

## Efnisyfirlit

Töfluskrá.....	2
Myndaskrá .....	3
Inngangur.....	4
Sjálfsvirðing.....	7
Sjálfsvirðing.....	7
Yfirþyngd.....	8
Tengsl sjálfsvirðingar við BMI líkamsþyndarstuðul .....	10
Tengsl sjálfsvirðingar og líkamlegrar þjálfunar .....	14
Tengsl sjálfsvirðingar og reykinga .....	17
Samantekt .....	19
Aðferð.....	21
Þátttakendur .....	21
Mælitæki .....	22
Framkvæmd .....	24
Gagnaúrvinnsla .....	25
Niðurstöður .....	27
Umræða.....	37
Heimildaskrá.....	44
Viðauki A	
Viðauki B	
Viðauki C	