şişmanlayacağım diye endişeleniyorum.					

36. Kilo aldığım zaman kendimi iğrenç hissediyorum.					
37. Başıma gelebilecek en kötü şeylerden biri					
38. Bazı insanların şişman olmalarının sebebi hiç irade sahibi olmamalarıdır.					
39. Şişman kişileri ciddiye almakta zorluk çekiyorum.					
40. Kilolu insanlardan pek hoşlanmam.					
41. Şişmanlık hiç sağlıklı bir şey değildir.					
42. Şişman kişiler çoğunlukla kendi hatalarından şişmanlamışlardır.					
43. Şişman insanların bir kısmı akıllı olduğu halde genelde normal insanlar kadar zeki olmazlar.					
44. Şişman kişileri güvenilmez buluyorum.					
45. Şişman arkadaşım pek yoktur.					
46. Eğer işveren olsaydım şişman birini işe almazdım.					
47. Şişmanlar kendimi rahatsız hissetmeme neden olur.					
48. Arkadaşlarım zayıf olmanın çok önemli olduğunu düşünür.					
49. Kültürümüzde zayıf olmak önemsizdir.					
50. Bence şişman olmak önemli bir konu değil.					
51. Şişman kişileri çok çekici buluyorum.					
52. Ülkemizde şişman sayısı çok fazladır.					
53. Kültürümüzde şişmanlık iyi bir şeydir.					
54. Kültürümüzde zayıf kişiler daha çekici bulunmaktadır.					
55. Sağlığım iyi olmayacağı için şişman olmak istemem.					
56. Kişisel görünümüm bozulacağı için şişman olmak istemem.					
57. Herkes zayıf kişileri seveceği için zayıf olmak					
58. Fiziksel rahatsızlık hissetmemek için zayıf olmak					
59. Kendimin kontrolden yoksun olduğumu göstermemek için şişman olmak istemem.					
60. Kıyafetler zayıfların üstünde daha iyi duracağı için zayıf olmak isterim.					
61. Bence şişmanlık kalıtsaldır.					
62. Bence herkes kilosunu kontrol edebilir.					
63. Kilo kontrol dışı bir olgudur.					
64. Kilo vermenin irade ile ilgisi yoktur.					
65. Şişman kişiler bir parça egzersiz ile en azından biraz kilo kaybedebilirler.					

EK 3: VÜCUT ALGISI ÖLÇEĞİ

Lütfen vücut özelliklerinizle ilgili size en uygun ifadeyi işaretleyiniz.

	Çok Beğeniyorum	Oldukça Beğeniyorum	Kararsızım	Pek Beğenmiyorum	Hiç Beğenmiyorum
1. Saçlarım					
2. Yüzümün rengi					
3. İştahım					
4. Ellerim					
5. Vücudumdaki kıl dağılımı					
6. Burnum					
7. Fiziksel gücüm					
8. İdrar-dışkı düzenim					
9. Kas kuvvetim					
10. Belim					
11. Enerji düzeyim					
12. Sırtım					
13. Kulaklarım					
14. Yaşım					
15. Çenem					
16. Vücut yapım					
17. Profilim					
18. Boyum					
19. Duyularımın keskinliği					
20. Ağrıya dayanıklılığım					
21. Omuzlarımın genişliği					
22. Kollarım					
23. Göğüslerim					
24. Gözlerimin şekli					
25. Sindirim sistemim					
26. Kalçalarım					
27. Hastalığa direncim					
28. Bacaklarım					
29. Dişlerimin şekli					
30. Cinsel gücüm					
31. Ayaklarım					
32. Uyku düzenim					
33. Sesim					
34. Sağlığım					
35. Cinsel faaliyetlerim					
36. Dizlerim					
37. Vücudumun duruş şekli					
38. Yüzümün şekli					
39. Kilom					
40. Cinsel organlarım					

EK 4: ANTROPOMETRİ FORMU

Vücut Ağırlığı	
Boy	
Beden Kitle İndeksi	
Göğüs Çevresi	
Üst Kol Çevresi	
Bel Çevresi	
Kalça Çevresi	
Baldır Çevresi	
Triceps Deri Kıvrımı Kalınlığı	
Biceps Deri Kıvrımı Kalınlığı	
Supscapular Deri Kıvrımı Kalınlığı	
Supraspinale Deri Kıvrımı Kalınlığı	
Baldır Deri Kıvrımı Kalınlığı	

EK 5: ANKARA ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ALT ETİK KURULU KARARI

ANKARA ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ALT ETİK KURULU KARAR ÖRNEĞİ

Karar Tarihi : 05/11/2021
Toplantı Sayısı : 17
Karar Sayısı : 336

336-Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü Antropoloji Anabilim Dalı doktora öğrencilerinden **Ece Sinanoğlu**'nun "Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özelliklerinin, Beslenme Alışkanlıklarına, Beden Algılarına ve Antropometrik Ölçümlerine Etkisinin İncelenmesi" başlıklı tezi ile ilgili "İnsan Üzerinde Yapılan Klinik Dışı Araştırmalar Başvuru Formu" Etik Kurulumuzca incelendi.

Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü Antropoloji Anabilim Dalı doktora öğrencilerinden **Ece Sinanoğlu**'nun "Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özelliklerinin, Beslenme Alışkanlıklarına, Beden Algılarına ve Antropometrik Ölçümlerine Etkisinin İncelenmesi" başlıklı tezinin araştırma protokolüne uyulması ve etik onay tarihinden itibaren geçerli olması koşuluyla uygulanmasının etik açıdan uygun olduğuna oybirliği ile karar verildi.

EK 6: BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ'NDEN ARAŞTIRMA İÇİN ALINAN İZİN



1993

BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
Akademik Değerlendirme Koordinatörlüğü

Sayı : E-62310886-302.14.01-135147
Konu : Ece Sinanoğlu Hk

ANKARA ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

İlgi : 26.05.2022 tarih ve 510126 sayılı yazı, Ankara Üniversitesi Rektörlüğüne

İlgi yazınızla talep edilen; Sosyal Bilimler Enstitüsü Antropoloji Ana Bilim Dalı doktora programı öğrencisi Ece SİNANOĞLU'nun, "Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özelliklerinin, Beslenme Alışkanlıklarına, Beden Algılarına ve Antropometrik Ölçümlerine Etkisinin İncelenmesi" başlıklı doktora tez çalışması kapsamındaki anket uygulamasını, Üniversitemizde yapmasında bir sakınca bulunmamaktadır.

Bilgilerinizi saygılarımla arz ederim.

Prof. Dr. M. Abdülkadir VAROĞLU
Rektör Yardımcısı

ÖZET

Kişilik, hayatın her alanında etkili olan kapsamlı ve önemli bir kavramdır. Kültürel yapı, geçmiş yaşantı, sosyal ortam, aile ortamı ve daha pek çok unsur kişilik üzerinde etkiliyken kişilik de hayatın içerisinde birçok alana etki etmektedir. Kişilik üzerinde sayısız çalışma bulunmaktadır ancak antropometrik veriler ve kişiliğin bir arada değerlendirildiği bir araştırma ülkemizde bulunmamaktadır. Bu sebeple çalışmamızın literatüre katkı sağlayacağına inanılmaktadır.

Çalışmamız Ankara ve Başkent Üniversitesi'nde lisans eğitimi gören 17-25 yaş aralığında 200 kadın, 200 erkek olmak üzere toplam 400 kişi üzerinde gerçekleştirilmiş kesitsel bir çalışmadır. Çalışmamız kapsamında Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi, Beslenme Alışkanlıkları Ölçeği ve Vücut Algısı Ölçeği kullanılmış, katılımcılardan çeşitli antropometrik ölçümler alınmıştır.

Çalışmamız neticesinde elde edilen veriler değerlendirildiğinde, kadınların erkeklere oranla daha nevroitik, dışadönük, yumuşak başlı ve deneyime açık özellikler gösterdiği, erkeklerin şişmanlığa karşı ön yargılarının, kadınların ise beden memnuniyetsizliklerinin daha fazla olduğu anlaşılmıştır. Ağırlık, boy ve BKE değerleri arttıkça yumuşak başlılık özelliğinin azaldığı, ağırlık arttıkça şişmanlığa yönelik ön yargıların da arttığı görülmüştür. Göğüs ve kalça çevresi değerleri arttıkça dışa dönüklük özelliğinin azaldığı ve şişmanlığa yönelik ön yargılar arttığı dikkat çekmiştir. Bunun yanı kişilik özellikleri ve beden algısı değerleri arasında; ağırlık, BKE, göğüs ve bel çevresi değerleri ve beslenme alışkanlıkları alt boyutları arasında belirgin ilişkiler olduğu anlaşılmıştır.

Elde edilen bulgular değerlendirildiğinde pek çok farklı alanda faydalanılabilecek sonuçlara ulaşıldığı değerlendirilmekte ve yapılacak çalışmalara referans olabilecek bir kaynak çalışma olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Nevrotizm, Deneyime açıklık, Yumuşak başlılık, Dışadönüklük, Sorumluluk, Beden algısı, Antropometri.

ABSTRACT

Personality is a fundamental concept that influences many aspects of life. While various factors such as cultural background, past experiences, social environment, and family structure play a role in shaping personality, personality itself also affects different areas of life. Although numerous studies have been conducted on personality, no research has simultaneously evaluated anthropometric data. Therefore, we believe that our study contributes to the literature.

Our study is a cross-sectional research conducted on a total of 400 undergraduate students (200 women and 200 men) aged 17-25, studying at Ankara and Başkent Universities. Within the scope of our study, the Adjective-Based Personality Test, the Eating Habits Scale, and the Body Perception Scale were used. Additionally, various anthropometric measurements were taken from the participants.

When the data obtained as a result of our study were evaluated, it was understood that women showed more neurotic, extroverted, agreeable and open to experience characteristics compared to men, men had more prejudices against obesity, and women had more body dissatisfaction. It was observed that as weight, height and BMI values increased, agreeableness decreased, and as weight increased, prejudices against obesity also increased. It was noted that as chest and hip circumference values increased, extroversion decreased and prejudices against obesity increased. In addition, it was understood that there were significant relationships between personality traits and body perception values; weight, BMI, chest and waist circumference values and nutritional habits sub-dimensions.

Based on these findings, our study serves as a valuable resource that can be used in various fields and act as a reference for future research.

Keywords: Neuroticism, Openness, Agreeableness, Extraversion, Conscientiousness, Body image, Anthropometry