

**T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
UYGULAMALI PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**METROPOLDE VE KÖYLERDE YAŞAYAN
KADINLARIN BEDEN ALGILARI VE YEME
TUTUMLARI ÜZERİNDE MEDYA ETKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Hazırlayan
Yasemin KARSLI**

**Danışmanı
Doç. Dr. Ebru ŞALCIOĞLU**

İstanbul – 2013

HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

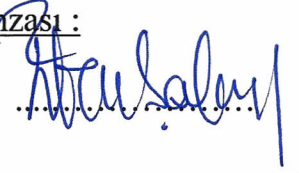
Psikoloji Anabilim Dalı Uygulamalı Psikoloji Programı Tezli Yüksek Lisans öğrencisi **Yasemin Karşlı** tarafından hazırlanan “**Metropolde ve Köylerde Yaşayan Kadınların Beden Algıları ve Yeme Tutumları Üzerinde Medya Etkisi**” adlı bu çalışma jürimizce Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Sınav Tarihi : 26.06.2013

(Jüri Üyesinin Ünvanı , Adı , Soyadı ve Kurumu) :

İmzası :

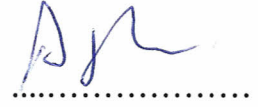
Jüri Üyesi : Doç.Dr.Ebru Şalcıoğlu
Danışman- HAL.Üniv. Psikoloji ABD Öğr.Üyesi



Jüri Üyesi : Yrd.Doç.Dr.Seda Bayraktar
HAL.Üniv. Psikoloji ABD Öğr.Üyesi



Jüri Üyesi: Yrd.Doç.Dr.Aslı Burçak Taşören
HAL.Üniv. İngilizce Mütercim Tercümanlık Öğr.Üyesi



Jüri Üyesi : Yrd.Doç.Dr.Pervin Sevda Bıkmaz
HAL.Üniv. Psikoloji ABD Öğr.Üyesi (Yedek)

.....

Jüri Üyesi: Prof.Dr.Özkan Pektaş
HAL.Üniv. Psikoloji ABD Öğr.Üyesi (Yedek)

.....

ÖNSÖZ

Tez çalışmam boyunca bilgi ve önerileri ile bana yol gösteren değerli tez danışmanım Doç. Dr. Ebru ŞALCIOĞLU'na sonsuz teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım. Çalışmam konusundaki yardım ve katkılarından ötürü sevgili arkadaşlarım Sema AKTÜRK'e, Merve YILMAZ'a, Neslihan MUTLU'ya, Şekibe DÖNMEZ'e, Meltem VARAN'a, Şeyma RODOP'a ve burada adını saymadığım çalışmam süresince desteğini esirgemeyen herkese sonsuz sevgi ve teşekkürlerimi sunarım.

Ayrıca bu araştırmanın gerçekleşmesini sağlayan araştırmaya katılan bütün kadınlara ve Bartın köylerinde veri toplama sürecinde desteklerini ve yardımlarını esirgemeyen kadınlara sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

İstanbul, 2013

Yasemin KARSLI

İÇİNDEKİLER

	Sayfa No
KISALTMALAR LİSTESİ	III
TABLO LİSTESİ	IV
ÖZET	V
ABSTRACT	VI
1. GİRİŞ	1
1.1. Yeme Bozuklukları.....	2
1.2. Yeme Bozukluklarının Etiyolojisi	3
1.3. Yeme Bozukluklarının Başlangıcı, Gidişatı ve Yaygınlığı	4
1.4. Anoreksiya Nervozanın Klinik Özellikleri.....	7
1.4.1. Anoreksiya Nervozanın Tanı Kriterleri	7
1.4.2. Anoreksiya Nervozanın Alt Tipleri.....	8
1.5. Bulimiya Nervozanın Klinik Özellikleri	8
1.5.1. Bulimiya Nervozanın Tanı Kriterleri	9
1.5.2. Bulimiya Nervozanın Alt Tipleri	10
1.6. Başka Türlü Tanımlanamayan Yeme Bozuklukları	10
1.7. Tıkanırçasına Yeme Bozukluğu	11
1.8. Yeme Bozukluklarının Diğer Psikiyatrik Bozukluklar ile Komorbiditesi	11
1.8.1. Eksen I Psikiyatrik Bozukluklar	11
1.8.1.1. Duygudurum Bozuklukları.....	11
1.8.1.2. Kaygı Bozuklukları	11
1.8.1.3. Madde Kullanım Bozuklukları.....	12
1.8.1.4. Dürtü Kontrol Bozuklukları	12
1.8.2. Eksen II Bozuklukları	13
1.8.2.1. Kişilik Bozuklukları	13
1.9. Beden Algısı ve Beden Algısı Bozukluğu.....	13
1.9.1. Beden Algısı Bozukluğunun Yeme Bozuklukları ile İlişkisi.....	15
1.9.2. Beden Algısı Üzerinde Sosyokültürel Faktörlerin Rolü	16
1.9.3. Beden Algısı Üzerinde Medyanın Rolü	17
1.10. Araştırmanın Amacı ve Hipotezleri.....	24
2. YÖNTEM.....	25
2.1. Örneklem	25
2.2. Veri Toplama Araçları.....	26
2.2.1. Medya Takibi ve Beden Algısı Yarı-Yapılandırılmış Görüşme Formu ..	26
2.2.2. Görsel Kadın Bedeni Derecelendirme Ölçeği.....	27
2.2.3. Yeme Tutum Testi	27
2.2.4. Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu	28

2.3. Uygulama	29
2.3.1. Veri Değiştirme İşlemleri.....	30
2.4. Bulgular	32
2.4.1. Demografik Bilgiler	32
2.4.2. Medya Takip Özellikleri	32
2.4.3. Beden Algısı ve Kilo Özellikleri.....	33
2.4.4. Görünüm Hakkındaki İnançlar ve Yeme Tutumları	38
2.4.5. Görünüme Verilen Önemin Yordayıcıları	38
2.4.6. Gerçek Beden Kitle İndeksi ve İstenilen Beden Kitle İndeksi Arasındaki Farkın Yordayıcıları	41
2.4.7. Yeme Tutumlarında Bozulmanın Yordayıcıları	42
3. TARTIşMA	43
4. KAYNAKLAR	49
5. EKLER.....	56
Ek 5. 1. Bilgilendirilmiş Onay Formu	56
Ek 5. 2. Medya Takibi ve Beden Algısı Yarı-Yapılandırılmış Görüşme Formu ...	57
Ek 5. 3. Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu	62
Ek 5. 4. Tarihsel Süreç İçinde Güzel Kabul Edilmiş Kadın İmajları	64
ÖZGEÇMİş	66

KISALTMALAR

ANOVA	: Tek Yönlü Varyans Analizi
APA	: American Psychiatric Association
Ark.	: Arkadaşları
BKİ	: Beden Kitle İndeksi
Bkz.	: Bakınız
DSM-IV	: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
GHI-R	: Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu
GKBDÖ	: Görsel Kadın Bedeni Derecelendirme Ölçeği
Ort.	: Ortalama
sd	: Serbestlik Derecesi
SEGE	: İllerin Sosyoekonomik Gelişmişlik Sıralaması
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences
SS	: Standart Sapma
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
YTT	: Yeme Tutum Testi

TABLO LİSTESİ

	Sayfa No
Tablo 2. 1. Katılımcıların Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre Dağılımı.....	35
Tablo 2. 2. Katılımcıların Medya Takip Özelliklerine Göre Dağılımı.....	36
Tablo 2. 3. Katılımcıların Fiziksel Özelliklerini Beğendikleri Kadınlara Göre Dağılımı.....	36
Tablo 2. 4. Katılımcıların Gerçek Beden Kitle İndeksleri ile Algıladıkları ve İstedikleri Beden Kitle İndekslerine Göre Dağılımı.....	37
Tablo 2. 5. Katılımcıların Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu Maddeleri Puan Ortalamalarına Göre Dağılımı.....	40

GENEL BİLGİLER

Adı ve Soyadı : Yasemin KARSLI
Anabilim Dalı : Psikoloji
Programı : Uygulamalı Psikoloji
Tez Danışmanı : Doç. Dr. Ebru ŞALCIOĞLU
Tez Türü ve Tarihi : Yüksek Lisans-Haziran 2013

METROPOLDE VE KÖYLERDE YAŞAYAN KADINLARIN BEDEN ALGILARI VE YEME TUTUMLARI ÜZERİNDE MEDYA ETKİSİ

ÖZET

Literatürde beden algısı üzerinde medyanın etkisini inceleyen çalışmalar ince kadın ideallerine maruz kalmanın beden algısını olumsuz etkilediğini ve kadınların kendilerini olduklarından daha kilolu algılamalarına sebep olduğuna işaret etmektedir. Bu çalışmada İstanbul'un merkez ilçelerinde ve Bartın'ın köylerinde doğmuş, büyümüş ve hali hazırda bu merkezlerde yaşayan kadınların beden algılarının, görünüm hakkındaki inançlarının ve yeme tutumlarının medyada maruz kaldıkları ince kadın imajından ne kadar etkilendiğini incelemek amaçlandı. İstanbul (n=100) ve Bartın'da (n=100) yaşamakta olan 200 kadına bu çalışma için geliştirilen Medya Takibi ve Beden Algısı Yarı-Yapılandırılmış Görüşme Formu, Görsel Kadın Bedeni Derecelendirme Ölçeği, Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu ile Yeme Tutumu Testi uygulanmıştır. Bulgulara göre İstanbul'daki kadınlar Bartın'dakilere nazaran ince kadın imajının idealleştirildiği yerli ve yabancı medya araçlarını daha sık takip ediyorlardı ve görünümüne daha fazla önem veriyorlardı. Her iki ildeki kadınlar kendilerini olduklarından zayıf algıladı ve İstanbul'daki kadınlar daha zayıf olmalarına rağmen Bartın'dakilerden kilo memnuniyetsizliği ve vermek istedikleri kilo miktarı açısından farklılık göstermediler. Lineer regresyon analizleri kadınların görünümüne verdikleri önemin olmak istedikleri kiloyu yordadığını, görünümüne verilen önemi ise eğitim düzeyinin belirlediğini gösterdi. Yeme tutumlarında bozulmayı yabancı medya araçları ve yerli/yabancı moda-magazin takibi ve görünümüne verilen önem düzeyi yordadı. Bu bulgular medyada idealleştirilen kadın imajına maruz kalma sıklığının tek başına belirleyici olmadığını, bunun etkisinin kadınların kendini bu imajlarla ne kadar karşılaştırdığı ve bu imajları ne kadar içselleştirdiği belirlenmeden incelemenin mümkün olmadığını düşündürdü. Gelecekte yapılacak çalışmalar bu metodolojik sorunu aşarak kültürümüzde medya ve beden algısı arasındaki ilişkiyi daha iyi ışık tutacaktır.

Anahtar Sözcükler: Beden algısı, yeme bozuklukları, görünüm hakkındaki inançlar, medya etkisi, ince beden ideali

GENERAL KNOWLEDGE

Name and Surname : Yasemin KARSLI
Field : Psychology
Program : Applied Psychology
Supervisor : Associate Professor Ebru ŞALCIOĞLU
Degree Awarded and Date: Master-June 2013

MEDIA EFFECTS ON BODY IMAGE AND EATING ATTITUDES OF THE WOMEN LIVING IN METROPOLITAN AND RURAL AREAS

ABSTRACT

Studies that have examined the impact of the media on body image indicate that exposure to thin women ideals affects appraisal of body image and leads women to perceive themselves heavier than they actually are. This study aims to investigate the effect of media portrayal of thin body ideals on body image, appearance schemas, and eating attitudes of women who were born, grew up and live in either central districts of İstanbul or in rural areas of Bartın. A total of 200 women living in İstanbul (n=100) and Bartın (n=100) were administered Semi-Structured Interview Form on Media Exposure and Body Image, Female Photographic Figure Rating Scale, Eating Attitudes Test and Appearance Schemas Inventory-Revised version. According to the findings women in İstanbul were more often exposed to local and foreign media that idealized thin female body image and place more importance on their appearance. Women in both study sites perceived themselves thinner than they actually were, but compared to women in Bartın women in İstanbul were thinner, more dissatisfied with their bodies and did not differ in the amount of weight they wanted to lose. Linear regression analyses showed that the level of importance women placed on their appearance predicts the difference between their actual and ideal body mass indices, while the level of education predicts the level of importance they attached to their appearance. Disordered eating attitudes were predicted by exposure to foreign media and local / foreign fashion and celebrity news. These findings suggested that media exposure by itself is not a sufficiently strong predictor of desired body image, the former should be examined while controlling for the effects of how much women compare themselves to and internalize body image ideals portrayed in the media. Future studies should examine this issue overcoming the methodological weaknesses of this study.

Keywords: Body image, eating disorders, appearance schemas, media effects, thin body ideal

1. GİRİŞ

Tarih boyunca toplumların ideal kadın bedenine ilişkin standartları değişiklik göstermiştir. Geçmiş dönemlerdeki kadın resimlerine ve tablolarına bakıldığında tarihsel süreç içerisinde bu değişimin izlerini görmek mümkündür (Bkz:Ek 5.4.). Onaltıncı ve 17. yüzyılda güzel kabul edilen kadınlar, tombul vücutları, kalın belleri, yuvarlak ve tombul yüzleri ile dikkat çekerken 18. yüzyıldan itibaren kadınların belleri incelmeye başlamış, vücutlarının diğer kısımları ise tombul kalmaya devam etmiştir. Ondokuzuncu yüzyıldan itibaren ise ince belli, dolgun göğüslü ve dolgun kalçalı kadınlar güzel olarak kabul edilmiştir. Yirminci yüzyıla gelindiğinde güzel kadın imajı çok daha ince ve daha az kıvrımlı bir şekil kazanmıştır.

İdeal kadın imajında zaman içinde değişiklikler olurken, kadınlar beden şekillerini ve kilolarını değiştirmek konusunda güncel yönelimlere uyum sağlamaları yönünde teşvik edilmişlerdir. Asırlar boyunca kadınlar, dönemin mevcut güzel kadın idealine ulaşmak için çeşitli sıkıntılar çekmiştir. Sağlık sorunlarına yol açmasına ve hareketi kısıtlamasına rağmen kullanılan ayak bağlama ve sıkı korseler giyme gibi uygulamalarda bu açıkça görülmektedir. 1990'lardan itibaren ise özellikle batı toplumlarında güzelliğin ince olma ile özdeşleştirilmesi ile ideal bedene ulaşmak için kullanılan bu tarz uygulamaların yerini katı diyetler ve estetik cerrahi gibi yöntemler almıştır (Grogan, 2001: 25).

İnce kadın idealinin toplumlara benimsetilmesinde kullanılan en etkili araçlardan biri medyadır. Literatürde beden algısı üzerinde medyanın etkisini inceleyen birçok çalışma ince kadın ideallerine maruz kalmanın beden algısında bozulma (Groesz, Levine ve Murnen, 2002) ve beden memnuniyetsizliği ile (Cusumano ve Thompson, 2001) ilişkili olduğunu bildirmiştir. Bireyler, nasıl göründüklerine dair endişeleri aşırı bir seviyeye ulaştığında görünümünü kontrol etmek için yeme tutumlarını ve beslenme alışkanlıklarını değiştirmek gibi yolları deneyebilirler (Wykes ve Gunter, 2004: 199).

Bazı araştırmacılara göre yeme tutumlarında bozulma görülen kadınlar başkalarının onları yalnızca görünümleri üzerinden değerlendirdiğine inanırlar (Cooper ve Fairburn, aktaran Wykes ve Gunter, 2004: 199). Literatürdeki bazı diğer bulgular yeme bozukluğu olan bireylerin beden ölülerini olduklarından fazla algıladıklarını bildirmiştir (Cash ve Brown, Cooper ve Taylor, aktaran Wykes ve Gunter, 2004: 199).

1.1. Yeme Bozuklukları

Yeme bozuklukları, yeme tutum ve davranışlarında ciddi bozulmalar ile karakterize olan (APA, 1994; Baltacı, 2008), kadınlar arasında yaygın görülen, nüks oranı yüksek (Stice ve Shaw, 2002), yataklı tedavinin, tıbbi komplikasyonların ve komorbid psikopatolojinin sık görüldüğü, bir kronik psikiyatrik bozukluk türüdür (Stice, Trost ve Chase, 2003).

Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı'na (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders; DSM-IV) göre yeme bozuklukları Anoreksiya Nervoza ve Bulimiya Nervoza olmak üzere iki ayrı özgül tanıyı kapsar. Anoreksiya Nervoza minimal normal vücut ağırlığını korumayı reddetmek ile karakterize bir yeme bozukluğu türüdür (APA, 1994: 539). Zayıflama isteği, şişmanlama korkusu, bozuk beden algısı, bedensel görünümün kişinin kendine dair değerlendirmeleri üzerindeki abartılı ve yersiz etkisi, beden ağırlığındaki düşüklüğün ciddiyetini inkar ve kadınlarda adet görmeme bu bozukluğun özellikleridir (Stice ve Shaw, 2002). Bulimiya nervoza ise laksatiflerin ve idrar söktürücülerin kötüye kullanımı, kendini kusturma, kendini a bırakma ya da aşırı egzersiz yapma gibi uygunsuz telafi edici davranışların takip ettiği tekrarlayıcı tıkanırcasına yeme ataklarıdır (APA, 1994: 539).

Bulimiya nervozada kontrol edilemeyen tıkanırcasına yeme, kilo almayı önlemek için telafi edici davranışlara başvurma (r: kusma) ve beden şeklinin, kendini değerlendirme üzerinde abartılı ve yersiz etkisi mevcuttur (Stice ve Shaw, 2002).Beden şeklini ve kilosunu algılamada bozulma Anoreksiya Nervoza ve Bulimiya Nervoza'nın her ikisinin de temel özelliğidir. Başka Türlü Tanımlanamayan Yeme Bozuklukları kategorisi ise DSM-IV' de belirli bir yeme bozukluğu ltn karşılamayan yeme bozukluklarını belirtmek için kullanılmaktadır (APA, 1994: 539).

1.2. Yeme Bozukluklarının Etiyolojisi

Yeme bozukluklarının ortaya çıkmasının altında yatan nedenler tam olarak bilinmemekle beraber psikolojik, sosyal (Baltacı, 2008; Kanbur, 2006), fiziksel (Baltacı, 2008) ve biyolojik (Kanbur, 2006) faktörlerin hepsinin bozukluğun gelişmesinde önemli bir rolü olduğu düşünülmektedir. Genetik özellikler açısından ele alındığında anoreksiya nervoza hastalarının birinci derece biyolojik akrabalarında anoreksiya nervoza riskinin yüksek olduğu görülmüştür. Bu hastalar ile yapılan ikiz çalışmalarında hastalığın görülme oranının tek yumurta ikizlerinde çift yumurta ikizlerine göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur (APA, 1994; 543). Yeme bozukluğu olan kişilerin ailelerinde yaşam boyu yeme bozukluğu görülme riskinin, ailesinde yeme bozukluğu olmayanlara göre 10 kat fazla bildirilmiştir (Kulaksızoğlu ve ark., 2009). Kuruoğlu'nun (2000) aktardığına göre Gershon, anoreksiklerin birinci derece akrabalarında %2.0 oranında anoreksiya nervoza, %4.4 oranında ise bulimiya nervoza olduğunu bildirmiştir.

Literatürdeki bulgular aile tutumlarının da yeme tutumlarında bozulmaların ortaya çıkması ile ilişkili olduğuna işaret etmektedir Tanrıverdi ve arkadaşlarının (2011) yürüttüğü, örneklem grubu 446 lise öğrencisinden oluşan bir araştırmada lise öğrencilerinde yeme davranışı, yeme tutumları ve benlik saygısı ve bunların aralarındaki ilişki incelemiştir. Beslenmelerini kötü olarak tanımlayan öğrencilerin daha düşük benlik saygısına sahip oldukları ve daha olumsuz yeme tutumları gösterdikleri bulunmuştur. Ayrıca ailenin tutumu ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olduğu, olumsuz aile tutumlarına maruz kalan öğrencilerin benlik saygılarının daha düşük olduğu bulunmuştur. Bulgular öğrencilerin %17.3'ünün yeme tutumlarında bozulma olduğunu ve benlik saygısı düşük olan öğrencilerin olumsuz yeme tutumlarına sahip olduklarını göstermiştir (Tanrıverdi ve ark., 2011).

Yapılan diğer bir çalışmada 77 annenin ergenlik çağındaki kızlarında görülen bozuk yeme davranışları ile ilişkili olan tutum ve davranışları incelenmiştir. Bulimik hastalara eş değer düzeyde yeme bozukluğu sergileyen kızların anneleri düşük düzeyde yeme bozukluğu gösteren kızların anneleri ile karşılaştırılmıştır. Yeme bozukluğu gösteren kızların annelerinin aile sisteminin genel işleyişinden memnuniyetsizlik duyduğu bulunmuştur. Kızları yeme bozukluğu gösteren annelerde yeme bozukluğu göstermeyen kızların annelerine göre daha fazla yeme bozukluğu olduğu bildirilmiştir. Dahası kızları yeme bozukluğu gösteren annelerin, kızları yeme bozukluğu göstermeyen annelere göre kızlarının daha fazla kilo vermesi gerektiğini

düşündükleri bulunmuştur. Ayrıca bu annelerin kızlarını, kızlarının kendi kendilerini algıladığından daha az çekici algıladıkları bulunmuştur (Pike ve Rodin, 1991).

Bazı diğer çalışmalarda annelerinde beden algısı sorunları olan kızların aşırı kilo verme davranışına yönelmelerinin daha olası olduğu (Benedikt, Wertheim ve Love, aktaran Steinberg, 2013: 72) ve yine bu kızların ana babaları ile daha olumsuz ilişki içinde oldukları bildirilmiştir (Archibald, Graber ve Brooks-Gunn, aktaran Steinberg 2013: 72). Bazı kuramlar özellikle anoreksiyanın hem genetik hem hormonal etkenler ile ilişkili olduğuna dair güçlü kanıtların olması nedeniyle, anoreksiyanın biyolojik temelini vurgulamaktadır (Holland, Sicotte ve Treasure; Leibowitz, aktaran Steinberg, 2013: 73). Ancak ne yazık ki hormonal araştırmalarda nedeni ve sonucu ayırmak zordur. Çünkü hormon düzeyindeki değişimler kilo kaybını etkileyebilirken, açlık ve diyet yapmak da hormon düzeyini etkileyebilir. Bazı kuramcılar anoreksiyanın aşırı kontrollü bir aile sistemi içindeki ergenlerin özerkliklerini kurmaya çalışmaları ile ilişkili olduğunu ileri sürmektedir (Bruch; Killian; Minuchin, Romsan, Baker, aktaran Steinberg, 2013: 73). Bazıları da anoreksiyanın genç kadının yetişkinliğe girme korkusunu yansıtan bir kaçınma mekanizması olduğunu öne sürmektedir (Crisp, aktaran Steinberg, 2013: 74).

Bazı kaynaklara göre ise anoreksiya nervozalı hastalar genelde mükemmeliyetçi, başarılı olma konusunda aşırı takıntılı kişilerdir (Kılıç, 2006). Onlara göre kilo almak, kişinin kendini kontrol edemediği anlamına gelir. Bruch'e göre anoreksiya nervoza "*beden üzerinde disiplin sağlayarak kişiler arası ilişkilerde ve kendilik algısında kontrol duygusu elde etmek ve bu etkisizlik duygusunu ortadan kaldırmak için kişinin kendi kendine geliştirdiği bir tedavi yöntemidir*"(Bruch, aktaran Kılıç, 2006).

1.3. Yeme Bozukluklarının Başlangıcı, Gidişatı ve Yaygınlığı

Anoreksiya nervoza için başlangıç yaşı erken ergenlik döneminden yetişkinliğe kadar geniş bir aralık içinde değişiklik gösterir ve 13-14 ve 17-18 yaşlarında olmak üzere iki dönemde en üst noktaya ulaşır (Keel, 2010: 25-30). En sık başlangıç yaşı orta ergenlik dönemine denk gelen 15-19 yaşları arasındadır. Ancak %5 kadarı 20 yaşların başında başlar (Keel, 2010: 25-30). Kadınlarda başlama yaşı nadiren 40 yaş üstüdür (APA, 1994: 543). Bozukluk kızlarda erkeklerden 10-20 kat daha fazla görülür. Hastaların %90-95'i kadındır. Erkekler daha az anoreksiya nervoza geliştirme eğiliminde olmasına rağmen belirtileri kadınlarınkine benzer

niteliktedir (Keel, 2010: 25-30). Bozukluğun tüm kriterlerini karşılayan örnekleri bakımından ergenlik sonrası ve erken ergenlik dönemlerindeki kadınlar arasında görülme sıklığının oranı %0.5-%1.0' dır (APA, 1994: 543).

Anoreksiya nervoza, nadiren ergenlik öncesinde ortaya çıkar ancak ortaya çıktığında belirtiler benzerdir (Kılıç, 2006). Öte yandan, ergenlik öncesi anoreksiya daha ciddi profiller ile ilişkilidir (Keel, 2010: 25-30). Bu hastalarda ergenliğin engellenmesi ve bedensel gelişimin ve boy uzamasının durması görülür (Kılıç, 2006). Ergenlik döneminde başlayan anoreksiya ise, yetişkinlik ve ergenlik öncesi dönemde başlayan anoreksiyaya göre, daha iyi bir gidişat gösterir (Keel, 2010: 25-30). Bozukluğun başlangıcı sıklıkla üniversite için evden ayrılma gibi stresli bir yaşam olayı ile ilişkilidir. Bozukluğun gidişatı ve sonucu oldukça değişkendir. Anoreksiya nervozalı bazı bireyler tek bir ataktan sonra tamamen iyileşirken bazıları arkasından nüksün geldiği bir kilo alma dönemiyle seyreden dalgalı bir örüntü sergilerler. Diğer bazıları ise yıllar boyunca hastalığın kronik, bozucu bir seyrini gösterirler. Kişinin kilo alması, vücutta sıvı ve elektrolit dengesinin sağlanması gibi sebeplerden ötürü hastaneye yatışı gerekebilir. Bu bozuklukta ölüm sıklıkla aç kalma, intihar ya da vücudun elektrolit dengesinin bozulmasından kaynaklanır (APA, 1994: 543).

Bulimiya nervoza genellikle geç ergenlik ya da erken yetişkinlik dönemlerinde başlar. Tıkanırmasına yeme atakları sıklıkla diyet boyunca ya da sonrasında ortaya çıkar. Gidişat kronik olabilir ya da sırayla hafifleme ve tekrarlayan tıkanırmasına yeme şeklinde dalgalanmalar gösterebilir. Ergenlerde ve genç yetişkin kadınlarda Bulimiya Nervozanın görülme sıklığı %1-%3'tür. Bozukluğun erkeklerde görülme oranı kadınlardakinin onda biri kadardır. Klinik ve toplum örneklemelerinde Bulimiya nervozalı bireylerin %90'ı kadındır. Amerika Birleşik Devletleri, Kanada, Avrupa, Avustralya, Yeni Zellanda, Japonya ve Güney Afrika gibi ülkeleri içeren sanayileşmiş toplumların çoğunda bozukluğun görülme sıklığının yaklaşık olarak birbirine benzer olduğu bildirilmiştir. Amerika Birleşik Devletleri'nde klinik örneklem ile yürütülen çalışmalarda bozukluk gösteren bireyler öncelikle beyazlar iken diğer etnik gruplarda da bozukluğun varlığı rapor edilmiştir. Bir kaç çalışma bulimiya nervoza hastalarının birinci derece akrabalarında bulimiya nervoza, madde kötüye kullanımı ve bağımlılık ve duygu durumu bozukluklarının artmış olduğunu göstermiştir (APA, 1994: 548-549).

Kitle iletişim araçlarında zayıflığın güzellikle eşdeğer olarak sunulmasıyla beraber yeme davranışı bozukluklarının görülme sıklığı da artmıştır (Şentürk, 2008). Bununla birlikte yeme bozukluklarının yaygınlığı batı ülkelerindeki etnik azınlıklar arasında olduğu gibi Asya ve Afrika'daki birçok ülkede de gitgide artış göstermektedir (Nakai, 2000). Japonya'da yeme bozukluklarında görülen artış sebebiyle periyodik bir epidemiyolojik çalışma yapılmıştır. 12-24 yaşları arasında 9000 öğrenci ile yürütülen iki aşamalı çalışmanın bulguları yıllara göre yeme bozukluklarındaki artışa işaret etmektedir. Bu çalışmada kadınlarda anoreksiya nervozanın yaygınlığı, 1985 yılında yapılan ölçümde %0.1 ve 1992 yılında yapılan ölçümde ise %0.15 olarak bulunmuştur. Bulimiya nervozanın kadınlarda ve erkeklerde yaygınlığı %0.5 ve %0.1 olarak bulunmuştur. Tıkanırcasına yeme bozukluğunun ve başka türlü tanımlanamayan yeme bozukluğunun ise kadınlarda yaygınlığı %1.0 ve %4.6 olarak bulunmuştur (Nakai, Hamagaki ve Takagi, 1998).

Yeme bozukluklarının Türkiye'deki yaygınlığı ile ilgili yapılmış araştırma sayısı kısıtlıdır. Türkiye Ruh Sağlığı Profili Raporu'nda (1997) bildirilen 18 yaş üstünde 7479 kişi ile yapılan psikiyatrik görüşme sonuçları Hastalıkların Uluslararası Sınıflandırılması (International Classification of Diseases : ICD-10) tanı kriterlerine göre Türkiye'de erişkin nüfusta anoreksiya nervozanın kadında, erkekte ve genel toplamda görülme yüzdesinin %0 olduğunu bildirmiştir. Bulimiya nervoza ise, kadınların %15'inde, erkeklerin %2'sinde olmak üzere genel toplamın %17'sinde görülmüştür (Kılıç ve ark., 1997). Yine Türkiye'de yürütülen bir çalışmada üniversite öğrencileri arasında yeme bozukluklarının dağılımı incelenmiştir. Çalışmaya 492'si (%51.7) kadın, 459'u (%48.3) erkek olan 951 üniversite öğrencisi dahil edilmiştir. Öğrencilerin 71'i Yeme Tutumu Testi'ne göre 30 kesim puanı veya üstünde puan almıştır. Bu 71 öğrenciden 21'inde DSM- IV Eksen- I Bozuklukları İçin Yapılandırılmış Klinik Görüşme Formu (Structured Clinical Interview for DSM- IV Axis I Disorders; SCID-I) uygulaması ile yeme bozukluğunun olduğu ve bozukluğun saptandığı 21 kişiden 18'inin kız, 3'ünün erkek olduğu görülmüştür. Bu grupta anoreksiya nervoza saptanmamıştır. Onsekiz kız öğrenciden 15 'inde bulimiya nervoza ve 3'ünde tıkanırcasına yeme bozukluğu olduğu bulunmuştur. Yeme bozukluğu olan 3 erkek öğrencinin ise hepsi tıkanırcasına yeme bozukluğu tanısı almıştır (Kuğu ve ark., 2006).

Türkiye'de 2907 öğrenci ile yürütülen, ergenlerde yeme bozukluğunun yaygınlığı ve psikiyatrik eş tanıların araştırıldığı bir çalışmada ise öğrencilerde

herhangi bir yeme bozukluğu görülme yaygınlığı %2.33 olarak bulunmuştur. Bunlardan %86.8'i kız, %13.2'si erkektir. Çalışmada anoreksiya nervozanın nokta yaygınlığı oranı % 0.034, bulimiya nervozanın % 0.79, başka türlü adlandırılmayan yeme bozukluğunun % 1.51, tikanircasına yeme bozukluğunun % 0.99 olduğu bulunmuştur. Erkek öğrenciler arasında anoreksiya nervoza ve bulimiya nervoza tanısı alan olmamıştır. Kızlar içinde anoreksiya nervoza yaygınlığı %0.068, bulimiya nervoza yatkınlığı ise %1.57 bulunmuştur. Sekiz erkek öğrencide yeme bozukluğu tanısı olarak tikanircasına yeme bozukluğu görülmüştür. Bu çalışmada, ergenlerde yeme bozukluğunun nokta yaygınlığının %2.33, ergen kızlarda oranının %4.03 olduğu saptanmıştır. Ayrıca, başka türlü adlandırılmayan yeme bozukluğunun ergenlerde en sık görülen yeme bozukluğu olduğu, erkeklerde en sık görülen yeme bozukluğunun tikanircasına yeme bozukluğu olduğu görülmüştür. Elde edilen bulguların Batı ülkelerindeki oranlara benzer olduğu ancak anoreksiya nervoza yaygınlığının daha az olduğu bulunmuştur (Vardar ve Erzengin, 2011).

1.4. Anoreksiya Nervozanın Klinik Özellikleri

Anoreksiya nervoza için temel özellikler bireyin minimal normal vücut ağırlığını korumayı reddetmesi, kilo almaktan yoğun korku duyması, beden ölçüsünü ve kilosunu algılamada belirgin bozulma sergilemesidir. Anoreksiyalı bireyler kilo vermeye devam etseler bile kilo almaktan ya da şişman olmaktan aşırı korku ve endişe duyarlar. Vücut ağırlığı ve şeklinin algılanması bu bireylerde bozulmuştur (APA, 1994: 539-540).

Kilo almadıklarından emin olmak için sık sık aynada görünümelerini kontrol ederler. Kendilik değerleri, zayıf olmalarına bağlıdır. Bu hastalar için kilo vermek başarı demektir ve hastanın kontrol duygusunu, benlik saygısını güçlendirir. Hastalar ne kadar kilo verseler de zayıflıklarının tehlikeli bir boyuta ulaştığının farkına varmazlar (Maner, 2001). Karbonhidrat ve yağ içeren gıdalar başta olmak üzere gıda alımını tamamen azaltma, aşırı hareketli olma veya aşırı egzersiz yapma davranışlarında bulunabilirler (APA, 1994: 539-540).

1.4.1. Anoreksiya Nervozanın Tanı Kriterleri

DSM-IV'e göre anoreksiya nervozanın tanı ölçütleri şu şekildedir;

A. Yaşa ve boya göre minimal normal ağırlıkta ya da üstünde vücut ağırlığını korumayı reddetme (ör: beklenenin %85'inden daha az vücut ağırlığını

korumaya sebep olan kilo kaybı ya da beklenenin %85'inden daha az vücut ağırlığına sebep olan büyüme süresince beklenen kiloyu almada başarısızlık).

B. Normal ağırlığının altında olmasına rağmen kilo almaktan ya da şişmanlamaktan duyulan aşırı korku.

C. Kişinin vücut ağırlığını ya da şeklini algılamasında bozulma, benlik değerlendirmesinde vücut ağırlığının ya da şeklinin uygunsuz etkisi ya da var olan vücut ağırlığının ciddiyetini inkar etme.

D. Kadınlarda adet görmeme; örneğin ardı ardına 3 adet döngüsünün yokluğu (APA, 1994: 544-545).

1.4.2. Anorekisiya Nervozanın Alt Tipleri

DSM-IV'e göre anoreksiya nervozanın alt tipleri şunlardır:

Kısıtlayıcı tip: Bu tipte kişi atak boyunca düzenli olarak tıkanırcasına yeme ya da çıkartma (ör, kendini kusturma, laksatif madde kullanımı, lavman veya idrar söktürücü ilaç kullanımı) davranışına kalkışmaz.

Tıkanırcasına yeme/çıkartma tipi: Anoreksiyanın bu tipinde kişi düzenli olarak tıkanırcasına yeme ya da çıkartma (ör, kendini kusturma, laksatif madde kullanımı, lavman veya idrar söktürücü ilaç kullanımı) davranışı ile meşguldür (APA, 1994: 545).

1.5. Bulimiya Nervozanın Klinik Özellikleri

Bulimiya nervoza kişinin çok miktarda yiyeceği tıkanırcasına yediği bir durumdur. Bulimiyalı kişiler tıkanırcasına yeme atağı sonrasında yoğun suçluluk hissederler ve çıkartma davranışı ile yediklerinden kurtulmayı denerler (Paterson, 2008: 18). Bu bireyler genellikle normal kiloda olduklarından dışarıdan bakıldığında yeme tutumlarında bir bozukluğun olduğunun anlaşılması güçtür (Kramer ve Kittleson, 2009). Bu sebeple bulimiya nervoza, aylar hatta yıllar boyunca fark edilmeyebilir ve tanı konulmayabilir (Paterson, 2008: 18). Bulimiyada ani potasyum kaybından kaynaklanan kalp hastalıkları, vücudun susuz kalması ve mide asidinden ötürü dişlerin hasar görmesi gibi ciddi fiziksel sağlık problemleri ile sık karşılaşılır. Bu tür problemlerin çoğu kusma, laksatif ve idrar söktürücü madde kullanma gibi çıkartma davranışları ile ilişkilidir. Bulimiyalı bireyler kilo almaktan aşırı korkarlar ve bu yüzden sıklıkla öğün atlarlar. Kendilerini uzun süre aç bırakmaları kontrol kaybının eşlik ettiği bir tıkanırcasına yeme davranışına girmelerine sebep olur

(Kramer ve Kittleson, 2009). Tıkanırcasına yeme, iki saatten daha kısa bir zaman diliminde, benzer şartlar altında çoğu insanın yiyebileceğinden çok daha fazla miktarda yiyecek tüketimi olarak tanımlanır. Tıkanırcasına yeme davranışı bireyin durumundan duyduğu utanç sebebiyle genellikle gizli ya da olabildiğince gözden uzak şekilde gerçekleşir ve sıklıkla birey rahatsız olacak ya da acı çekecek derecede tok oluncaya kadar devam eder (APA, 1994: 545). Bulimiyalı bireyler için beden şekli ve ağırlığı kendini değerlendirmede ve benlik saygısını belirlemede önemli bir yer tutar. Bu bozukluğu olan bireyler kilo verme isteği ve beden memnuniyetsizliği seviyesi bakımından anoreksiya nervoza hastalarına benzerler (Kramer ve Kittleson, 2009).

Anoreksiya ve bulimiya arasında benzerliklerin yanı sıra önemli farklılıklar da mevcuttur. Aralarındaki en önemli farklardan biri bulimiklerin genellikle bir şeylerin yanlış gittiğini farkında olmaları, anoreksiklerin ise davranışlarının normal olmadığını kabul etmemeleridir. Anoreksikler aşırı zayıf iken bulimikler genellikle normal kiloda veya normal kilonun çok az altındadırlar. Aralarındaki bir diğer önemli fark ise bulimikler yeme problemlerinden dolayı utanç duyarken, anoreksiklerin kilolarını ve yiyecek miktarını kontrol ettikleri için kendileri ile gurur duymalarıdır (Wright ve Korkut, aktaran Siyez, 2006).

1.5.1. Bulimiya Nervozanın Tanı Kriterleri

DSM-IV'e göre bulimiya nervozanın tanı ölçütleri şu şekildedir:

A. Tekrarlayıcı tıkanırcasına yeme atakları. Bir tıkanırcasına yeme atağı şu iki durum ile karakterizedir:

(1) Belirli bir zaman periyodu içinde (herhangi bir iki saatlik süre içinde) çoğu insanın benzer zaman periyodunda ve benzer şartlarda yiyebileceğinden çok daha büyük bir miktarda yiyeceği tüketme.

(2) Atak sırasında yeme davranışı üzerinde kontrol eksikliği duygusu (örn; kişinin yemeyi durduramama ya da ne yediğini veya ne kadar yediğini kontrol edememe hissi).

B. Kilo alımını önlemek için; kendini kusturma, laksatiflerin ve idrar söktürücülerin, lavmanların ya da diğer ilaçların kötüye kullanımı, oruç tutma ya da aşırı egzersiz yapma gibi tekrarlayıcı uygunsuz telafi davranışı.

C. Tıkanırcasına yeme ve uygunsuz telafi davranışlarının her ikisinin ortalama en az haftada iki kez olmak üzere 3 ay boyunca görülmesi.

D. Öz değerlendirmenin beden şekli ve kilosundan gereğinden fazla etkilenmesi.

E. Bozukluk anoreksiya atakları sırasında ortaya çıkmış değildir (APA, 1994: 549-550).

1.5.2. Bulimiya Nervozanın Alt Tipleri

DSM-IV' e göre bulimiya nervozanın alt tipleri tıkanırcasına yemeyi telafi etme aracı olarak çıkartma yöntemlerinin düzenli kullanılmasının varlığı ve yokluğu durumuna göre ayrılmıştır;

ıkartma Tipi: Bu tip, kişinin atak sırasında düzenli olarak kendini kusturma, laksatif, idrar söktürücü ya da lavman kötüye kullanma davranışı içine girdiği durumları tanımlar.

ıkartmanın Olmadığı Tip: Bu tip kişinin atak sırasında oruç tutma ya da aşırı egzersiz gibi diğer uygunsuz telafi edici davranışları kullandığı fakat düzenli olarak kendini kusturma ya da laksatif, idrar söktürücü veya lavman kötüye kullanımında bulunmadığı durumları tanımlar (APA, 1994: 550).

1.6. Başka Türlü Tanımlanamayan Yeme Bozuklukları

DSM-IV'e göre Başka Türlü Tanımlanamayan Yeme Bozuklukları kategorisi özgül bir yeme bozukluğu kriterlerini karşılamayan yeme bozuklukları için kullanılmaktadır. Örnekler şu durumları içerir:

1. Kadınlr için birey düzenli adet döngülerine sahipken, diğer bütün anoreksiya nervoza kriterlerini karşılaması.

2. Bireyin belirgin kilo kaybına rağmen kilosunun normal aralıkta olması dışında anoreksiya nervozanın bütün ltlerini karşılaması.

3. Tıkanırcasına yeme ve uygunsuz telafi mekanizmalarının haftada ikiden az ya da 3 aydan daha az bir süre için ortaya çıkması dışında bulimiya nervozanın bütün ltlerinin karşılanması.

4. Normal kiloda bir birey tarafından küçük miktarlarda yiyecekten sonra uygunsuz telafi davranışlarının düzenli olarak kullanılması.

5. Tekrarlayan biçimde büyük miktarlarda yiyeceği çiğnemek ve tükürmek ama yutmamak.

6. Tıkanırcasına yeme bozukluğu: Bulimiya nervozanın karakteristik özelliği olan uygunsuz telafi davranışlarının düzenli kullanımının olmadığı tıkanırcasına yeme ataklarının olması (APA, 1994: 550).

1.7. Tıkanırcasına Yeme Bozukluğu

Tıkanırcasına yeme bozukluğu ilk kez 1959'da Stunkard tarafından tanımlanmıştır. Tıkanırcasına yeme bozukluğuna sahip hastalarda düzenli bir aşırı yeme davranışı söz konusudur ve atak sırasında hastalar, kontrolsüz bir şekilde çok miktarda yiyeceği kısa zamanda tüketirler. Bu hastalar bulimiklerin aksine kusma gibi telafi edici davranışlar göstermezler (Bayraktar, 2009).

Tıkanırcasına yeme bozukluğu olan hastaların beden ağırlıkları boylarına göre beklenenin çok üstündedir ve genellikle obezite tanısı alırlar. Bu hastalar yeme atakları sırasında bulimiya nervozalı hastalar gibi kontrol kaybı duygusu yaşarlar ve yeme eylemini durduramazlar (Küey ve Gürdal, 2008).

1.8. Yeme Bozukluklarının Diğer Psikiyatrik Bozukluklar ile Komorbiditesi

1.8.1. Eksen 1 Psikiyatrik Bozukluklar

1.8.1.1. Duygudurum Bozuklukları

Duygudurum bozukluklarının yeme bozuklukları ile en yüksek komorbidite gösteren psikiyatrik bozukluk olduğu ve depresyonun yeme bozukluklarında görülme oranının %40-45 olduğu bildirilmiştir (Halmi, 2010: 292; Halmi ve ark., 1991). Bipolar bozukluk gösteren hastalar ile yaşam boyu yeme bozukluğu öyküsü olan ve olmayan hastaları karşılaştıran bir çalışmada bipolar hastalarda yaşam boyu yeme bozukluğu komorbiditesi, obezite ve mevcut hastalık şiddeti arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Bulgular bipolar bozukluk ile yeme bozukluğu komorbiditesinin bipolar bozukluk belirtilerinde artışa sebep olduğunu göstermiştir (Wildes, Marcus ve Fagiolini, 2007).

1.8.1.2. Kaygı Bozuklukları

Kaye ve arkadaşlarının (2004) yürüttüğü 97 anoreksiya nervoza, 282 bulimiya nervoza ve 293 anoreksiya nervoza ve bulimiya nervozalı hastanın katıldığı çalışmada yeme bozukluklarının 3 alt tipi arasında çoğu anksiyete bozukluklarının oranlarının benzer olduğu görülmüştür. Yeme bozukluğu olan bireylerin üçte ikisinin, obsesif kompulsif bozukluk ve sosyal fobi en yaygını olmak üzere yaşam

boyu bir ya da daha fazla anksiyete bozukluğu geliştirdiği bulunmuştur. Travma Sonrası Stres Bozukluğu' nun yalnızca bulimiya nervoza ve bulimiya nervoza ile anoreksiyanın birlikte bulunduğu hastalarda, yalnızca anoreksiya görülen hastalara kıyasla 3 kat fazla komorbidite gösterdiği bulunmuştur.

Çocukluk anksiyetesi genellikle anoreksiya nervozanın başlangıcından önce gelir ve bazı kadınlarda yeme bozukluğunun ortaya çıkmasını etkileyebilir. Aşırı endişe bozukluğunun anoreksiya nervoza hastası kadınlar arasında sıklığının ve aşırı endişe bozukluğunun anoreksiya nervoza semptomlarını nasıl etkilediğinin incelendiği bir çalışmada aşırı endişe bozukluğu öyküsü olan kadınların %94.4'ünün anoreksiya nervozanın ortaya çıkışından önce kaygı düzeyinin aşırı yüksek olduğu bir çocukluk dönemi geçirdikleri, müshil kullanmak gibi telafi davranışlarına yöneldikleri görülmüştür (Raney ve ark., 2008).

1.8.1.3. Madde Kullanım Bozuklukları

Alkol/madde bağımlılığı olan bir grup ile kontrol grubunun karşılaştırıldığı bir çalışmada alkol/madde bağımlılığı olan grupta yeme bozukluğu görülme oranı (%16.1) kontrol grubunda yeme bozukluğu görülme oranına göre (%2.4) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Yeme bozukluğu olan 9 hastadan 3'ünde bulimiya nervoza (%33.3), 6'sında (%66.6) atipik yeme bozukluğu bulunmuştur (Maner, Erkiran, Hantaş, 2004). Bazı çalışmalar da anoreksik bireylerin, bulimiklerle kıyaslandığında, alkol ve madde bağımlılığını daha az sergilediğine işaret etmiştir (Braun, Sunday ve Halmi, 1994).

1.8.1.4. Dürtü Kontrol Bozuklukları

Literatürdeki bulgular özellikle bulimiya ile kontrolsüz alışveriş ve öfke patlamaları arasındaki bağlantıya işaret etmiştir. Bir çalışmada dürtü kontrol bozukluğunun olduğu ve olmadığı yeme bozukluğu olan hastalarda belirti örüntüleri ve hastalığın ciddiyeti karşılaştırılmıştır. Yeme bozukluğu öyküsü olan 709 kadından %16.6'sında hayat boyu dürtü kontrol bozukluğu mevcut bulunmuştur. En yaygın hastalık tablosunun ise kompulsif alışveriş bozukluğu ve kleptomani olduğu görülmüştür. Dürtü kontrol bozukluğu daha çok tıkanıcısına yeme alt tipinin olduğu bireyler ortaya çıkmıştır ve laksatiflerin, idrar söktürücülerin, iştah bastırıcıların aşırı kullanılması ve kendini aç bırakma ile ve beden algısında bozulma ile anlamlı ilişkisinin olduğu bulunmuştur (Fernandez-Aranda ve ark., 2008). Hudson ve arkadaşlarının (2007) yürüttüğü Ulusal Komorbidite Anketi Replikasyonu' na göre

anoreksik bireylerin %30.8'inde, bulimiklerin %63.8'inde ve tıkanırcasına yeme bozukluğu gösteren bireylerin ise %43.3'ünde dürtü kontrol bozuklukları gözlemlendiği bulunmuştur.

1.8.2. Eksen II Bozuklukları

1.8.2.1. Kişilik Bozuklukları

Kişilik bozuklukları yeme bozuklukları belirtisi içinde yaygındır. Çünkü kişilik semptomları yetersiz beslenme ya da Eksen I bozuklukları tarafından artırılabilir. Yeme bozukluğu tedavisi görmüş hastalar ile yürütülen bir çalışmada (Matsunaga ve ark., 2000) yeme bozukluğu örnekleminin %26'sının kendi kendini engelleme, obsesif kompulsif ya da sınır kişilik bozukluğu gibi en az bir kişilik bozukluğu kriterini karşıladığı bulunmuştur.

Yeme bozuklukları ve kişilik bozuklukları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma (Braun, Sunday ve Halmi, 1994) yeme bozukluğu gösteren hastaların yaklaşık %69'unun en az bir kişilik bozukluğu gösterdiğini ve kişilik bozukluğu olan 72 hastadan %93'ünün Eksen I Bozuklukları ile komorbidite gösterdiğine işaret etmiştir. En az bir kişilik bozukluğu olan hastaların kişilik bozukluğu olmayan hastalara göre duygu durumu bozukluğu ve madde bağımlılığı gösterme düzeylerinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Diğer bir çalışma ise yeme bozuklukları ile, özellikle de bulimiya nervosa ile, sınırda kişilik bozukluğu arasında komorbidite saptamıştır; bulimik ve hem bulimik hem de anoreksik belirtiler gösteren bireylerde sınırda kişilik bozukluğu ile komorbidite gözlemlenirken anoreksiya ve anoreksiya ile birlikte bulimiya gösteren bireylerde ise kaçınan kişilik bozukluğunun daha yaygın bir biçimde bulunduğu gösterilmiştir (Herzog ve ark., 1992).

1.9. Beden Algısı ve Beden Algısı Bozukluğu

Beden algısı bir kişinin bedeni hakkındaki algıları, düşünceleri ve duygularıdır. Bu tanım, beden büyüklüğü tahmini (algısı), beden çekiciliğinin değerlendirilmesi (düşünceler) ve beden şekli ve ölçüsü ile ilişkili duygulanımlar (duygular) olmak üzere beden algısının bütün unsurlarını kapsamaktadır (Grogan, 2001: 1). Slade'e göre (1982) beden algısı kişinin bedeninin ölçüsü ve şekline dair zihninde sahip olduğu resimdir. Ayrıca beden algısı kavramı, kişinin bedeni hakkında ne düşündüğü, ne hissettiği ve kişinin görünümünün hayatındaki önemi gibi geniş boyutları da içerir.

İnsanlar bedenlerinin genel görünümüne dair çocukluktan itibaren bir fikre sahiptir. Ergenlikle birlikte hızlanan bedendeki değişim süreci ile birlikte kişinin bedenine dair düşünceleri de değişmeye başlar. Kişinin kendi bedeni ile ilgili duyguları, tutumları ve deneyimleri gibi pek çok etken beden algısının oluşmasında önemli rol oynamaktadır. Kültürün ideal olarak sunduğu modeller, beğenilen bir vücudun nasıl olması gerektiğine dair kalıp yargılar, medyada sunulan imajlar, kültürel kurallar, akran grubu ve aile gibi çeşitli faktörler kişinin kendi bedenine dair yorumlarını ve algılarını etkilemektedir (Kulaksızoğlu, 1999: 41).

Beden algısında bozulma ise kişinin bedenine dair duygusal, bilişsel, davranışsal ve algısal olmak üzere bir dizi boyutta ortaya çıkan bozulmaları ifade eden bir terimdir. Bilişsel olarak beden algısı bozukluğu olan insanlar bedenleri hakkında olumsuz düşüncelere sahiptirler. Rosen bunu olumsuz beden konuşması olarak adlandırır. Olumsuz düşünceler beden geneli (şişmanım) ya da belirli bölümleri (baldırlarım çok kalın) hakkında olabilir. Kilo ve şekil ile sürekli ve aşırı meşguliyet hali, beden algısı bozukluğunun bir diğer bilişsel özelliğidir. Bu düşünceler hastanın hayatında sık, yoğun ve tipik olarak ısrarcıdır. Yeme bozukluğu olan kişilerde benlik değeri ve benlik kavramında beden şekli ve ağırlığının önemli bir yeri vardır (Rosen, aktaran Gaskill ve Sanders, 2000: 111-115).

Beden algısı bozukluğu ayrıca duygusal boyuta da sahiptir. Beden algısı olumsuz duygudurumu (Taylor ve Cooper, 1992), çok yüksek kalorili yiyeceklerin tüketimi (Thompson, Coovert, Pasmann ve Robb, 1993) veya medyadaki ince kadın imajlarını görme yolu ile (Hamilton ve Waller, 1993) daha da bozulabilir. Beden algısının ilginç bir duygusal yönü “şişman olduğunu düşünme” karşısında “şişman hissetme” olgusudur. Touyz, Beumont ve Collins (1988) hastalara nasıl göründüklerini hissettikleri sorusuna verdikleri yanıtların, nasıl göründüklerini düşündükleri sorusuna verdikleri yanıtlara göre anlamlı düzeyde yüksek beden algısı bozukluğunu ortaya çıkarttığını bulmuşlardır.

Beden algısı bozukluğunun üçüncü bir özelliği ise vücut ağırlığı ve şekli ile ilgili bilgiye karşı aşırı-tetiktelik ve/veya kaçınmaya yönelik davranışsal mekanizmalardır. Bu algı süregelen bir beden kontrolü davranışına sebep olur. Kişi aynada sık sık kendini kontrol edebilir, tekrarlayan tartılma, kendini diğer kadınlar ile karşılaştırma gibi davranışlarda bulunabilir. Bu bozulmalar olumsuz duygu durumu ile daha da artar ve olumsuz duygu durumu beden kontrolünü artırır. Bu

durum da daha fazla olumsuz duyguya ve daha fazla kontrole sebep olur (Fairburn, Shafran ve Cooper, 1999).

1.9.1. Beden Algısı Bozukluğunun Yeme Bozuklukları ile İlişkisi

İnsanların nasıl görüldüğü hakkında özellikle en hassas oldukları dönem olan ergenlikte beden algısında bozulmalar nadir değildir. Nasıl görüldüğüne dair kaygılar aşırı bir seviyeye ulaştığında bireyler görünümelerini kontrol etmek için yeme örüntülerini ve beslenme alışkanlıklarını değiştirebilirler. Bu noktada ince olma baskısı sağlığı tehdit edici davranışlara sebep olabilir. Bu durum tıkanırcasına yeme ardından kendini kusturma veya yiyecekten tamamen kaçınma gibi şekiller alabilir. Bu tarz davranışlar bireyin kendi bedeni üzerinde kontrol sağlama ve memnun olacağı bir benlik imajı geliştirme girişimleridir (Wykes ve Gunter, 2004: 202-203).

Beden algısı sosyal etki ile değişime açık öznel bir yapıdır. Bir kişinin bedenine dair öznel deneyimi ile dışarıdan bakan kişinin ne algıladığı arasında bir bağlantı olmasına gerek yoktur. Bu durum beden ölçüsünü algılamada bozulmanın olduğu anoreksiya nervozada açıkça görülmektedir. Anoreksiya nervoza hastası olan kişi kendisinin gerçekte olduğundan çok daha kilolu olduğuna inanır. Bu durum çok sayıda kadının ve kızın boylarına göre normal kiloda olmalarına ya da ortalamanın altında kiloya sahip olmalarına rağmen kendilerini şişman hissetmeleri ile de ilişkilidir (Grogan, 2001: 2).

Anoreksiya nervozada beden algısı bozukluğunun klinik açıklamaları vücut ölçüsünü yanlış anlama ve beden şekline dair hatalı inançları içerir şekilde tanımlanmıştır (Garner ve Garfinkel, 1981). Anoreksiya nervoza ve obezite hastası bireyler ile yürütülen bir çalışmada katılımcıların beden algısı ve kişilik özellikleri değerlendirilmiştir. Sonuçlar obezite grubu ve anoreksiya grubunun her ikisinin de kontrol grubuna göre beden algısının genel bir ölçümü olan beden ölçüsü tahmininde anlamlı farklılık gösterdiklerine işaret etmiştir. Anoreksik ve obez hastalar için vücut ölçüsü tahminleri ile kişilik özellikleri arasında anlamlı düzeyde korelasyon olduğu bulunmuştur (Garner ve ark., 1976). Ayrıca bazı çalışmalar beden algısına dair çarpıklığın, yeme bozukluğu tedavisi gören hastalarda tedavi sonrasında da görülmeye devam ettiğine işaret etmektedir (Garfinkel ve Garner, 1982).

Anoreksikler karşılığında vücut ağırlığı ve görünümünün normal olduğuna dair ne denli nesnel kanıtlar konursa konsun kendilerini gerçekte olduklarından daha

iri ve şişman algılar. Yeme bozukluğu gösteren bireylerin beden algısında bir çarpıklık olduğu bilinmekle birlikte bu algısal çarpıklığın ölçümünün standart bir biçimine ulaşmak zordur (Wykes ve Gunter, 2004). Bazı araştırmacılara göre yeme bozukluğu gösteren kadınlarda başkalarının onu yalnızca görünümü üzerinden değerlendirdiği, diğer kişilik özellikleri ve tutumlar gibi etkenlerin bu değerlendirme sürecinde bir önemi olmadığına dair bir inanış mevcuttur (Cooper ve Fairburn, aktaran Wykes ve Gunter, 2004: 199).

1.9.2. Beden Algısı Üzerinde Sosyokültürel Faktörlerin Rolü

Sosyokültürel yaklaşım kültürel değerlerin bireylerin değerlerini ve davranışlarını nasıl etkilediğine odaklanarak insan davranışını anlamaya çalışır. Bu değerler bireylerin kendilerini nasıl algıladıklarını ve başkaları tarafından nasıl algılandıklarını belirler. Örneğin eğer kültür, içindeki bireylerin çekiciliğine değer veriyorsa bireyler de çekiciliğe değer verecektir. Sosyokültürel yaklaşımla uyumlu olarak araştırmalar beden idealinin kültürler, gruplar ve zaman açısından çeşitlilik gösterdiğine işaret etmektedir (Jackson, 2002: 13-21).

Batı kültüründe zayıflık kadınlar için istenen bir özellik olarak görülmekte ve zayıflığın kendini kontrol, zerafet, sosyal çekicilik ve gençlik ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Orbach, 2005). Bu toplumlarda incelik genellikle mutluluk, başarı, gençlik ve sosyal kabul edilebilirlikle ilişkilendirilirken kilolu olmak tembellik, irade eksikliği ve kontrolsüz olmak ile ilişkilendirilmektedir. Buna bağlı olarak kadınlar için ince beden ideal kabul edilirken erkekler için ideal beden ince ve kaslıdır. Bu kültürlerde kilolu olmak hem kadın hem erkek için çirkinlik ve diğer olumsuz özellikler ile ilişkili olduğu düşünülür (Grogan, 2001: 6).

İncelik idealine dair bazı açıklamalar bunu; inceliğin, zenginlik ve eğlenceyle özdeşleştirildiği üst sınıfı taklit etme arzusu, kadın rolünün annelikten daha araçsal ya da erkeksi alanlara yönelmesi, genç görünme arzusu ve tıp tarafından teşvik edildiği şekilde, incelik ve sağlığın ilişkili olduğuna inanılması ile ilişkilendirmektedir. Batı kültürlerindeki kültür içi çeşitlilik sosyokültürel yaklaşımı destekler niteliktedir. Amerika Birleşik Devletleri'nde, Afrika kökenli Amerikalılar, İspanyollar ve Kızılderili kökenli Amerikalı kadınlar ortalama vücut ağırlıkları daha yüksek olmasına rağmen bedenlerinden beyaz kadınlara göre daha memnundurlar. Beden memnuniyetsizliği en yüksek olanlar, yüksek sosyal statüsü, özellikle de ergen ve genç beyaz kadınlardır (Jackson, 2002: 13-21).

Sosyokültürel bakış açısına göre kültürel değerler bireysel değerleri ve davranışı etkiler. Batı kültürleri fiziksel çekiciliğe değer verir ve bu değer kültürün içinde yaşayan bireylerin, diğer bireyler hakkında ne düşüneceklerini ve nasıl davranacaklarını etkiler. Fiziksel çekicilikle ilgili kültürel mesajlar içselleştirildiği ve kişisel idealler olarak hizmet ettiği ölçüde, kişinin fiziksel görünümüne dair öz değerlendirmesini, beden algısını etkileyebilmektedir. Kişinin öz değerlendirmesi kültürel idealden ne kadar uzaksa, görünümüne dair memnuniyetsizliği de o kadar fazla olmaktadır (Jackson, 2002: 13-21).

1.9.3. Beden Algısı Üzerinde Medyanın Rolü

Medyanın beden algısında bozulmayı tetikleyen bir rol oynadığı düşünülmektedir. Klinik örneklerle yapılan çeşitli çalışmalar fotoğraflar, filmler vb. medya kanalıyla modeller, aktrisler gibi uyarılara maruz kalmanın akut bir şekilde hem anoreksiklerde hem de bulimiklerde bedensel memnuniyetsizliği ve algısal çarpıklıkları arttırdığını, kendilerini gerçekte olduklarından daha cüsseli değerlendirmelerine neden olduğunu göstermektedir (Hamilton ve Waller, 1993; Waller, Hamilton ve Shaw, 1992). Örneğin bir çalışmada (Waller, Hamilton ve Shaw, 1993) zayıf manken resimlerine maruz kalmanın yalnızca yeme bozukluğu gösteren deney grubunda değil aynı zamanda klinik olarak teşhis konmamış, yeme tutumlarında hafif bozulma gösteren bireylerden oluşan bir kontrol grubunda da beden algısında bozulmaya yol açtığı bildirilmiştir. Yeme tutumları ve beden algısı üzerindeki medya etkisine dair bir model bireyin medya seçimlerine aracılık eden sosyal ve psikolojik etkenlerin rolünü vurgulamaktadır. Bu modele göre medya kullanıcıları özgül ihtiyaçlarını karşılayacağı ve arzu edilen hazzı sağlayacağı inancına dayalı olarak aktif seçimlerde bulunurlar. Medyada yer alan mesajların etkileri seçici anlamlandırmanın ve medyanın tüketiciler tarafından kullanımının bir sonucudur (Thomsen, McCoy, Williams, aktaran Wykes ve Gunter, 2004: 201). Başka bir ifadeyle bireyler kendilerinin arzu ettikleri yönde bir etkiyi tetikleyecek ürünlere yönelmektedirler (Arnett, aktaran Wykes ve Gunter, 2004: 201).

İnce kadın imajlarına maruz kalmanın beden algısı ve yeme bozuklukları üzerindeki etkisine dair çeşitli çalışmalar mevcuttur. Grabe, Ward ve Hyde'nin (2008) yaptığı bir meta-analiz çalışmasında kadınlarda beden memnuniyetsizliği, ince kadın ideallerinin içselleştirilmesi ve yeme davranışları ve inanışlar arasındaki bağlantıları araştıran 77 çalışma incelenmiştir. Beden memnuniyetsizliği ve medyaya

maruz kalma arasındaki ilişkiye dair etki boyutunu -0.28 olduğu bulunmuştur. Negatif değer beden memnuniyetinin düşmesine işaret etmektedir. Kadınların ince medya imajlarına maruz kalmaları ve bu imajları içselleştirmeleri arasındaki ilişki değerlendirildiğinde etki boyutunun -0.39 olduğu bulunmuştur. Kadınların yeme davranışları ve inanışları ile medyada ince kadın imajlarına maruz kalmaları arasındaki ilişkiye dair etki boyutunun ise -0.30 olduğu bulunmuştur. Negatif değer yeme davranışlarında yüksek bozulmaya işaret etmektedir. Bu bulgular beden algısına dair endişelerin, ince ideali tanımlayan medyadaki imajlara maruz kalma ile ilişkili olduğu bilgisini desteklemiştir.

Yapılan bir çalışmada 310'u kız ve 285'i erkek olmak üzere büyükşehirde yaşayan 595 ergen kullanılmıştır. Ergenler seçkisiz atama yöntemi ile ince kadın görüntüsünün olduğu, kaslı erkek görüntüsünün olduğu ve insan görüntüsünün olmadığı 3 reklamdan birine maruz bırakılmışlardır. Daha sonra ergenlerin görsel analog ölçekler üzerinden beden memnuniyetsizlikleri ve duygudurumları değerlendirilmiştir. Katılımcılar o anda ne hissettiklerini mutlu, endişeli, memnun, öfkeli olmak üzere dört düzey üzerinde ve şişman, güçlü, kilosundan memnuniyetsiz, genel görünümünden memnuniyetsiz olmak üzere 4 bedensel memnuniyet düzeyi üzerinde değerlendirmişlerdir. Katılımcıların görünüme verdikleri önem ve reklamlar esnasındaki sosyal karşılaştırmaları ölçülmüştür. Deneklerin yarısına reklamlarda oynayan oyuncuların görünümünü, diğer yarısına ise reklamın etkinliğini değerlendirmeleri (dikkati dağıtılan grup) talimatı verilmiştir. Bulgular görünüme odaklanmanın kızlarda daha fazla beden memnuniyetsizliği yarattığını göstermiştir. İnce kadınları seyreden kızlarda görüntüsüz reklamları izleyen kızlara kıyasla beden memnuniyetsizliği artmasına rağmen kaslı erkekleri seyreden erkeklerde diğer koşuldaki erkeklere göre daha fazla bir beden memnuniyetsizliği oluşmamıştır. Kızların duygudurumu ise bu koşullarda erkeklere göre daha fazla bozulmuştur. Öte yandan ideal görünüm koşullarını izleyen erkeklerin de duygudurumu görüntüsüz reklam seyreden erkeklere göre bozulmuştur. Kızlar erkeklere göre daha fazla sosyal karşılaştırma yapmakla birlikte, görüntüsüz reklamları izleyen grupta kızlarla erkekler arasında fark olmadığı bulunmuştur. Ayrıca görünümüne yüksek düzeyde yatırım yapan deneklerin (ağırlıklı olarak kızlar) daha fazla sosyal karşılaştırma yaptıkları görülmüştür (Hargreaves & Tiggemann, 2004).

Çoğunluğu beyaz olan 126 kadın üniversite öğrencisinin dahil edildiği bir çalışmada 3 adet deney yapılmıştır. Birinci deneyde kadın lisans öğrencileri popüler kadın magazin dergilerinden alınan mankenlerin veya nötr imajların slaytlarına maruz bırakılmadan önce beden memnuniyetsizliği eğilimleri ve yeme tutumları ölçülmüştür. Katılımcılara gösterilmek üzere mankenlerden ve otomobillerden oluşan onar adetlik slayt serisi oluşturulmuştur. Manken resimleri belli başlı kadın dergilerinden kadın çekiciliğinin medyadaki güncel standardını temsil edecek şekilde seçilmiştir ve slaytlarda manken dışında başka bir imaj yer almamıştır. Otomobil resimlerinin bulunduğu slaytlar kontrol koşullarında kullanılmış ve bu slaytlarda insan görüntüsü yer almamıştır. Deneklere Yeme Bozukluğu Ölçeğini doldurduktan sonra deney ya da kontrol grubunda olmalarına göre ya manken ya da otomobil resimlerinden oluşan slaytlar gösterilmiştir. Denekler her bir slayta on saniye kadar bakmış ve sonrasında dikkatlerini konudan uzaklaştırmak için 20 saniye içinde kendilerine sunulan bir ifade ile hemfikir olup olmadıklarına karar vermeleri istenmiştir. Slaytları izledikten sonra denekler kilo kaygısının değerlendirilmesi amacıyla Beden Değeri Skalasını doldurmuşlardır. İkinci deneyde ise birinci deneyin sağlamasını yapmanın yanı sıra gerçek kadın imajlarına maruz kalmanın kilo kaygısı üzerindeki arttırıcı etkisini medya imajlarınıninki ile karşılaştırmak amaçlanmıştır. Birinci deney ile arasındaki temel fark kilo kaygısı ölçümünden önce deney grubuna ilk deneydeki magazin dergilerinden alınmış manken resimleri yerine çeşitli üniversitelerde okuyan çekici kadın öğrencilerin resimlerinin sunulmasıdır. Birinci ve ikinci deneyden elde edilen sonuçların genellenebilirliğini sınamak için üçüncü bir deney düzenlenmiştir. Üçüncü deneyin birinci ve ikinci deneylerden en büyük farkı deneklere slaytlardaki resimlerde gördükleri kıyafetleri beğenip beğenmedikleri ve eğer bir dükkanda görmüş olsalar alıp almayacakları ile ilgili sorular içeren bir kontrol listesi verilmiş olmasıdır. Bu sayede deneklerin kendilerini slaytlardaki resimlerle karşılaştırmasının önüne geçmek amaçlanmıştır. Önceki deneylerden farklı olarak üçüncü deneyde, deneyin sonunda deneklerin çalışmanın gerçek amacını anlayıp anlamadıkları kontrol edilmiştir. ANOVA sonuçları deney koşulu ve bedensel memnuniyetsizlik arasında anlamlı düzeyde bir etkileşime işaret etmiştir. Deney grubundaki memnuniyetsiz kadınların kilo kaygılarının kontrol grubundaki memnuniyetsiz kadınlara göre daha yüksek olduğu ve en başından bedenine dair memnuniyetsizlik duyan kadınların kilo kaygısına daha fazla girdikleri bulunmuştur. Başka bir ifadeyle medya etkisi tüm kadınlarda değil bazı kadınlarda kilo kaygısını

arttırmaktadır. Beden memnuniyetsizliğine karşı düşük bir eğilim gösteren kadınların memnuniyet düzeyleri medya imajlarından olumsuz şekilde etkilenmemiştir. Araştırmacılar bedenine dair genel bir memnuniyet içerisinde olan kadınların medya etkisine maruz kaldıklarında kilo kaygısı yaşama bakımından daha az tehdit altında olduklarını ifade etmiştir. Bu çalışmadaki ikinci deneyden elde edilen sonuçlar ideal medya imajları koşulundaki memnuniyetsiz kadınların hem kontrol hem de gerçekçi imaj koşullarındaki memnuniyetsiz kadınlardan daha fazla kilo kaygısı içine girdiklerini göstermiştir. Bu bulgulara göre kadınları bedensel memnuniyet içinde olanlar ve olmayanlar şeklinde sınıflandırmak medya etkisine maruz kalmanın sonuçlarına dair güvenilir bir yordayıcıdır. Öte yandan üniversiteli güzel kadın imajlarına maruz kalmak, kadınlarda medya imajlarına maruz kalmak kadar güçlü bir kilo kaygısı yaratmamıştır. Bu durumun denekler ile “gerçek” resimlerdeki imajlar arasındaki farkın medya imajları ile aralarında olan fark kadar büyük olmamasından kaynaklandığı düşünülmüştür. Gözlemci ve sunulan imaj arasındaki fark azaldıkça kilo kaygısının ortaya çıkma olasılığı da azalmaktadır. Başından beri beden memnuniyetsizliği içinde olan kadınlar ideal medya imajlarına maruz kaldıklarında daha fazla kilo kaygısı sergilemişlerdir. Deney koşulundaki denekler açık bir şekilde slaytlardaki kişilere dikkat etmemiş olsalar dahi bu etki gözlemlenmiştir (Posavac, Posavac ve Posavac, 1998).

Botta'nın (1999) yürüttüğü bir çalışmada lise öğrenci 214 adet öğrenci çalışmaya katılmıştır. Katılımcıların televizyon izleme süreleri ve izledikleri program tipleri saptanmıştır. Deneklere bu programları izliyorken “Neden televizyondaki insanlar böylesine mükemmel vücutlara sahip olmak zorunda?” ya da “Neden bu insanlar bana ve arkadaşlarıma benzemiyorlar?” şeklindeki soruları ne kadar sıklıkla sordukları sorulmuştur. Sosyal karşılaştırma hem bireyin kendisini medya imajları ile karşılaştırması hem de yakınındaki insanları medyadaki imajlar ile karşılaştırması şeklinde yapılmıştır. Kişilerin medyadaki imajları ne derece gerçekçi veya ulaşılması gereken bir hedef olarak algıladıkları öğrenilmiştir. Kabullenilen incelik ideali daha önceki çalışmalara dayanarak likert tipi sorularla değerlendirilmiş, beden algısındaki bozukluklar ise yeme bozuklukları ölçeğinin beden imajı memnuniyetsizliği, incelik arzusu ve bulimik davranışlar şeklinde ilgili üç alt ölçeği kullanılarak değerlendirilmiştir. Bulgular kızların televizyondaki gördükleri karakterlerle yaptıkları karşılaştırma sayısı arttıkça ince görünüm idealinin kabulünün de arttığını göstermiştir. Benzer bir şekilde, kızların televizyondaki imajları gerçekçi

algılamaları ile ince görünüm idealinin kabulü arasında da ilişki olduğu bulunmuştur. Beden kitle indeksi arttıkça beden memnuniyetsizliğinin de arttığı ve en az memnuniyetsizliğin Afrika kökenlilerde görüldüğü bildirilmiştir. Televizyon izlerken televizyondaki kişilerin vücutları ile karşılaştırma yapılması aynı şekilde beden memnuniyetsizliğini etnik ya da ırksal kökenden bağımsız olarak arttırmaktadır. Televizyon izlemek ile değil, kişisel yatkınlık ile beden memnuniyetsizliği arasında ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Televizyon izleme süresi veya çeşitli gençlik dizilerini izlemek ile ince olmak arzusu arasında bir ilişki bulunamamıştır. Öte yandan televizyondaki karakterlerin gerçekçi algılanma düzeyi ile ince olma arzusu arasında bir bağlantı söz konusudur. Bulimik davranışlar bakımından da aynı yapı geçerli görünmektedir; televizyon izleme süresi veya izlenen programların tipinden çok gerçekçi algılanma düzeyi ile bulimik davranışlar arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Jung ve Lennon (2003) görünüşleri bakımından şematik davranan yani toplumsal normların ideal kabul ettiği kadın imajlarını içselleştiren kadınlar şematik olmayanlara göre daha düşük benlik saygısı ve beden algısı skorları sergileyeceklerini, şematik olan kadınların olmayanlara göre daha yüksek seviyede olumsuz duygudurum skorları sergileyeceklerini öngörmüşlerdir. Ayrıca medya imajlarına maruz kalan kadınların kalmayanlara kıyasla daha olumsuz beden algısı, olumsuz duygudurum ve benlik saygısı skorları sergileyeceklerini öngörmüşlerdir. Neticede şematik olan ve medya imajlarına maruz kalan kadınlar olmayanlara göre en düşük benlik saygısı ve beden algısı skorları ile en yüksek olumsuz duygudurum skorlarını sergileyeceklerini öngördükleri bu çalışmada ANOVA ve regresyon analizi sonuçları bu hipotezlerin hepsini doğrulamıştır.

Cusumano ve Thompson'ın (1997) üniversite öğrencisi kadınlar ile yürüttüğü bir çalışmaya 175 üniversite öğrencisi dahil edilmiştir. Katılımcıların beden memnuniyetleri, fiziksel görünüşlerine dair değerlendirmeleri, benlik saygıları, yeme bozuklukları, magazine maruz kalmaları ve ideal beden şekline dair imajları içselleştirmeleri değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular genel olarak, ideal beden ölçülerine maruz kalma ile beden memnuniyeti ölçümleri, yeme bozukluğu, benlik değeri ve algılanan obezite düzeyi arasında anlamlı düzeyde bir bağlantı olmadığına işaret etmiştir. Öte yandan farkındalık ve içselleştirme ile diğer ölçümler arasında anlamlı düzeyde ilişki olduğu bulunmuştur. Özetle ideal beden şekillerine (ideal göğüs gibi) maruz kalmak yeme bozukluğu, benlik saygısı gibi ölçümler üzerinde

yordayıcı bir değere sahip değilken sosyal normların içselleştirilmesi ise yordama gücüne sahiptir. Bulgular yalnızca ince kadın imajına maruz kalmanın tek başına beden algısında ve yeme tutumlarında bozulmayı yordamadığını, etkiye sebep olan asıl yordayıcının ideal kabul edilen beden şekillerine dair sosyal normların içselleştirilmesi olduğuna işaret etmiştir.

Bir çalışmada 93 kadın katılımcıya beden şekli ölçeği ve beden algısının bilişsel bozulmasını değerlendirme ölçeği maddeleri random olarak verilmek suretiyle uygulanmıştır. Medya ve sosyal çevre etkisini değerlendirmek için deneklere “Kendinizi ne sıklıkla görünümünüz üzerinden bir başkasıyla karşılaştırırsınız?”, “Kendinizi medyadaki örneklerle karşılaştırır mısınız?” gibi sorular sorularak likert tipi bir ölçek üzerinden cevaplarını birden altıya kadar puanlamaları istenmiştir. Ayrıca katılımcılardan kendilerini hedef bir uyarana kıyasla fiziksel çekicilik bakımından birden beşe kadar değerlendirmeleri istenmiştir. Daha sonra bedensel kontrol ölçeği verilerek günde kaç kere bedenlerine dönük kontrol davranışı içine girdikleri saptanmıştır. Kişilerin beden memnuniyetsizlikleri ölçülmüştür. Sonuçlar, görünüm odaklı bilişsel bozulmaların medya etkisinden ziyade arkadaşlarla yapılan sosyal karşılaştırmalar için yordayıcı olduğunu fakat görünüm odaklı bilişsel bozulmaların, arkadaşlarla yapılan sosyal karşılaştırmalar ve beden memnuniyetsizliği arasındaki ilişkiyi yordamadığını göstermiştir. Öte yandan, medya imajları ile yapılan sosyal karşılaştırmalar suçluluk duyguları ve beden kontrolü davranışlarında artışa yol açmıştır (Ridolfi ve ark., 2011).

Beden memnuniyeti üzerinde deneysel olarak sunulan ince kadın imajlarına maruz kalmanın etkisinin incelendiği 25 çalışmanın dahil edildiği bir meta analizde (Groesz, Levine ve Murnen, 2002) ortalama ölçülerdeki mankenleri ya da ev veya araba resimlerini görmeye kıyasla ince kadın imajlarını görmenin kadınların beden memnuniyetsizliğini arttırdığı görülmüştür. Bedeni ile problemleri olan kadınların olmayanlara göre bu imajlara maruz kalmaktan daha fazla etkilendikleri bulunmuştur. Deneklere gösterilen ince kadın imajı uyaranları arttıkça kadınların etkilenme oranlarının azaldığı görülmüştür.

Vartanian’ın (2009) yaptığı çalışmada kararsız, tutarsız ve zayıf benlik algısına sahip olan Amerikalı üniversite öğrencisi kadınların ince güzellik ideallerini daha fazla içselleştirdikleri ve daha yüksek düzeyde olumsuz beden algısı gösterdikleri bulunmuştur. Bu kadınlarda beslenme davranışı ile ilgili daha fazla meşgul olma eğilimi görülmüştür. Benlik kavramının oturmamış olması genç

kadınları sosyal normlara uymaya ve toplumun normatif etkisine daha açık hale getirdiği bulunmuştur. Bu yöndeki benlik yapısının, kişiyi daha fazla sosyal karşılaştırma süreci içine soktuğu ve medyaya maruz kalmanın bir düzenleyicisi olarak ince güzellik idealini içselleştirmeyi kolaylaştırdığı düşünülmüştür. Kişinin kendisini ince kadın imajları ile karşılaştırması kişinin benlik kavramı, sosyal karşılaştırmaya eğilimi, sosyal karşılaştırma süreci ve kitle iletişim araçlarının etkisi arasında karmaşık bir etkileşim söz konusudur.

Richins'in (1991) yaptığı bir pazarlama araştırması göstermektedir ki; tüketiciler özellikle kadınlar profesyonel mankenleri ayrı bir kategori olarak değerlendiriyorlarsa, bu mankenlerin oldukları reklamları gördükten sonra güzellik algılarında herhangi bir değişiklik meydana gelmemektedir. Diğer taraftan eğer kadın tüketiciler mankenleri bazı bakımlardan kadınların çoğunluğunu temsil ediyormuş gibi algılıyorlarsa (Thompson ve Heinberg, 1999) standart maruz kalma sonrası kendini kötü hissetme etkisi görülmektedir (Grabe, Ward ve Hyde, 2008; Groesz ve ark, 2002).

Beden algısı ve yeme bozuklukları üzerinde medyanın etkisini inceleyen bu çalışmalardan pek çoğunda medyadaki ince kadın imajına maruz kalma ile beden algısı yeme davranışları ve beden memnuniyetsizliği arasında bir ilişki bulunmasına rağmen bazı çalışmalar medya ile bu yönde bir ilişki bulamamışlardır (Champion, Furnham, 1999). Bazı çalışmalar ise medyada sunulan ince kadın imajlarına maruz kalmanın kadınlarda beden algısında bozulmaya sebep olmasının çeşitli faktörlere bağlı olduğuna işaret etmektedir. Bir çalışmada ideal imajlara maruz kalmanın kadınların kendilerini değerlendirmeleri üzerindeki etkisi sosyal bağlamsal ve bireysel farklılık faktörleri göz önünde bulundurularak incelenmiştir. Kadınların ideal imajlara hangi toplumsal bağlam içerisinde maruz kaldıklarının önemli bir faktör olduğu görülmüştür. Ayrıca bireysel farklılıkların medya etkisinde önemli rolü olduğu bulunmuştur. Öyle ki çekiciliğe çok önem veren kadınların ideal imajları gördükten sonra bedenlerini daha olumsuz değerlendirdikleri görülmüştür (Henderson-King, Henderson-King, Hoffmann 2001).

Bir çalışmada katı yeme tutumları olanlar ile olmayanlar arasında benlik saygısı, beden algısı ve duygudurumu üzerinde medyada ideal olarak sunulan imajların etkileri incelenmiştir. Bulgular katı yeme tutumu olanların (diyet yapanların) hem istedikleri hem de gerçek beden ölçülerini olduklarından daha küçük algıladıklarını göstermiştir. İdeal beden imajlarına maruz kalmak katı yeme tutumu

davranışı olanların beden algılarında, duygu durumunda olumsuzluğa ve düşük benlik saygısına yol açmamıştır. Bütün kadınlar aşırı ince kadın imajlarını gördüklerinde kendilerini kötü hissetmemekte ve bedenlerine dair algıları bozulmamaktadır. Bu bulgular medyanın yeme tutumu ve beden algısı üzerindeki etkisinin aslında karmaşık bir yapı olduğuna işaret etmektedir (Mills ve ark.,2002).

1.10. Araştırmanın Amacı ve Hipotezleri

Bu çalışmada İstanbul'da merkez ilçelerde ve Bartın'da köylerde doğmuş, büyümüş ve hali hazırda bu merkezlerde yaşayan kadınların beden algılarını, yeme tutumlarını ve görünüm hakkındaki inançlarını medya etkisi açısından incelemek amaçlanmıştır. Araştırma kapsamında aşağıdaki hipotezler formüle edilmiştir:

Hipotez 1: İstanbul'da yaşayan kadınların Bartın'daki kadınlara göre ince kadın imajını idealleştiren yerli ve yabancı medyayı daha sık takip edeceği beklenmektedir.

Hipotez 2: İstanbul'da yaşayan kadınların Bartın'daki kadınlara göre beden algılarında daha fazla bozulma olacağı, kendilerini olduklarından daha kilolu algılayacakları ve daha zayıf olmak isteyecekleri beklenmektedir.

Hipotez 3: İstanbul'da yaşayan kadınların Bartın'daki kadınlara göre kendilerini daha fazla görünümüleri üzerinden değerlendirmeleri beklenmektedir.

Hipotez 4: Yüksek eğitim düzeyinin ve ince kadın imajını idealleştiren yerli ve yabancı medya takip sıklığının görünüme verilen önemi yordayan en önemli faktörler olacağı beklenmektedir.

Hipotez 5: Görünüme verilen önemin kadınların gerçek ve olmak istedikleri BKİ arasındaki farkı belirleyen en önemli faktör olması beklenmektedir.

Hipotez 6: İstanbul'da yaşayan kadınların Bartın'daki kadınlara göre yeme tutumlarında daha fazla bozulma olacağı beklenmektedir.

Hipotez 7: Görünüme verilen önemin ve ince kadın imajını idealleştiren yerli ve yabancı medya takip sıklığının yeme tutumlarında bozulmayı yordayan en önemli faktörler olması beklenmektedir.

2. YÖNTEM

2.1. Örneklem

Araştırma örneklemini Bartın ve İstanbul illerinden seçildi. Bartın ilinin seçilmesinde İllerin ve Bölgelerin Sosyo-Ekonomik Gelişmişlik Düzeyi sıralamasından yararlanılmıştır. En son Dinçer, Özaslan ve Kavasoglu (2003) tarafından Devlet Planlama Teşkilatı'nın Bölgesel Gelişme ve Uyum Genel Müdürlüğü bünyesinde yapılan "İllerin ve Bölgelerin Sosyo-Ekonomik Gelişmişlik Sıralaması Araştırması (SEGE)" Kalkınma Bakanlığı tarafından güncellenmiştir. Bu güncellemeye göre, SEGE-2011' de Bartın ili sosyoekonomik gelişmişlik sıralamasında 81 il arasında 48. sırada yer almaktadır (İpekyolu Kalkınma Ajansı [İKA], 2012).

Bartın'da köylerden örneklem seçmek için Türkiye İstatistik Kurumu'nun (TÜİK) internet sitesinde (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2012) yer alan 254 köy Statistical Package for the Social Sciences 16 (SPSS 16) programına aktarıldı. Amaç köylerdeki evleri tek tek ziyaret edip o sırada evde olan tüm kadınları araştırmaya davet etmek olduğundan seçkisiz örnekleme komutuyla Sütlüce, Kayadibi ve Uğurlar köyleri araştırma için seçildi. Köyleri ilk ziyaretlerde hanelerde yaşayanlar, araştırmacı yabancı olduğu ve daha önce benzer bir anket çalışması sırasında dolandırıldıkları için araştırmaya katılmayı reddettiler. Bu sorun araştırmanın gidişatını etkilediği için araştırmacı bu üç köyde tanıdıkları olan kadınların yardımıyla bu köylerdeki kadınlardan veri topladı. Köylerdeki ulaşım güçlükleri sebebiyle araştırma için yeterli sayıda kadın temin edilemediğinden araştırmacı, katılımcıların tanıdıklarının yaşadığı ve ziyaret etmesini önerdikleri Büyükkıran, Dallica, Kumluca ve Dırazlar olmak üzere dört köyde daha veri topladı. Bunun dışında ziyarete gidilen köylerde ziyaret edilen evlerde bulunan kadınlardan Akmanlar, Akören ve Kutlubeyyazıcılar köylerinden olan kadınlardan da veri toplandı. Bu şekilde toplam 100 kadının verileri araştırmaya dahil edildi.

İstanbul'da kentin büyüklüğü ve kalabalıklığı yüzünden ve sosyoekonomik düzeyi yüksek kesimlerde yaşayan kadınların araştırmaya alınması hedeflendiğinden seçkisiz örnekleme yapmak mümkün değildi. Bu nedenle kolaylık örnekleme

yöntemiyle Bakırköy ilçesi Merkez ve Florya semti, Kadıköy ilçesi merkez ve Bağdat Caddesi, Beşiktaş ilçesi Etiler semti, Şişli ilçesi merkez ve Nişantaşı semtinde alışveriş merkezleri ve kafelerde, anketi cevaplamayı kabul eden kadınlarla örneklem oluşturuldu. Bu şekilde toplam 100 kadının verileri araştırmaya dahil edildi. Araştırma için işleme kriterleri 18-65 yaş aralığında olmak, köyden seçilen olgular için köyde, şehirden seçilenler için şehirde doğmuş ve büyümüş olmak, başka bir katılımcıyla kan bağı olmamak (örn; iki kardeşten sadece biriyle görüşüldü) görüşmeye engel oluşturabilecek herhangi bir fiziksel, ruhsal ya da zihinsel sorunu olmamak ve araştırmaya katılmaya onay vermek idi. Başka bir katılımcıyla kan bağı olmama kriteri ailevi faktörlerin etkisini kontrol edebilmek için benimsendi. Bu nedenle, örneğin iki kardeşten sadece biri araştırmaya alındı.

2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak amacıyla Medya Takibi ve Beden Algısı Yarı-Yapılandırılmış Görüşme Formu, Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu (Appearance Schemas Inventory-Revised; ASI-R; Cash, Melnyk ve Hrabosky, 2004), Görsel Kadın Bedeni Derecelendirme Ölçeği (Female Photographic Figure Rating Scale; PFRS; Swami, Salem, Furnham ve Tovée, 2008) ve Yeme Tutum Testi (Savaşır ve Erol, 1989) kullanıldı.

2.2.1. Medya Takibi ve Beden Algısı Yarı-Yapılandırılmış Görüşme Formu

Medya Takibi ve Beden Algısı Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu bu araştırmada kullanılmak üzere Doç. Dr. Ebru Şalcıoğlu ve Psikolog Yasemin Karşlı tarafından geliştirilmiştir. Form üç ana bölümden oluşmaktadır. İlk bölüm katılımcının yaşı, doğum yeri (Köy/ilçe/il), kaç senedir burada yaşadığı, eğitim durumu, (0= yok-okur yazar değil, 1= yok-okur-yazar, 2= ilkokul, 3= ortaokul, 4= lise, 5= Üniversite, 6=yüksek lisans/ doktora), medeni durumu (0= bekar, 1=evli/ birlikte yaşıyor, 2= ayrılmış/boşanmış, 3= dul), evli ise kaç yıllık evli olduğu, çalışma durumu, gelir düzeyi, geçmiş ruhsal durumu bilgilerini içeren demografik ve kişisel öykü bilgileri bölümüdür.

İkinci bölümde medya takip alışkanlıkları sorulmuş, katılımcının TV izleme, TV’de yerli dizi film izleme, TV’de yabancı dizi film izleme, TV’de yerli müzik eğlence programı izleme, TV’de yabancı müzik eğlence programı izleme, TV’de

yerli moda magazin programı izleme, TV’de yabancı moda magazin programı izleme sıklığı, sinemaya gitme sıklığı, gazete okuma, gazetede moda magazin haberi okuma sıklığı, internet kullanım sıklığı, internette moda magazin haberlerini takip etme sıklığı, moda magazin dergisi satın alma ve okuma sıklığı (0=hiç, 1= ayda 1-2, 2= haftada 1-2, 3= haftada 3-4, 4=hemen hemen her gün) bilgilerinin alınması hedeflenmiştir. Bu bölümde ayrıca katılımcılara sinemada yerli-yabancı film tercihleri ve fiziksel özelliklerini en çok beğendikleri üç ünlü kadın ismi sorulmuştur. Formun kilo ve beden algısına dair soruları içeren son bölümünde katılımcıların boyu, kilosu, kilo memnuniyetleri (0=hiç memnun değilim, 1= az memnunum, 2= memnunum, 3= çok memnunum) sorulmuştur.

2.2.2. Görsel Kadın Bedeni Derecelendirme Ölçeği

Kilo ve Beden Algısı bölümünde katılımcılara Swami ve arkadaşları (2008) tarafından beden algısını değerlendirmek için geliştirilmiş olan Görsel Kadın Bedeni Derecelendirme Ölçeği (Female Photographic Figure Rating Scale-PFRS) isimli ölçek uygulanmıştır. Bu ölçek aşırı zayıftan, obeze kadar Beden Kitle İndeksleri (BKİ) açısından çeşitlilik gösteren 10 kadın figürü içermektedir. Görsel Kadın Bedeni Derecelendirme Ölçeği’nin 208 yetişkin kadın örnekleme ile yapılan geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında ölçeğin yüksek geçerlilik gösterdiği ve fotoğrafların BKİ açısından doğru bir sıralama içerisinde olduğu bulunmuştur. Bireylerin BKİ’leri ile kendi değerlendirmeleri arasında 0.80’lik bir ilişki bulunmuştur. Test tekrar test aşamasında 57 katılımcı arasında bu korelasyon 0.83 ile anlamlılığını korumuştur. Test tekrar test güvenirliliği öz derecelendirme ($r=0.90$, $p<0.001$), ideal beden ölçüsü ($r=0.88$, $p<0.001$), beden memnuniyetsizliği skorları ($r=0.85$, $p<0.001$) olmak üzere 3 değişken için anlamlı olduğu bulunmuştur (Swami ve ark., 2008). Ölçekte yer alan 10 kadın resminin BKİ’leri sırasıyla Resim 1: 12.51, Resim 2: 14.72, Resim 3: 16.65, Resim 4: 18.45, Resim 5: 20.33, Resim 6: 23.09, Resim 7: 26.94, Resim 8: 29.26, Resim 9: 35.92 ve Resim 10: 41.23 şeklindedir. Bu çalışmada katılımcılardan bu resimlerden kendilerine en çok benzeyen ve olmak istedikleri vücutları seçmeleri istenmiştir.

2.2.3. Yeme Tutum Testi

Yeme Tutum Testi (YTT) Anoreksik kişilerin yemek yemekle ilgili davranış ve tutumlarını ve normal bireylerde var olan yeme davranışlarındaki olası

bozuklukları ölçmek amacıyla kullanılan bir öz-bildirim ölçeğidir. Orijinal adı Eating Attitudes Test (EAT) olan ölçek Garner ve Garfinkel tarafından 1979 yılında geliştirilmiş, Türkçe çevirisi Yeme Tutum Testi adı ile Savaşır ve Erol tarafından 1989 yılında yapılmıştır. YTT, 40 maddelik bir ölçektir. Maddeler katılımcı tarafından “daima”, “çok sık”, “sık sık”, “bazen”, “nadiren” ve “hiçbir zaman” seçeneklerinden oluşan 6’lı bir likert üzerinden işaretlenmektedir. Ölçeğin 1., 18., 19., 23., 27. ve 39. Maddeleri için bazen=1, nadiren=2 ve hiçbir zaman=3 puan ve diğer seçenekler 0 puan olarak değerlendirilir. Ölçeğin diğer maddeleri için ise daima=3, çok sık=2 ve sık sık=1 puan ve diğer seçenekler 0 puan olarak değerlendirilmektedir. Sonuçta ölçeğin her bir maddesinden alınan toplam puan hesaplanarak ölçeğin toplam puanı elde edilir. Ölçeğin yeme bozukluğu olan hastaları hem sağlıklı kontrol gruplarından hem de diğer hasta gruplarından iyi ayırt ettiği bulunmuştur (Aydemir ve Köroğlu, 2009).

Ölçeğin Test tekrar test güvenilirliği Pearson momentler çarpımı korelasyonu 0.65, Kuder Richardson güvenilirliği 0.70 bulunmuştur. Ölçeğin 11-70 yaşlarında çeşitli sosyoekonomik düzeyden en az ilköğretim eğitimi almış Ankara ilinde yaşayan kadınlardan (n=45) elde edilen puanların çözümlenmelerinde 4 faktör elde edilmiştir. Ölçeğin 40 maddesinden 23’ünün hiçbir faktörle ilişkili olmadığı bulunmuştur. Otuz puan ve üzerindeki değerler anlamlı olup toplam puanın düzeyi psikopatolojinin düzeyi ile doğrudan ilişkilidir (Öner, 1997).

2.2.4. Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu

Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu; GHİ-R (Appearance Schemas Inventory-Revised- ASI-R) kişinin fiziksel görünümüne yaptığı yatırımı değerlendiren toplam 20 soruluk bir ölçektir. Ölçeğin kendini değerlendirme ve motivasyon olmak üzere iki alt ölçeği bulunmaktadır. Kendini değerlendirme alt ölçeği kişinin kendisini görünümü üzerinden değerlendirmesini ölçmeye yönelik sorular içerirken, motivasyon alt ölçeği kişinin görünümü üzerine çaba sarf etmesini değerlendirmektedir. Daha önceki 14 soruluk versiyonu (ASI) ile hem kadınlar hem de erkekler için aralarındaki korelasyon anlamlıdır ($r=0.76$, $p<.001$). Kadınlar için önceki versiyon ile bu çalışmada kullanılan yeni versiyonun kendini değerlendirme yönelimi alt ölçeği ile arasında $r=0.79$ ($p<.001$) düzeyinde bir korelasyon vardır. Erkekler içinse 0.77 düzeyindedir. Ölçekte sorular 1-5 arasında (1=Hiç katılmıyorum, 2= Biraz katılıyorum, 3= Kararsızım, 4= Oldukça katılıyorum, 5=

Tamamen katılıyorum) puanlanmaktadır. Ölçekte yer alan 6 madde ise tersine puanlanmaktadır. Tersine puanlanan sorular: 1.,4.,5,9.,11.,12. (1=5, 2=4,4=2,5=1 gibi) maddelerdir. Toplam Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu skoru 20 maddenin ortalamasıdır (Cash ve ark., 2003).

Ölçek formu bu çalışmada kullanılmak üzere önce Doç. Dr. Ebru Şalcıoğlu ve Psk. Yasemin Karanlı tarafından ayrı ayrı çevrildi. Daha sonra bu iki çeviri birbiri ile karşılaştırıldı ve düzeltmeler yapıldı. Elde edilen çeviri Türkçe' den tekrar İngilizce' ye çevrilmek üzere bir çevirmene verildi. Çevirmenin hazırladığı İngilizce versiyon ölçeğin orijinal formu ile karşılaştırıldı. Böylece Türkçe'ye çevirinin güvenilir bir şekilde yapılması sağlandı.

2.3. Uygulama

Araştırma görüşmeleri Psikolog Yasemin Karanlı tarafından Doç. Dr. Ebru Şalcıoğlu süpervizyonunda yapılmıştır. Bartın ilinde başlatılan veri toplama sürecinde Psikolog Yasemin Karanlı görüşme formlarını köydeki kadınlara birebir uygulamıştır. Kadınlardan okuma yazma bilmeyenlerle görüşme yapılırken araştırmacı soruları tek tek okuyarak katılımcının verdiği cevapları işaretlemiştir. Araştırma görüşmelerinde köyler tek tek ziyaret edilmiş ve evlerde yaşayan kadınlar çalışmaya davet edilmiştir. Katılımcılara araştırmanın amacı ve süreci hakkında bilgi verildikten sonra araştırmaya katılmanın gönüllülük esasına dayandığı, katıldıkları takdirde devam etmek istemedikleri zaman görüşmeyi sonlandırma hakları olduğu ve son olarak, verecekleri bilgilerin gizli kalacağı ve sadece bilimsel yazılarda ve kongre bildirilerinde kullanılacağı açıklanmıştır. Katılımcılara, bu bilgileri içeren bir "*Bilgilendirilmiş Onay Formu*" okunmuş ve araştırmaya katılımları için sözlü onayları alınmıştır. Katılımcıların köylerinde yapılan daha önceki anket çalışmaları sırasında dolandırılmış olmaları sebebiyle yazılı onay vermekten çekinmeleri dolayısı ile katılımcılardan kimlik bilgileri ve yazılı onayları alınmamıştır. İlk ziyaret edilen Uğurlar köyünde kadınların ve eşlerinin araştırmacı yabancı olduğu için görüşmeyi kabul etmemesinden dolayı araştırmacı köyde tanıdığı olan kadınlar ile iletişime geçip bu kadınlar vasıtası ile görüşmelere başlamıştır. Köylerdeki ulaşım zorlukları ve bütün evleri tek tek dolaşmanın güçlüğünden dolayı görüşmeler kadınların bir katılımcının evinde toplandığı günlerde yapılmıştır. Çalışmaya katılmaya gönüllü olan kadınlar köyde yaşayan bir kadının evinde toplanmışlar, araştırmacı sıra ile burada bulunan kadınlara anketlerini uygulamıştır. Evde bulunan

kadınlardan okuma yazma bilmeyenlere araştırmacı ölçekleri okuyarak verdikleri cevapları formlarda işaretleme yolu ile ölçekleri doldururken, okuma yazma bilen kadınlar formları kendileri cevaplamışlardır. Köyde yakınları bulunan ve anketleri uygulayabilecek eğitim seviyesine sahip 3 kadın araştırmacıya destek olarak veri toplamışlardır (n=32). Veriler Kasım 2012 – şubat 2013 tarihleri arasında toplanmıştır.

İstanbul'daki veri toplama sürecinde Psikolog Yasemin Karılı, Psikolog Merve Yılmaz ve Sema Aktürk görüşme formlarını Bakırköy ilçesi merkez ve Florya semtinde, Kadıköy ilçesi Merkez ve Bağdat Caddesinde, şişli ilçesi Merkez ve Nişantaşı semtinde, Beşiktaş ilçesi Etiler semtinde kafelerde ve alışveriş merkezlerinde ulaşabildikleri kadınlara uygulamışlardır. Katılımcılara araştırmanın amacı ve süreci hakkında bilgi verildikten sonra araştırmaya katılmanın gönüllülük esasına dayandığı, katıldıkları takdirde devam etmek istemedikleri zaman görüşmeyi sonlandırma hakları olduğu ve son olarak, verecekleri bilgilerin gizli kalacağı ve sadece bilimsel yazılarda ve kongre bildirilerinde kullanılacağı açıklanmıştır. Katılımcılara, bu bilgileri içeren bir "*Bilgilendirilmiş Onay Formu*" okunmuş ve araştırmaya katılımları için sözlü onayları alınmıştır. Kadınların hepsi okuma yazma bildiği için katılmaya gönüllü olan kişiler formları kendileri okuyup soruları cevaplandırmışlardır. Veriler şubat2013 – Mayıs 2013 tarihleri arasında toplanmıştır.

Her iki grupta da katılımcılar Görsel Kadın Bedeni Derecelendirme Ölçeği sorularına geldiğinde araştırmacı kartona basılı kadın figürlerinin yer aldığı formu katılımcılara göstermiş ve bu resimlerden kendilerine benzeyen vücudu ve olmak istedikleri vücudu seçmelerini istemiştir.

2.3.1. Veri Değiştirme İşlemleri

Elde edilen veriler üzerinde aşağıda belirtilen şekillerde dönüştirme işlemleri yapıldı:

1. Veri toplama aşamasında medeni durum; 0=Bekar, 1=Evli/Birlikte yaşıyor, 2=Ayrılmış/ Boşanmış, 3=Dul seçenekleri ile katılımcılara sunulmuştu. Bu bilgi analiz aşamasında 0= Bekar, Ayrılmış/Boşanmış, Dul ve 1= Evli/Birlikte yaşıyor olmak üzere 2 grup altında toplandı.

2. Katılımcıların gerçek Beden Kitle İndeksleri hesaplanmıştır. BKİ, bireyin vücut ağırlığının (kg), boy uzunluğunun (m) karesine ($BKİ=kg/m^2$) bölünmesiyle

elde edilen bir değerdir. Bu formül ile elde edilen değerler 0-18.49 =Aşırı zayıf, 18.50-24.99 BKİ=Normal, 25.00-29.99 BKİ=Fazla kilolu, 30.00-39.99 BKİ =Şişman ve 40.00 ve üstü BKİ = Aşırı şişman olacak şekilde BKİ sınıflandırmasına göre gruplandırıldı.

3. Yeme Tutum Testi soruları verileri SPSS programına girme aşamasında kolaylık sağlaması için Daima=5, Çok Sık=4, Sık sık=3, bazen=2, Nadiren=1, Hiçbir zaman=0 şeklinde kodlanmıştı. Veri dönüştürme işlemleri aşamasında ölçeğin ters puanlanması gereken 1, 18, 19, 23, 27 ve 39. maddeleri; Daima=0, Çok sık=0, Sık sık=0, Bazen=1, Nadiren=2, Hiçbir zaman=3 şeklinde yeniden puanlandı. Bu maddeler dışındaki maddelerin puanlaması Daima=3, Çok sık=2, Sık sık=1, Bazen=0, Nadiren=0, Hiçbir zaman=0 olacak şekilde yeniden yapıldı.

Daha sonra bütün madde puanlarının toplanması ile Yeme Tutum Testinden alınan toplam puan elde edildi.

4. Veri toplama aşamasında katılımcıların bildirdikleri fiziksel özelliklerini en çok beğendikleri 3 kadın ismi; 1= Türk-Yabancı ince kadın tipi, 2= Türk-Yabancı geleneksel kadın tipi olmak üzere 2 grup altında yeniden kodlandı. Bu kadınlar gruplandırılırken, araştırma hakkında bilgisi olmayan bir erkeğe bu kadınların hangi gruba daha uygun olduğu sorularak gruplandırma yapıldı.

5. Kilo ve Beden algısı bölümündeki GKBDÖ sorularına katılımcıların verdikleri yanıtların BKİ cinsinden değerleri ölçeğin orijinal formunun yer aldığı çalışmada belirtildiği şekilde resimlerin BKİ' lerinin kodlanması ile dönüştürüldü. Buna göre resimlerin gerçek BKİ' leri; Resim 1: 12.51, Resim 2: 14.72, Resim 3: 16.65, Resim 4: 18.45, Resim 5: 20.33, Resim 6: 23.09, Resim 7: 26.94, Resim 8: 29.26, Resim 9: 35.92 ve Resim 10: 41.23 şeklindeydi. Bu dönüştürme işlemi ile kişilerin algıladıkları ve olmak istedikleri BKİ değerleri oluşturuldu. Daha sonra bu BKİ değerleri 0-18.49 =Aşırı zayıf, 18.50-24.99, BKİ=Normal, 25.00-29.99 BKİ= Fazla kilolu, 30.00-39.99 BKİ= Şişman ve 40.00 ve üstü BKİ= Aşırı Şişman olacak şekilde yeniden kodlandı. Son olarak; Aşırı Zayıf= 1, Normal= 2, Fazla Kilolu= 3, Şişman= 4, Aşırı Şişman= 5 olacak şekilde etiketlendi.

6. Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu maddeleri, Hiç katılmıyorum=1, Biraz katılıyorum=2, Kararsızım=3, Oldukça katılıyorum=4, Tamamen Katılıyorum=5 şeklinde puanlanmıştı. Ölçek maddelerinden 1., 4., 5., 9., 11., 12. maddeler ölçek kısa el kitabında ters puanlanan maddeler olarak belirtildiğinden (1 = 5, 2 = 4, 3=3, 4 = 2, 5 = 1) olacak şekilde yeniden kodlandı.

Ölçek maddelerinin puanlarının toplanması ve ortalamalarının alınması ile ölçek toplam puanı elde edildi.

2.4. Bulgular

2.4.1. Demografik Bilgiler

Bartın'da araştırmaya Büyükkıran köyünden 13, Dallica köyünden 20, Dırazlar köyünden 2, Kayadibi köyünden 22, Kumluca'dan 3, Kutlubeyyazıcılarından 1, Sütlüce'den 20, Uğurlar köyünden 16 kişinin verileri dahil edilmiştir. Bartın'da doğmamış olan ve formları doldurmuş olan 5 kadının verisi araştırmaya dahil edilmemiştir. İstanbul'da ise Bakırköy merkezde 31, Florya semtinde 9, Kadıköy merkezde 14, Bağdat Caddesinde 16, Şişli Nişantaşı'nda 13 olmak üzere 100 kişinin verileri araştırmaya dâhil edilmiştir. İstanbul'da yaşayan fakat İstanbul'da doğmamış olan 23 kadının verileri araştırmaya dahil edilmemiştir. Katılımcıların illere göre demografik özellikleri Tablo 2. 1. 'de gösterilmiştir.

İki ildeki kadınların yaş ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur ($t = 0.99$, $sd = 185.6$, $p = 0.33$). Buna karşın, beklendiği üzere, eğitim düzeyleri (Bartın Ort. = 2.5, $SS = 1.25$; İstanbul Ort. =4.8, $SS = 0.80$; $t = -15.58$, $sd = 167.8$, $p < 0.001$) ve eve giren aylık gelir miktarı ($t = -4.8$, $sd = 109.9$, $p < 0.001$) ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmaktadır. İstanbul'da Bartın'a göre daha çok sayıda olgu bir işte çalışmaktadır (%62' ye karşı %17, $\chi^2 = 42.4$, $sd = 1$, $p < 0.001$). Bartın'da İstanbul'a göre daha çok olgu evli ya da biriyle birlikte yaşamaktadır (%92' ye karşı %45, $\chi^2 = 51.19$, $sd = 1$, $p < 0.001$). Tedavi gerektiren geçmiş ruhsal hastalık öyküsü açısından iki il arasında bir fark görülmemiştir (χ^2 hücrelerde yeteri kadar olgu olmadığı için hesaplanmadı).

2.4.2. Medya Takip Özellikleri

Katılımcıların çeşitli medya araçları kullanma ve medyada yerli ya da yabancı programları takip etme özellikleri Tablo 2. 2.'de illere göre gösterilmiştir. İki ilde televizyon izleme sıklığı ve yerli dizi ve yerli müzik / eğlence programı izleme açısından anlamlı fark görülmemiştir.

İstanbul'daki katılımcılar Bartın'daki katılımcılardan istatistiksel açıdan anlamlı olarak daha sık yabancı dizi ($t = -10.0$, $sd = 178.2$, $p < 0.001$), yabancı müzik / eğlence ($t = -7.8$, $sd = 128.3$, $p < 0.001$), yerli moda / magazin ($t = -4.4$, $sd = 188.0$, $p < 0.001$), yabancı moda magazin ($t = -6.3$, $sd = 124.4$, $p < 0.001$), sinema ($t = -7.7$,

sd = 159.5, p < 0.001) izlediklerini ve daha sık moda / magazin dergisi (t = -7.0, sd = 124.9, p < 0.001), gazetede moda magazin haberleri (t = -10.8, sd = 158.7, p < 0.001) ve internette moda magazin haberleri (t = -9.5, sd = 131.3, p < 0.001) okuduklarını belirtmişlerdir.

Sinema izlemede Bartın'daki kadınlar İstanbul'daki kadınlara göre daha çok yerli film izlediklerini belirtmişlerdir (%77' ye karşı %15, $\chi^2 = 78.2$, sd = 3, p < 0.001). Bu bulgular TV'de yerli programlar izleme açısından iki ildeki kadınlar arasında farklı alışkanlıklar olmadığını göstermiştir. Fakat İstanbul'daki katılımcılar yabancı medya araçları ve yerli/yabancı moda-magazin takibi açısından Bartın'daki kadınlara göre beklenen farkı göstermektedir. Bu aşamada analizlerde kullanılmak üzere iki ildeki kadınlar arasında farklılık gösteren TV'de yabancı dizi-film, yabancı müzik eğlence, yerli moda magazin, yabancı moda magazin takibi sıklığı, sinemaya gitme, moda magazin dergisi okuma sıklığı, gazetede ve internette moda magazin haberi okuma sıklığı sorularından “yabancı medya araçları ve yerli/yabancı moda-magazin takibi” adı altında bir toplam puan değişkeni oluşturulmuştur.

İki ildeki kadınlar fiziksel özelliklerini beğendikleri ünlü kadınlar açısından karşılaştırıldığında İstanbul'daki kadınların Bartın'dakilere göre ince kadın imajlarını daha çok beğendikleri görülmüştür (%80' e karşı %10, $\chi^2 = 99.0$, sd = 1, p < 0.001).

2.4.3. Beden Algısı ve Kilo Özellikleri

BKİ sınıflandırmasına göre Bartın'daki kadınların %32'sinin normal, %38'inin fazla kilolu, %28'inin şişman ve %2'sinin aşırı şişman olduğu saptanmıştır. İstanbul'daki kadınların ise %8'inin aşırı zayıf, %65'inin normal, %20'sinin fazla kilolu ve %7'sinin şişman olduğu saptanmıştır. Bartın'da aşırı zayıf, İstanbul'da ise aşırı şişman olgu bulunmamaktadır. Bartın'daki kadınların İstanbul'dakilere göre daha yüksek BKİ ortalamasına sahip oldukları görülmüştür (Ort. 27.9, SS = 5.3 kg Ort. = 23.0, SS = 4.0, t = 7.5, sd = 184.4, p < 0.001). İstanbul'daki kadınlar daha zayıf olmalarına rağmen, kilo memnuniyet düzeyleri açısından Bartın'daki kadınlardan istatistiksel olarak fark göstermemiştir (hiç memnun değilim = %27' ye karşı %33 az memnunum = %37' ye karşı %32, memnunum / çok memnunum = %36' ya karşı %35). Ayrıca her iki ildeki kadınların vermek istedikleri kilo açısından aralarında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Bartın Ort = 6.1, SS = 7.6' ya karşı İstanbul Ort = 5.1, SS = 6.2, t = 1.10, sd = 190.24, p = 0.27).

Tablo 2. 4.'te illere göre kadınların gerçek BKİ sınıflandırmaları ile Görsel Kadın Bedeni Derecelendirme Ölçeği üzerinde algıladıkları ve istedikleri BKİ'leri çapraz tablo olarak verilmiştir. Bartın'daki kadınların %34'ünde gerçek ve algıladıkları BKİ arasında tutarlılık gözlenirken, %58'i kendilerini olduklarından zayıf, %8'i ise kendilerini olduklarından daha kilolu algılamaktadır. İstanbul'da kadınların %36'sında gerçek ve algıladıkları BKİ arasında tutarlılık olduğu ve kalanların %62'sinin kendilerini olduklarından zayıf, %2'sinin ise kendilerini olduklarından şişman algıladıkları görülmektedir. İlginç bir şekilde GKBDÖ üzerinde olmak istedikleri bedeni seçmeleri istendiğinde Bartın'daki kadınların %57'si aşırı zayıf bedenleri, %35'i normal ve %8'i fazla kilolu bedenleri seçmiştir. İstanbul'da ise kadınların %87'si aşırı zayıf bedenleri, kalanlar ise normal kiloda olan bedenleri seçmişlerdir. Kadınların pek çoğunun kendilerini olduklarından zayıf algılamaları nedeniyle algıladıkları BKİ ile gerçek BKİ'leri arasındaki tutarlılığın istedikleri BKİ'ye etki edip etmediği incelendiğinde kendilerini olduklarından zayıf algılayan 58 Bartınlı olgunun %67'sinin ve 62 İstanbullu olgunun %92'sinin aşırı zayıf olmayı tercih ettiği görülmektedir. İstanbul'da kilosu normal BKİ sınırları içinde olan 65 kadının %95'i, Bartın'da ise 32 kadından %75'i aşırı zayıf olmak istediklerini bildirmiştir. İki il arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ($\chi^2 = 8.86$, $sd = 1$, $p < 0.01$)

Tablo 2. 1. Katılımcıların Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre Dağılımı

	Bartın (n = 100)	İstanbul (n = 100)
<u>Yaş (Ortalama, SS)</u>	36 (8.9)	35 (11.6)
<u>Medeni Durum(n, %)</u>		
Bekar	6 (%6)	46 (%46)
Evli/birlikte yaşıyor	92 (%92)	45 (%45)
Boşanmış/ayrılmış	1 (%1)	8 (%8)
Dul	1 (%1)	1 (%1)
<u>Eğitim Düzeyi (n, %)</u>		
Okuryazar değil	7 (%7)	0 (%0)
Okuryazar	2 (%2)	0 (%0)
İlkokul	59 (%59)	3 (%3)
Ortaokul	10 (%10)	1 (%1)
Lise	12 (%12)	23 (%23)
Üniversite	10 (%10)	60 (%60)
Yüksek Lisans/Doktora	0 (%0)	13 (%13)
<u>Çalışıyor (n, %)</u>		
Evet	17 (%17)	62 (%62)
Hayır	83 (%83)	38 (%38)
<u>Eve giren aylık gelir (Ortalama, SS)†</u>	948.14 (701.80)	1711.33 (141.60)
<u>Geçmiş psikiyatrik hastalık öyküsü (n %)</u>		
Evet	4(%4)	6(%6)
Hayır	96(%96)	94(%94)

†Bu analiz için Bartın n = 97; İstanbul n = 75

Tablo 2. 2. Katılımcıların Medya Takip Özelliklerine Göre Dağılımı

	Bartın (n = 100)	İstanbul (n = 100)
Takip sıklığı¹(Ortalama, SS)		
TV izleme	3.33 (0.90)	3.40 (0.83)
TV’de yerli dizi film, izleme	2.50 (1.03)	2.40 (1.07)
TV’de yabancı dizi, film	0.50 (0.90)	2.00 (1.21)
TV’de yerli, müzik eğlence	1.50 (1.14)	1.60 (1.10)
TV’de yabancı müzik, eğlence	0.20 (0.50)	1.21 (1.23)
TV’de yerli moda, magazin	0.64 (0.90)	1.30 (1.12)
Sinema izleme	0.32(0.53)	1.13 (0.91)
Moda, magazin dergisi okuma	0.20 (0.40)	1.00 (1.10)
Gazete okuma	1.00 (1.33)	3.20 (1.14)
Gazetede moda magazin haberi okuma	0.54 (0.85)	2.40 (1.50)
İnternet kullanımı	1.15(1.70)	3.40 (1.30)
İnternette moda magazin sitesi, haberi okuma	0.22(0.65)	1.840 (1.60)
Sinemada yerli film yabancı film (n, %)		
Hiçbiri	0(%0)	1(%1)
Yerli	77(%77)	15(%15)
Yabancı	6(%6)	31(%31)
Hepsi	17(%17)	53(%53)

¹ 0 = Hiçbir zaman, 1 = Ayda 1-2 kez, 2 = Haftada 1-2,
3 = Haftada 3-4, 4 = Hemen hemen her gün

Tablo 2. 3. Katılımcıların Fiziksel Özelliklerini Beğendikleri Kadınlara Göre Dağılımı

	Bartın (n = 100)	İstanbul (n = 100)
Beğendikleri Kadınlar (n%)		
Yabancı İnce Kadın Tipi	10 (%10)	80 (%80)
Türk Geleneksel Kadın Tipi	90 (%90)	20 (%20)

Tablo 2. 4. Kadınların Gerçek Beden Kitle İndeksleri ile Algıladıkları ve İstedikleri Beden Kitle İndekslerine Göre Dağılımı

		Gerçek BKİ sınıflandırması (n, %)									
		Bartın					İstanbul				
		1 (n = 0)	2 (n = 32)	3 (n = 38)	4 (n = 28)	5 (n = 2)	1 (n = 8)	2 (n = 65)	3 (n = 20)	4 (n = 7)	5 (n = 0)
Algıdığı BKİ sınıflandırması											
1	Aşırı zayıf	--	17 (53)	5 (13)	1 (4)	0	<u>8 (100)</u>	45 (69)	1 (5)	0	--
2	Normal	--	<u>12 (38)</u>	15 (40)	2 (7)	0	0	<u>19 (29)</u>	11 (55)	2 (29)	--
3	Fazla kilolu	--	3 (9)	<u>17 (45)</u>	17 (61)	1 (50)	0	1 (2)	<u>7 (35)</u>	3 (43)	--
4	Şişman	--	0	1 (3)	<u>4 (14)</u>	0	0	0	1 (5)	<u>2 (29)</u>	--
5	Aşırı Şişman	--	0	0	4 (14)	<u>1 (50)</u>	0	0	0	0	--
İstedığı BKİ sınıflandırması											
1	Aşırı zayıf	--	24 (75)	18 (47)	14 (50)	1 (50)	<u>8 (100)</u>	62 (95)	14 (70)	3 (43)	--
2	Normal	--	<u>8 (25)</u>	14 (37)	12 (43)	1 (50)	0	<u>3 (5)</u>	6 (30)	4 (57)	--
3	Fazla kilolu	--	0	<u>6 (16)</u>	2 (7)	--	--	--	--	--	--
		Algıdığı BMI sınıflandırması (n, %)									
		Bartın					İstanbul				
		1 (n = 23)	2 (n = 29)	3 (n = 38)	4 (n = 5)	5 (n = 5)	1 (n = 54)	2 (n = 32)	3 (n = 11)	4 (n = 3)	5 (n = 0)
İstedığı BMI sınıflandırması											
1	Aşırı zayıf	19 (83)	19 (66)	15 (40)	3 (60)	1 (20)	54 (100)	28 (88)	4 (36)	1 (33)	--
2	Normal	4 (17)	10 (35)	16 (42)	1 (20)	4 (80)	0	4 (12)	7 (64)	2 (67)	--
3	Fazla kilolu	0	0	7 (18)	1 (20)	0	0	0	0	0	--

2.4.4. Görünüm Hakkındaki İnançlar ve Yeme Tutumları

Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu'nun Türkçe'ye uyarlanmış versiyonunun bu örneklemede iç tutarlık katsayısı (Cronach's Alpha) 0.88 bulunmuştur. Ölçekten hiçbir maddenin atılması Cronbach Alpha'da önemli bir artışa neden olmamıştır. Düzeltilmiş madde-toplam puan korelasyon katsayıları 0.20 ile 0.58 arasında değişmektedir. Bu bulgular ölçeğin iç tutarlığını desteklemektedir. İstanbul'daki kadınların Bartın'daki kadınlara göre tüm ölçek üzerinde (Ort. = 3.0, SS = 0.69'a karşı Ort. = 2.44, SS = 0.76, t = 5.44, sd = 197, p < 0.001), kendini değerlendirme alt ölçeği üzerinde (Ort. = 2.8, SS = 0.73' e karşı Ort. = 2.4, SS = 0.79, t = 4.05, sd = 197, p < 0.001) ve motivasyon alt ölçeği (Ort. = 3.3, SS = 0.76' ya karşı Ort. = 2.6, SS = 0.89, t = 6.33, sd = 197, p < 0.001) üzerinde daha yüksek puan aldığı görülmektedir. Bu bulgular İstanbul'daki kadınların görünümüne daha fazla önem verdiklerini, kendilerini görünümüne göre daha fazla değerlendirdiklerini ve daha iyi görünmek için daha fazla çaba sarf ettiklerini göstermektedir. Ölçeğin maddeleri üzerindeki illere göre ortalama puanlar ve aralarındaki farklar Tablo 2. 5.'te gösterilmiştir. Bu bulgularla tutarlı bir şekilde İstanbul'daki kadınların, Bartın'dakilere nazaran Yeme Tutum Testi üzerinde de daha yüksek puan aldıkları görülmektedir (Ort. = 21.0, SS = 14.65' e karşı Ort. = 15.7, SS = 7.89, t = 3.19, sd = 152.0, p < 0.01). Ölçeğin 30 puan olan kesme puanı noktası temel alındığında İstanbul'daki kadınların %19'unda, Bartın'daki kadınların ise %5'inde yeme tutumlarında bozulma olduğu görülmektedir ($\chi^2 = 9.28$, sd = 1, p < 0.01).

2.4.5. Görünüme Verilen Önemin Yordayıcıları

Görünüme verilen önemin yordayıcılarını tespit etmek amacıyla hiyerarşik lineer regresyon analizi (yöntem enter) kullanılmıştır. Bu analiz için Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu toplam puanı bağımlı değişken olarak seçilmiştir. Bağımsız değişkenler Medya Takibi ve Beden Algısı Görüşme Formu'ndan belirlenmiştir. Birinci adımda kişinin gerçek BKİ'sinin etkisi kontrol edilirken ikinci adımda medyanın etkisine bakılmıştır.

İstanbul ve Bartın'daki olgular arasında medya takip alışkanlıkları açısından farklılık gözlenen yabancı dizi, yabancı müzik / eğlence, yerli ve yabancı moda magazin programı, sinema izleme ve gazete, dergi ve internette moda / magazin haberleri okuma sıklıkları toplam puanları alınarak bileşik bir yabancı medya araçları ve yerli/yabancı

moda-magazin takibi değişkeni yaratılarak regresyona sokulmuştur. Son adımda demografik değişkenleri yaş, eğitim durumu (0= yok-okuryazar değil, 1= yok-okur-yazar, 2= ilkokul, 3= ortaokul, 4= lise, 5= Üniversite, 6=yüksek lisans/ doktora), eve giren aylık gelir ve medeni durum (0 = evli değil, 1 = evli) analize alınmıştır. İl değişkeni, bu demografik değişkenlerle yakından ilişkili olduğu için analize alınmamıştır. İki yüz kişilik bir örneklem $\alpha = .05$ ve $\beta = .20$ için 18 bağımsız değişkenin regresyon analizine girmesine izin verdiği için 6 bağımsız değişkenle kurulan regresyon modelinde istatistiksel kuvvet sorunu yaşanmamıştır.

Regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ($F = 10.52$, $sd = 6$, 193 , $p < 0.001$) ve toplam varyansın %25'ini açıklamaktadır. BKİ'nin girdiği ilk adım varyansın %9.8'ini ($F = 21.40$, $sd = 1$, 198 , $p < 0.001$), yabancı medya araçları ve yerli/yabancı moda-magazin takibinin girdiği ikinci adım %6.8'ini ($F = 15.94$, $sd = 1$, 197 , $p < 0.001$) ve demografik değişkenlerin girdiği son adım toplam varyansın %8.1'ini ($F = 5.21$, $sd = 4$, 193 , $p < 0.001$) açıklamıştır. İlk adımda düşük BKİ'nin yüksek Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu puanını anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($\beta = -0.31$, $p < 0.001$). Yani kadınlar zayıfladıkça görünümüne verdikleri önem artmaktadır. Bu bulgu aslında İstanbul'daki kadınların görünümüne verdiği önemi göstermektedir. İkinci adımda düşük BKİ ($\beta = -0.18$, $p < 0.05$) ile birlikte sık yabancı medya araçları ve yerli/yabancı moda-magazin takibi ($\beta = 0.29$, $p < 0.001$) Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu toplam puanı ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu iki değişkenin yordayıcı gücü eğitim düzeyinin kontrol edilmesiyle ortadan kalkmıştır. Nitekim analizin son adımında sadece yüksek eğitim düzeyi görünüm hakkındaki inançları anlamlı olarak yordamıştır ($\beta = 0.36$, $p < 0.001$). Yüksek eğitim düzeyinin yabancı medya araçları ve yerli/yabancı moda-magazin takibi sıklığı ile orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkisi ($r = 0.61$, $p < 0.001$) olduğundan hangisinin modele daha fazla katkı yaptığını görmek için demografik değişkenler ikinci adımda, yabancı medya araçları ve yerli/yabancı moda-magazin takibi üçüncü adımda tekrar regresyona alınmıştır. Bu şekilde demografik değişkenler toplam varyansın %14'ünü ($F = 9.01$, $sd = 4$, 194 , $p < 0.001$) açıklarken, yabancı medya araçları ve yerli/yabancı moda-magazin takibi varyansın sadece %0.8'ini açıklamıştır ve modele yaptığı bu katkı istatistiksel olarak anlamlı olmamıştır ($F = 1.94$, $sd = 1$, 193 , $p = 0.17$). Bu bulgular eğitim düzeyinin görünüm hakkındaki inançlarla daha güçlü bir ilişkisi olduğunu desteklemiştir.

Tablo 2. 5. Katılımcıların Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu Maddeleri Puan Ortalamalarına Göre Dağılımı

Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu Soru Maddeleri	Bartın (Ort., SS)	İstanbul (Ort., SS)	t (sd) = XX, p <
Fiziksel görünüşüm üzerinde çok az zaman harcarım.	2.55 (1.60)	3.50 (1.31)	t(191.0)=-4.62, p<0.001
Güzel görünümlü insanlar gördüğümde kendi görünüşümün onlar kadar iyi olup olmadığını merak ederim.	2.14 (1.33)	2.72 (1.36)	t(198.0)= -3.05, p<0.01
Fiziksel olarak olabildiğim kadar çok çekici olmaya çalışırım.	1.95 (1.15)	2.81 (1.36)	t(192.6)= -4.83, p<0.001
Nasıl görüldüğüme hiçbir zaman fazla dikkat etmedim.	3.20 (1.60)	4.45 (0.95)	t(161.4)=-6.76, p<0.001
Görünüşümü gördüğüm diğer insanlarınki ile nadiren karşılaştırırım.	3.11 (1.60)	3.70 (1.70)	t(181.8)= -3.00, p<0.01
İyi görüldüğümde emin olmak için görünümümü sık sık aynada kontrol ederim.	2.25 (1.43)	2.90 (1.30)	t(196.0)= -3.31, p<0.01
Bir şey görünüşümle ilgili bana kendimi iyi ya da kötü hissettirdiğinde o şeyi kafaya takmaya meyilliyimdir.	2.35 (1.50)	2.84 (1.45)	t(198.0)= -2.37, p=0.019
Görünüşümün hoşuma gittiği herhangi bir günde diğer şeylerden mutlu olmak kolay olur.	2.71 (1.70)	3.50 (1.31)	t(187.0)= -3.56, p<0.001
Birisi görünüşüm hakkında olumsuz bir tepki verirse bu beni rahatsız etmez.	3.61 (1.50)	3.52 (1.40)	t(198.0)= 0.442, p=0.659
Fiziksel görünüşüm söz konusu olduğunda yüksek standartlarım vardır.	1.88 (1.20)	2.71 (1.50)	t(189.6)=-4.41, p<0.001
Fiziksel görünüşümün hayatım üzerinde az etkisi olmuştur.	2.70 (1.65)	3.54 (1.23)	t(183.1)=-4.07, p<0.001
İyi giyinmek benim için bir öncelik değildir.	3.00 (1.60)	3.92 (1.22)	t(184.8)= -4.71, p<0.001
İnsanlarla ilk tanıştığımnda nasıl görüldüğüm hakkında ne düşündüklerini merak ederim.	2.41 (1.50)	2.53 (1.34)	t(198.0)= -0.60, p=0.550
Günlük hayatımda bana nasıl görüldüğümü düşündüren bir sürü şey olur.	1.80 (1.21)	2.24 (1.27)	t(198.0)= -2.51, p=0.013
Görünüşümün hoşuma gitmediği herhangi bir günde diğer şeylerden mutlu olmak oldukça zordur.	1.78 (1.13)	2.70 (1.36)	t(191.6)=-5.02, p<0.001

Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu Soru Maddeleri	Bartın (Ort., SS)	İstanbul (Ort., SS)	t (sd) = XX, p <
Şu anda görüdüğümden daha iyi görünmemin nasıl bir şey olduğu hakkında hayaller kurarım	2.00 (1.35)	2.21 (1.30)	t(198.0)=-1.23, p=0.220
Dışarı çıkmadan önce görünebileceğim kadar iyi görüdüğümden emin olurum	2.91 (1.54)	3.30 (1.30)	t(192.3)=-1.88, p=0.061
Nasıl görüdüğüm kim olduğumun önemli bir parçasıdır.	2.75 (1.70)	2.90 (1.36)	t(190.0) = -0.65, p=0.518
Görünümümü kontrol ederek hayatımdaki sosyal ve duygusal olayların pek çoğunu kontrol edebilirim.	2.13 (1.44)	2.26 (1.30)	t(198.0)= -0.67, p=0.504
Görünüşüm hayatımda başıma gelen çoğu olayın sorumlusudur	1.53 (1.11)	1.81 (1.70)	t(198.0)= -1.74, p= 0.083

2.4.6. Gerçek Beden Kitle İndeksi ve İstenilen Beden Kitle İndeksi Arasındaki Farkın Yordayıcıları

Katılımcıların gerçek BKİ'si ile GKBDÖ ölçeğinde olmak istediklerini seçtikleri beden BKİ'si arasındaki farkın yordayıcıları hiyerarşik lineer regresyon analizi (yöntem enter) ile incelenmiştir. Bu analize yukarıdaki regresyon modeline alınan bağımsız değişkenler aynı sırada dahil edilmiştir. İlk adımda gerçek BKİ'nin etkisi Bartın'daki yüksek kilolu ve kilo vermek isteyen katılımcıların etkisini kontrol etmek amacıyla alınmıştır. İkinci adımda analize ayrıca görünüme verilen önemin etkisini görmek için Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu toplam puanı ve yabancı medya araçları ve yerli/yabancı moda-magazin takibi de alınmıştır. Üçüncü adımda ise demografik değişkenler analize dahil edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre tüm regresyon modeli toplam varyansın %71'ini açıklamaktadır ve istatistiksel olarak anlamlıdır (F = 66.93, sd = 7, 192, p < 0.001). BKİ'nin girdiği ilk adım varyansın %65.9'unu (F = 383.43, sd = 1, 198, p < 0.001) ve yabancı medya araçları ve yerli/yabancı moda-magazin takibi ve görünüme verilen önemin kontrol edildiği ikinci adım varyansın %3.7'sini (F = 12.08, sd = 2, 196, p < 0.001) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde açıklamıştır. Demografik değişkenlerin girdiği son adım varyansın %1.2'sini açıklamıştır ve istatistiksel olarak anlamlı değildir (F = 2.06, sd = 4, 192, p = 0.09). İlk adımda yüksek gerçek BKİ, istenilen BKİ ve gerçek BKİ arasındaki fark anlamlı olarak yordamıştır ($\beta = 0.81$, p < 0.001). İkinci adımda yüksek güncel BKİ ($\beta = 0.91$, p < 0.001), sık yabancı medya araçları ve yerli/yabancı moda-magazin takibi ($\beta = 0.13$, p < 0.01) ve görünüme verilen önem ($\beta = 0.13$, p < 0.01) istenilen BKİ ve

gerçek BKİ arasındaki farkla ilişkili bulunmuştur. Son adımda ise demografik özelliklerin etkisi kontrol edildiğinde yüksek güncel BKİ ($\beta = 0.91, p < 0.001$), görünüme verilen önem ($\beta = 0.12, p < 0.01$) ve ileri yaş ($\beta = 0.10, p < 0.05$) istenilen BKİ ve gerçek BKİ arasındaki farkla ilişkili bulunmuştur. Bu bulgular Bartın'daki ve İstanbul'daki yaşı ileri kadınların fazla kilolu olmalarından dolayı daha fazla kilo vermek istediklerini gösterirken, İstanbul'daki kadınların görünümleri ile kendilerini değerlendirdiklerini ve iyi görünmek için çaba sarf etmeleri nedeniyle daha zayıf olmayı istediklerini düşündürmektedir.

2.4.7. Yeme Tutumlarında Bozulmanın Yordayıcıları

Yeme Tutum Testi toplam puanı bağımlı değişken olarak kullanılarak yeme tutumlarındaki bozulma hiyerarşik lineer regresyon analizi (yöntem enter) ile incelenmiştir. Bu analiz için bağımsız değişkenler bir önceki regresyon modeli ile aynıdır. Regresyon modeli yeme tutumlarındaki varyansın %19'unu istatistiksel olarak anlamlı şekilde açıklamıştır ($F = 6.60, sd = 7, 192, p < 0.001$). İlk adımda gerçek BKİ, toplam varyansın sadece %0.9'unu açıklayarak ($F = 1.82, sd = 1, 198, p = 0.18$) ve son adımda demografik değişkenler varyansın %0.6'sını açıklayarak ($F = 0.37, sd = 4, 192, p = 0.83$) yeme tutumlarındaki bozulma ile anlamlı ilişki göstermemiştir. İkinci adımda girilen yabancı medya araçları ve yerli/yabancı moda-magazin takibinin ve görünüme verilen önem değişkenlerinin ise varyansın %17.9'unu açıkladığı görülmüştür ($F = 21.57, sd = 2, 196, p < 0.001$). Bu bulgular yeme tutumlarındaki bozulmayı yabancı medya ve moda-magazin takibi ($\beta = 0.28, p < 0.01$) ve görünüme verilen önemin ($\beta = 0.33, p < 0.001$) yordadığını göstermektedir.

3. TARTIŞMA

Beklendiği üzere Bartın'da ve İstanbul'da yaşayan kadınların arasında sosyodemografik ve ekonomik farklılıklar bulunmuştur. İstanbul'daki kadınlar Bartın'dakilere göre daha yüksek eğitim düzeyine sahipti. Bartın' da bazı kadınlar lise ve üniversite okumuş olsalar da bunların büyük çoğunluğu bir okula gitmeksizin açık lise ve açık öğretim fakültelerinden mezun olmuşlardır. İstanbul'daki kadınlar Bartın'dakilere göre daha fazla iş sahibi idiler ve gelir düzeyleri daha yüksekti. İstanbul'a göre Bartın'da daha çok kadının evli olduğu görülmüştür. Köyde yaşayan kadınların köylerdeki eğitim olanaklarının kısıtlı olması, erken yaşta evlenmiş olması, çalışma imkanlarının kısıtlı olması ve çalışanların işlerinden elde ettikleri gelirin az olması Bartın ile İstanbul arasındaki farklılıkların sebebi olduğu düşünülebilir.

İki ildeki katılımcıların çeşitli medya araçlarını kullanma ve medyada yabancı medya araçları ve yerli/yabancı moda-magazin takibi özellikleri açısından da beklenen farklılıklar tespit edilmiştir. İki grup arasında televizyon izleme sıklığı ve yerli programlar izleme açısından fark yokken, İstanbul'daki katılımcıların Bartın'dakilere göre daha sık yabancı programları izledikleri ve çeşitli medya araçları üzerinden hem yerli hem de yabancı moda ve magazini daha sık takip ettikleri görülmüştür. Bu bulgular **Hipotez 1'i** desteklemektedir. Köyde yaşayan kadınların neredeyse tamamı hayatı boyunca hiç sinemaya gitmemiş ve internet kullanmamıştır. Bu kadınların TV'de takip ettikleri programlarını çoğunlukla yerli diziler olduğu ve takip ettikleri ünlü kadınlar içinden geleneksel tip kadınları fiziksel açıdan beğendikleri belirlenmiştir. İstanbul'daki kadınların ise takip ettikleri ünlü kadınlar içinden daha çok ince kadınları beğendikleri görülmüştür.

Bartın'daki kadınların İstanbul'daki kadınlara göre daha yüksek BKİ ortalamasına sahip oldukları buna rağmen kendilerini daha ince algıladıkları görülmüştür. Bu bulgu **Hipotez 2'yi** desteklemektedir ve düşük sosyoekonomik düzeydekilerin daha kilolu olma eğiliminde olduğunu, kendilerini daha zayıf algıladıkları ve daha az kilo kontrolü davranışına girdikleri bulgusuyla tutarlıdır (O'Dea ve Caputi, 2001). Diğer taraftan İstanbul'daki kadınlar Bartın'dakilerden daha zayıf olmalarına rağmen, kilo memnuniyetsizliği açısından Bartın'daki kadınlardan fark

göstermemiştir. İstanbul'da kilolarından hiç memnun olmayan veya az memnun olan kadınların oranı %64 iken, Bartın'da bu oran %65 olarak bulunmuştur. Ayrıca iki ilde kadınların vermek istedikleri kilo miktarı arasında da fark bulunamamıştır. Buna karşın kadınların beden algıları incelendiğinde kadınların yarısından fazlasının (İstanbul %62, Bartın %58) kendilerini olduklarından zayıf algıladıkları görülmüştür. Kısaca metropolde yaşayan kadınlar köyde yaşayanlara göre kilolarından memnun olmamakla ve daha zayıf olmayı istemekle birlikte beden algılarında bir bozulma olmaması ve kendilerini olduklarından bile zayıf algılamaları **Hipotez 2**'yi kısmen desteklemektedir.

Literatürde beden algısı üzerinde medyanın etkisini inceleyen birçok çalışma ince kadın ideallerine maruz kalmanın beden algısını olumsuz etkilediğini ve kadınların kendilerini olduklarından daha kilolu algılamalarına sebep olduğuna işaret etmektedir (Groesz, Levine ve Murnen, 2002; Cusumano ve Thompson, 2001). İstanbul'daki kadınların Bartın'dakilere göre daha fazla yabancı medya araçları ve yerli/yabancı moda-magazin takip ettiği ve dolayısıyla daha fazla ince kadın idealine maruz kaldığı düşünüldüğünde kadınların kendilerini olduklarından daha zayıf algılıyor olmaları literatürdeki bu bulgular ile zıtlık teşkil etmektedir. Ancak literatürdeki bazı başka çalışmalar medyadaki ince kadın imajlarına maruz kalmanın kadınların beden algılarında bozulmaya yol açmadığını (Champion, Furnham, 1999), bozulmanın bireysel farklılıklara, imajlara maruz kalınan toplumsal bağlama ve çekiciliğe verilen öneme bağlı olduğunu göstermiştir (Henderson-King, Henderson-King, Hoffmann 2001). Ayrıca Mills ve arkadaşları (2002) ideal beden imajlarına maruz kalmanın diyet yapan kadınların beden algılarında ve duygu durumunda olumsuz etkisi olmadığını ve düşük benlik saygısına yol açmadığını bulmuştur. İstanbul' da elde edilen bulgular da bu bulgularla tutarlıdır. Bu bulgular medyanın beden algısı üzerinde karmaşık bir etkisi olduğuna işaret etmektedir. Nitekim bazı çalışmalar beden algısındaki bozulma ve kadınların kendilerini maruz kaldıkları ince kadın imajları ile karşılaştırması arasındaki ilişkiye dikkat çekmektedir. Örneğin, Botta (1999) televizyondaki karakterlerle yapılan karşılaştırma sayısı arttıkça ince görünüm idealinin kabulünün de arttığını ve televizyondaki imajları gerçekçi algılamaları ile ince görünüm idealinin kabulü arasında da ilişki olduğunu bildirmiştir. Bu bulgu kişilerin beden algılarındaki bozulmanın salt medya imajlarına maruz kalma ile ortaya çıkmayacağını, bu imajlarla kişinin kendini ne derece karşılaştırdığının önemli olduğuna işaret etmektedir. Son olarak bazı çalışmalar beden memnuniyetsizliğini asıl yordayan faktörün ideal olarak kabul edilen beden

şekillerine dair sosyal normların içselleştirilmesi olduğunu bildirmektedir (Cusumano ve Thompson 1997).

Bu bulgular ışığında bakıldığında İstanbul'daki kadınların kendilerini ince kadın imajları ile ne derece karşılaştırdıkları ve bu imajları ne derece gerçekçi algıladıkları bilinmemektedir. Bu nedenle medyada ideal kadın imajlarına maruz kalma düzeyleri yüksek olmasına rağmen Bartın'daki kadınlara benzer şekilde olduklarından daha zayıf algılamaları İstanbullu kadınların kendilerini ideal imajlar ile karşılaştırma içine sokmamaları, bu imajları gerçekçi görmemeleri ve ince kadın ideallerini içselleştirmemiş olmaları ile açıklanabilir. Diğer taraftan İstanbullu kadınların ince kadın ideallerine maruz kalma düzeyleri Bartın'dakilerden yüksek olmasına rağmen, bu düzeyin literatürde beden algısını olumsuz etkilediği işaret edilen ince kadın imajına maruz kalma düzeyine göre hangi noktada olduğu bilinmemektedir. Yani İstanbul'da yaşayanlar kadınların medya takip sıklıkları beden algılarında bozulmaya sebep olacak düzeyde olmayabilir. Bu bulgu sosyal karşılaştırma kuramı çerçevesinde de değerlendirilebilir (Festinger, 1954'ten akt. Lopez-Guimera ve ark., 2010; Holmstrom, 2004). Sosyal karşılaştırma sürecinin yalnızca kişilerin kendilerinden daha iyi durumdaki bireylerle ya da başka bir ifadeyle "yukarı doğru" karşılaştırmalar değil fakat aynı zamanda kendilerine benzeyen ve/veya daha kötü durumdaki bireylerle de, diğer bir deyişle "aşağı doğru", karşılaştırmalar yaptığıdır. Bu tip karşılaştırmaların kişilerin benlik değerini koruyucu ve sağlamlaştırıcı bir etkiye sahip olduğunu söylemek mümkündür. Dolayısıyla kendilerine benzeyen bir görünüme sahip yerli ünlüleri veya magazin karakterlerini takip etmek veya bu örnekleri kıstas olarak kullanmak kadınlarda görünüşleri ile ilgili mevcut durumlarını onayan bir tür "aşağı doğru" karşılaştırma sürecine neden oluyor olabilir. Son olarak kadınların kendilerini olduklarından daha zayıf algılamaları, görüşmeciyeye kendilerini olmak istedikleri gibi göstermeye çalışmış olmalarından kaynaklanıyor olabilir. Katılımcılar kendilerine gösterilen kadın resimlerinden kendilerine en çok benzeyeni seçmeleri istendiğinde verilerin değerlendirmesinin yalnızca kendi seçtikleri resimler üzerinden yapılacağına dair çıkarımda bulunarak gerçekte olduklarından daha ince kadın resimlerini seçmiş olabilirler.

Bu çalışmanın bulguları İstanbul'daki kadınların Bartın'daki kadınlara göre görünüşlerine daha fazla önem verdiklerini, kendilerini görünüşlerine göre değerlendirme eğilimlerinin daha yüksek olduğunu ve iyi görünmek için daha fazla çaba sarf ettiklerini göstermiştir. Bartın'daki kadınların kilo ortalamalarının

İstanbul'dakinden yüksek olmasına rağmen görünüme verdikleri önem İstanbul'daki kadınlardan daha düşüktür. Bu bulgular **Hipotez 3**'ü desteklemektedir. İlginç bir bulgu kadınların gerçek BKİ'leri düştükçe, yani kadınlar zayıfladıkça, görünümlerine verdikleri önemin artmasıdır. Kadınların eğitim düzeylerinin ve medya takip alışkanlıklarının görünüme verdikleri önem ile anlamlı ilişkisi olduğu, eğitim düzeyi ve yabancı medya araçları ve yerli/yabancı moda-magazin takip sıklıkları arttıkça görünümlerine verilen önemin de arttığı görülmüştür. Ancak medyanın etkisi eğitim düzeyinin kontrol edilmesiyle ortadan kalkmıştır. Bu bulgular eğitim düzeyinin kadınların görünümlerine verdikleri önemde ve kendilerini görünümleri ile değerlendirmelerinde en önemli faktör olduğunu düşündürmektedir. Bu bulgu **Hipotez 4**'ü kısmen desteklemektedir. Eğitim düzeyinin kişilerin medya takip alışkanlıklarını belirliyor olması, analizlerde medyanın etkisini ayırt etmekte güçleştirmektedir. Literatürde kadınların beden algıları ile sosyodemografik özellikler arasındaki ilişkisine değinen çalışma sayısı kısıtlıdır. Var olan çalışmalar genellikle konuyu ırk, etnik köken ve ekonomik düzey açısından ele almıştır. Bu açıdan eğitim düzeyinin görünüme verilen değer üzerindeki etkisini işaret eden bu bulgu literatüre yeni bir katkı niteliğindedir.

Her iki ildeki kadınların algıladıkları BKİ ile gerçek BKİ'leri arasındaki tutarlılığın istedikleri BKİ'ye etki edip etmediği incelendiğinde İstanbul'daki kendilerini olduklarından zayıf algılayan kadınların %92'si ile neredeyse tamamının aşırı zayıf olmayı tercih ettiği görülmüştür. Yani her iki ilde de kadınlar kendilerini olduklarından zayıf algılayarak, olmak istedikleri kilo özellikle İstanbul için algıladıkları ve gerçekte oldukları kiloların çok daha altında ve aşırı zayıf BKİ grubundadır. Yine iki ilde kilosu normal olan kadınlardan İstanbul'dakilerin %95'inin, Bartın'dakilerin ise %75'inin aşırı zayıf olmak istedikleri görülmüştür.

Gerçek BKİ ve istenilen BKİ arasındaki farkın belirleyen faktörler incelendiğinde görünüme verilen önemin ve yüksek yaş ile gerçek BKİ'nin ve kadınların olmak istedikleri kiloyu yordayan faktörler olduğu bulunmuştur. Bu bulgu kadınların kendilerini görünümleri üzerinden daha fazla değerlendirmeleri ve iyi görünmek için daha fazla çaba sarf etmelerinin zayıflama isteği ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla **Hipotez 5**'i desteklemektedir. İlginç olarak kadınlar kendilerini zayıf algılasalar da istedikleri BKİ algıladıklarının altındadır. Bu diyet yapan kadınlarda hem istenilen hem de algılanan BKİ'nin gerçekte olandan düşük olduğu bulgusu ile paraleldir (Mills ve ark, 2002). Regresyon modelinde anlamlı çıkan yaş ve gerçek BKİ'nin yordayıcı etkisi bulgusu her iki ilde de yaşlı ileri kadınların fazla kilolu

olmalarından dolayı gerçek kiloları ve olmak istedikleri kilo arasındaki farkın artmasına bağlıdır.

Yeme tutumları açısından İstanbul'daki kadınların Bartın'daki kadınlara göre daha fazla bozulma gösterdikleri bulunmuştur. Bu bulgu **Hipotez 6**'yı destekler niteliktedir. Bu bozulmayı yordayan en önemli faktörler görünüme verilen önem ve yabancı medya araçları ve yerli / yabancı moda-magazin takip sıklığı olmuştur. Bu bulgular **Hipotez 7**'yi desteklemektedir ve İstanbul'daki eğitim ve gelir düzeyi yüksek kadınlarda yabancı medya ve moda magazin takibi arttıkça görünüme verilen önemin arttığını ve bu da kadınların yeme tutumlarında bozulmaya yol açtığını düşündürmektedir.

Bu bulgular araştırmayı sınırlayan bir takım kısıtlılıklar dahilinde değerlendirilmelidir. Bunlardan birincisi araştırma örnekleminin nispeten küçük olmasıdır. Veri toplama sürecinde karşılaşılan bazı zorluklardan dolayı planlanan sayıda katılımcıya ulaşılamamıştır. Diğer yandan her iki ilde ulaşılan kadınların gerçek popülasyonu ne kadar temsil ettiğinin belli olmamasıdır. Bartın'da seçkisiz örnekleme yapıldıysa da başarıyla uygulanamadı; İstanbul'da ise seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçim yapma lojistik açıdan imkansızdı. Bu nedenle kolaylık örnekleme ile veri toplama yoluna gidilmiştir. Ancak örneklemlerin sistematik olarak bulguları etkileyecek bir sorun barındırdığını düşündürecek bir veri ortada yoktur. Diğer bir kısıtlılık kullanılan ölçeklerden Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu'nun daha önce Türk popülasyonunda herhangi bir çalışmada kullanılmamış olmasıdır. Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formunun bu çalışma içerisinde güvenilirlik analizi yapılmış ve ölçeğin güvenilirliğinin yüksek olduğu bulunmuştur. Ancak geçerlik analizi yapılamamıştır. Benzer bir şekilde Görsel Kadın Bedeni Derecelendirme Ölçeği daha önce Türk popülasyonunda kullanılmamıştır. Ancak bu ölçek görsel bir değerlendirmeye dayalı BKİ'ler barındırdığı için bu toplumda geçerli olmadığını düşündürecek bir sebep ortada görünmemektedir. Son olarak kadınların medyada ince kadın imajlarına maruz kalma düzeyleri ölçülmüş olsa da bu imajlarla kendilerini karşılaştırma, bunları gerçekçi algılama ve içselleştirme düzeylerinin değerlendirilmemiş olması bazı bulguları açıklamakta güçlük yaşamamıza sebep olmuştur. Diğer taraftan kullanılan Yeme Tutum Testi'nin Türkçe geçerlik güvenilirlik çalışması bulunması ve daha önce benzer çalışmalarda kullanılmış olması araştırmanın güçlü yanlarından biridir.

Sonuç olarak bu çalışmada elde edilen bulgular literatürdeki bazı bulguları desteklemekle birlikte bazı bulgulardan farklılık göstermiştir. Bu çalışma ülkemizde klinik olmayan bir örnekleme kadınların beden algıları ve yeme tutumları üzerinde medya etkisini yaşadıkları yerin metropol veya köy olması açısından ele alan ilk çalışmadır. Elde edilen bulgular ince kadın imajlarını idealleştiren yerli ve yabancı medya araçlarını Bartın'dakilere göre daha fazla takip eden İstanbullu kadınlarda Batı literatüründe bildirildiği şekilde kendilerini olduklarından kilolu algılamak yönünde bir beden algısı bozukluğu olmadığını, aksine bu kadınlarda kendilerini olduklarından zayıf algılama yönünde bir algı çarpıklığı olduğuna işaret etmiştir. Ancak bulgular yeme tutumlarında bozulmanın literatür ile benzer şekilde ince kadın imajlarının yer aldığı yerli ve yabancı medya araçlarının takibi ve görünümüne verdikleri önem ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Bu bulgular ışığında, medya araçlarının her kesimden insan tarafından kullanımının her geçen gün artış gösterdiği göz önünde bulundurularak, yeme tutumlarında bozulmayı önlemeye yönelik bilinçlendirme çalışmaları yapılabilir. Ayrıca görünüme verilen önemin en önemli yordayıcısı olduğu bulunan eğitim düzeyinin ince kadın imajını idealleştiren yerli ve yabancı medya araçlarının takibi ile yakından ilişkili olduğu ve görünüme verilen önemin esas belirleyicisinin eğitim düzeyi olduğu görülmüştür. Dolayısıyla eğitim seviyesi yüksek kadınların medya takip alışkanlıkları farklılık göstermektedir. Bu bulgu literatüre yeni bir katkı niteliğindedir ve sonraki çalışmalarda daha ayrıntılı ele alınmalıdır. Gelecek çalışmalarda kadınların ince kadın imajları ile kendilerini ne derece karşılaştırdıkları, bu imajları içselleştirme ve gerçekçi algılama düzeylerine dair değerlendirmeler yapılması medyanın etkisinin hangi koşullara bağlı olduğunu anlamak açısından yararlı olabilir.

4. KAYNAKLAR

American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: Diagnostic Criteria From DSM-IV*.(4. Baskı). American Psychiatric Association.

Artrenewal. (2001). Erişim Tarihi: 01 Haziran 2013,
<http://www.artrenewal.org/pages/artwork.php?artworkid=1489>

Aydemir, Ö. ve Köroğlu E. (2009). Psikiyatride Kullanılan Klinik Ölçekler. Hekimler Yayın Birliği, Ankara.

Baltacı, M. O. I. (2008). Yeme Bozukluklarının Psikolojisi. *Türkiye Klinikleri Psikiyatri Özel Dergisi*, 1(1), 21.

Bayraktar, F., (2009). Aşırı Yeme Bozuklukları. *Türkiye Klinikleri Endokrinoloji Özel Dergisi*, 2(3), 25.

Bell, L., Rushforth, J. (2008). Overcoming Body Image Disturbance: A Programme for people with eating disorders. *Psychology Press*.

Botta, R. A. (1999). Television images and adolescent girls' body image disturbance. *Journal of Communication*, 49(2), 22-41.

Braun, D. L., Sunday, S. R., ve Halmi, K. A. (1994). Psychiatric comorbidity in patients with eating disorders. *Psychological medicine*, 24(04), 859-867.

Braun, D. L., Sunday, S. R., ve Halmi, K. A. (1994). Psychiatric comorbidity in patients with eating disorders. *Psychological Medicine*, 24(04), 859-867.

Cash, T. F. (2003). Brief manual for the appearance schemas inventory-revised. *Body Image Research Consulting*. Virginia.

Champion, H., & Furnham, A. (1999). The effect of the media on body satisfaction in adolescent girls. *European Eating Disorders Review*, 7(3), 213-228.

Cusumano, D. L., Thompson, J. K. (1997). Body image and body shape ideals in magazines: Exposure, awareness, and internalization. *Sex Roles*, 37(9), 701-721.

Cusumano, D. L., Thompson, J. K. (2001). Media influence and body image in 8–11-year-old boys and girls: A preliminary report on the multidimensional media influence scale. *International Journal of Eating Disorders*, 29(1), 37-44.

Dinçer, B., Özaslan, M., ve Kavasoglu, T. (2003). İllerin ve bölgelerin sosyo-ekonomik gelişmişlik sıralaması araştırması. Devlet Planlama Teşkilatı. Bölgesel Gelişme ve Yapısal Uyum Genel Müdürlüğü.

Fairburn, C. G., Shafran, R., ve Cooper, Z. (1999). A cognitive behavioural theory of anorexia nervosa. *Behaviour Research and Therapy*, 37(1), 1-13.

Fernández-Aranda, F., Pinheiro, A. P., Thornton, L. M., Berrettini, W. H., Crow, S., Fichter, M. M., Halmi, K. A., Kaplan, A. S., Mitchell, J., Rotondo, A., Strober, M., Woodside, D. B., Kaye, W. H., ve Bulik, C. M. (2008). Impulse control disorders in women with eating disorders. *Psychiatry Research*, 157(1), 147-157.

Garfinkel, P. E., Garner, D. M. (1982). *Anorexia nervosa: A multidimensional perspective*. New York: Brunner/Mazel.

Garner, D. M., Garfinkel, P. E. (1981). Body image in anorexia nervosa: Measurement, theory and clinical implications. *The International Journal of Psychiatry in Medicine*, 11(3), 263-284.

Garner, D. M., Garfinkel, P. E., Stancer, H. C., ve Moldofsky, H. (1976). Body image disturbances in anorexia nervosa and obesity. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 327-336.

Gaskill, D., ve Sanders, F. (2000). *The Encultured Body: Policy Implications for Healthy Body Image and Disordered Eating Behaviours*.

Grabe, S., Ward, L. M., ve Hyde, J. S. (2008). The role of the media in body image concerns among women: A meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological Bulletin*, 134(3), 460.

Groesz, L. M., Levine, M. P., ve Murnen, S. K. (2002). The effect of experimental presentation of thin media images on body satisfaction: A meta-analytic review. *International Journal of Eating Disorders*, 31(1), 1-16.

Grogan, S. (2008). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women, and children*. Taylor & Francis.

Guiney, K. M., Furlong, N. E. (1999). Correlates of body satisfaction and self-concept in third- and sixth-graders. *Current Psychology*, 18(4), 353-367.

- Halimi, K. A. (2010). 17 Psychological Comorbidity of Eating Disorders. *The Oxford handbook of eating disorders*.
- Halimi, K. A., Eckert, E., Marchi, P., Sampugnaro, V., Apple, R., ve Cohen, J. (1991). Comorbidity of psychiatric diagnoses in anorexia nervosa. *Archives of General Psychiatry*, 48(8), 712.
- Hamilton, K., Waller, G. (1993). Media influences on body size estimation in anorexia and bulimia. An experimental study. *The British Journal of Psychiatry*, 162(6), 837-840.
- Hamilton, K., Waller, G. (1993). Media influences on body size estimation in anorexia and bulimia. *British Journal of Psychiatry*, 162, 837-840.
- Hargreaves, D. A., Tiggemann, M. (2004). Idealized media images and adolescent body image: "Comparing" boys and girls. *Body Image*, 1(4), 351-361.
- Henderson-King, D., Henderson-King, E., ve Hoffmann, L. (2001). Media images and women's self-evaluations: Social context and importance of attractiveness as moderators. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(11), 1407-1416.
- Herzog, D. B., Keller, M. B., Lavori, P. W., ve Kenny, G. M. (1992). The prevalence of personality disorders in 210 women with eating disorders. *Journal of Clinical Psychiatry*.
- Holmstrom, A. J. (2004). The effects of the media on body image: A meta-analysis. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 48(2), 196-217.
- Hudson, J. I., Hiripi, E., Pope Jr, H. G., ve Kessler, R. C. (2007). The prevalence and correlates of eating disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Biological Psychiatry*, 61(3), 348-358.
- İpekyolu Kalkınma Ajansı [İKA]. (2012). Erişim Tarihi: 10 Ağustos 2012, <http://www.ika.org.tr/haber-detay.asp?NewsId=371>
- Jackson, L. A. (2002). Physical attractiveness: A sociocultural perspective. *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*.
- Jung, J., Lennon, S. J. (2003). Body Image, Appearance Self-Schema, and Media Images. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 32(1), 27-51.
- Kanbur, N. Ö. (2006). Bedensel Bir Hastalık Olarak Yeme Bozuklukları. *Türkiye Klinikleri Journal of Pediatrical Sciences*, 2(7), 51.

- Kaye, W. H., Bulik, C. M., Thornton, L., Barbarich, N., ve Masters, K. (2004). Comorbidity of anxiety disorders with anorexia and bulimia nervosa. *American Journal of Psychiatry*, 161(12), 2215-2221.
- Keel, P. K. (2010). 3 Epidemiology and Course of Eating Disorders. *The Oxford handbook of eating disorders*, 25.
- Kılıç, C. (1997). *Türkiye Ruh Sağlığı Profili: Erişkin Nüfusla İlgili Sonuçlar*. Türkiye Ruh Sağlığı Profili, Ön Rapor. Erol N, Kılıç C, Ulusoy M, Keçeci M, Şimşek ZT (ed.) Ankara, Aydoğdu Ofset, TC Sağlık Bakanlığı.
- Kılıç, E. Z. (2006). Ruhsal Bir Hastalık Olarak Yeme Bozuklukları. *Türkiye Klinikleri Journal of Pediatric Sciences*, 2(7), 45-50.
- Kramer, G. F., Kittleson, M. J. (2009). *The Truth about Eating Disorders*. Infobase Publishing.
- Kugu, N., Akyuz, G., Dogan, O., Ersan, E., ve Izgic, F. (2006). The prevalence of eating disorders among university students and the relationship with some individual characteristics. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 40(2), 129-135.
- Kulaksızoğlu, A. (2008). *Ergenlik psikolojisi*. Remzi Kitabevi.
- Kulaksızoğlu, I., Tükel, R., Üçok, A., Yargıç, İ., Yazıcı, O. (2009). *Psikiyatri*. İstanbul Üniversitesi Yayınları.
- Kuruoğlu, A. Ç. (2000). Yeme bozukluklarında genetik etkenler. *Bulletin of Clinical Psychopharmacology*, 10, 32-37.
- Küey, L., Gürdal, A. (2008) Yeme Bozuklukları. *İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Sempozyum Dizisi*, 63, 81-83.
- López-Guimerà, G., Levine, M. P., Sanchez-carracedo, D., ve Fauquet, J. (2010). Influence of mass media on body image and eating disordered attitudes and behaviors in females: A review of effects and processes. *Media Psychology*, 13(4), 387-416.
- Maner, F. (2001). Yeme Bozuklukları. *Psikiyatri Dünyası*, 5(4), 130-139.
- Maner, F., Erkıran, M., ve Hantaş, Y. (2004). Alkol ve alkol dışı madde bağımlılığı olan kadınlarda yeme bozuklukları: Kontrollü bir çalışma. *Journal of Dependence*, 5, 61-64.
- Matsunaga, H., Kaye, W. H., McConaha, C., Plotnicov, K., Pollice, C., ve Rao, R. (2000). Personality disorders among subjects recovered from eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 27(3), 353-357.

Mills, J. S., Polivy, J., Herman, C. P., ve Tiggemann, M. (2002). Effects of exposure to thin media images: Evidence of self-enhancement among restrained eaters. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(12), 1687-1699.

Nakai, Y. (2000). Epidemiology of eating disorders. *Psychosomatic Medicine*, 4, 1-9.

Nakai, Y., Hamagaki, S., ve Takagi, R. (1998). The validity of Bulimic Investigatory Test, Edinburgh (BITE) and the survey of bulimia nervosa. *Seishin Igaku Clinical Psychiatry*, 40(7), 711-716.

O'Dea, J. A., Caputi, P. (2001). Association between socioeconomic status, weight, age and gender, and the body image and weight control practices of 6-to 19-year-old children and adolescents. *Health Education Research*, 16(5), 521-532.

Orbach, S. (2005). *Hunger strike: The anorectic's struggle as a metaphor for our age*. Karnac Books.

Öner, N. *Türkiye'de kullanılan psikolojik testler*, Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, 3. Basım, İstanbul, 1997.

Paterson, A. (2008). *Beating Eating Disorders Step by Step: A Self-help Guide for Recovery*. Jessica Kingsley Publication.

Pike, K. M., Rodin, J. (1991). Mothers, daughters, and disordered eating. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(2), 198.

Posavac, H. D., Posavac, S. S., ve Posavac, E. J. (1998). Exposure to Media Images of Female Attractiveness and Concern with Body Weight Among Young Women. *Sex Roles*, 38(3-4), 187-201.

Raney, T. J., Thornton, L. M., Berrettini, W., Brandt, H., Crawford, S., Fichter, M. M., ve Bulik, C. M. (2008). Influence of overanxious disorder of childhood on the expression of anorexia nervosa. *International Journal of Eating Disorders*, 41(4), 326-332.

Richins, M. L. (1991). Social comparison and the idealized images of advertising. *Journal of Consumer Research*, 18, 71-83.

Ridolfi, D. R., Myers, T. A., Crowther, J. H., ve Ciesla, J. A. (2011). Do Appearance Focused Cognitive Distortions Moderate the Relationship between Social Comparisons to Peers and Media Images and Body Image Disturbance?. *Sex Roles*, 65(7-8), 491-505.

- Savaşır, I. (1989). Erol N. *Yeme tutum testi: Anoreksiya nervoza belirtiler indeksi. Psikoloji Dergisi*, 7, 19-25.
- Siyez, D. M. (2006). Yeme Bozukluğu Olan Çocuklar Ve Ergenler Etiyolojisi ile İlgili Çalışmalar, Müdahale, Değerlendirme ve Tedavi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi* 20: 21-27.
- Slade, P. (1982). Towards a functional analysis of anorexia nervosa and bulimia nervosa. *British Journal of Clinical Psychology*, 21(3), 167-179.
- Spenderella. (2011). Erişim Tarihi: 01 Haziran 2013, <http://iamspenderella.blogspot.com/2011/02/all-hail-victoria.html>
- Steinberg, L. D., Çok, F (Çev.ed.), (2007). *Ergenlik. İmge Kitabevi*.
- Stice, E., Shaw, H. E. (2002). Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology: A synthesis of research findings. *Journal of Psychosomatic research*, 53(5), 985-993.
- Stice, E., Trost, A.,ve Chase, A. (2003). Healthy weight control and dissonance-based eating disorder prevention programs: Results from a controlled trial. *International Journal of Eating Disorders*, 33(1), 10-21.
- Swami, V., Salem, N., Furnham, A., ve Tovée, M. J. (2008). Initial examination of the validity and reliability of the female photographic figure rating scale for body image assessment. *Personality and Individual Differences*, 44(8), 1752-1761.
- Şentürk, V. (2008). Yeme Davranışı Bozuklukları. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics*, 1(2), 29.
- Tanrıverdi, D., Savaş, E., Gönüllüoğlu, N., Kurdal, E.ve Balık, G. (2011) [Determination of High School Students' Eating Attitudes, Eating Behavior and Self-Esteem]. *Gaziantep Medical Journal*, 17 (1), 33-39.
- Taylor, M. J., Cooper, P. J. (1992). An experimental study of the effect of mood on body size perception. *Behaviour Research and Therapy*, 30(1), 53-58.
- Thompson, J. K.,Stice, E. (2001). Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology. *Current Directions in Psychological Science*, 10(5), 181-183.
- Thompson, J. K., Coovert, D. L.,ve Pasman, L. N. (1993). Body image and food consumption: Three laboratory studies of perceived calorie content. *International Journal of Eating Disorders*, 14(4), 445-457.

Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M. N., ve Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance*. Washington, DC: American Psychological Association.

Thompson, J. K., Heinberg, L. J. (1999). The media's influence on body image disturbance and eating disorders: we've reviled them, now can we rehabilitate them? *Journal of Social Issues*, 55(2), 339-353.

Touyz, S., Beumont, P., ve Collins, J. (1988). Does over-or underestimation of body shape influence response to treatment in patients with anorexia nervosa? *International Journal of Eating Disorders*, 7(5), 687-692.

Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK]. (2012). Erişim Tarihi: 05 Temmuz 2012, <http://tuikapp.tuik.gov.tr/adnksdagitapp/adnks.zul>

Vardar, E., Erzenin, M. (2011). Ergenlerde yeme bozukluklarının yaygınlığı ve psikiyatrik eş tanıları: İki aşamalı toplum merkezli bir çalışma. *Türk Psikiyatri Dergisi* 22(4)205-212.

Vartanian, L. R. (2009). When the body defines the self: Self-concept clarity, internalization, and body image. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28(1), 94-126.

Waller, G., Hamilton, K., ve Shaw, J. (1992). Media influences on body size estimation in eating disordered and comparison subjects. *British Review of Bulimia & Anorexia Nervosa*, 6, 81-87.

Wildes, J. E., Marcus, M. D., ve Fagiolini, A. (2007). Eating disorders and illness burden in patients with bipolar spectrum disorders. *Comprehensive Psychiatry*, 48(6), 516-521.

Wikimedia. (2007). Erişim Tarihi: 01 Haziran 2013, http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Lillian_Russell_IV.jpg

Wikipaintings. Erişim Tarihi: 01 Haziran 2013, <http://www.wikipaintings.org/en/pierre-auguste-renoir/blonde-bather-1881#supersized-artistPaintings-218278>

Wykes, M., Gunter, B. (2004). *The media and body image: If looks could kill*. SAGE Publications Limited.

5. EKLER

Ek 5. 1. Bilgilendirilmiş Onay Formu

Bilgilendirilmiş Onay Formu

Araştırma Adı: Metropolde ve Köylerde Yaşayan Kadınların Beden Algıları ve Yeme Tutumları Üzerinde Medya Etkisi

Araştırma Yöneticisi: Doç. Dr. Ebru Şalcıoğlu

Araştırma Yürütücüsü: Psikolog Yasemin Karşlı

Sizi Haliç üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü'nde yürüttüğümüz bir araştırma projesine davet etmek istiyoruz. Bu araştırmada Türkiye'de yaşayan kadınların beden algıları ve yeme tutumları ve bunları etkileyen faktörler araştırılmaktadır. Beden algısı kişinin kendi bedeni hakkındaki düşüncelerini, duygularını ve algılarını ifade eden bir kavramdır. Araştırmaya katılıp katılmama tamamen isteğinize bağlı, sizin özgür kararınızdır. Araştırmaya katılmamanız sizi herhangi bir haktan, servisten mahrum etmeyecektir. Eğer bu çalışmaya katılmaya gönüllü olursanız, benimle yaklaşık bir saat sürecek tek seferlik bir görüşmeye katılacaksınız. Görüşmede sizden bazı formlar doldurmanızı isteyeceğim. Görüşmenin sizin için rahat geçmesi için elimden geleni yapacağım. Herhangi bir noktada, herhangi bir nedenle devam etmek istemezseniz görüşmeyi sona erdireceğim. Bu araştırmaya katıldığınız takdirde kimliğiniz ve verdiğiniz diğer tüm bilgiler kesinlikle gizli tutulacaktır ve üçüncü şahıslarla paylaşılmayacaktır. Dilerseniz görüşmede isminizi gizli tutabilir ya da takma bir isim kullanabilirsiniz. Verdiğiniz bilgiler sadece, kimliğiniz açıklanmadan, başkalarının verdiği bilgilerle birlikte istatistik analizlerine tabi tutularak bilimsel yazılarda ve kongre bildirimlerinde kullanılacaktır.

Yukarıdaki yazıyı okudum / araştırmacı tarafından bana okundu. Açıklanan tüm bilgileri anladım ve gerekli gördüğüm tüm konularda sorduğum sorulara cevap aldım. Hiçbir baskı altında kalmaksızın bu görüşmeye kendi rızamla katılıyorum.

KATILIMCININ:

Adı, Soyadı: _____

İmzası: _____ Tarih: _____

ONAYI ALANININ:

Adı, Soyadı: _____

İmzası: _____ Tarih: _____

Ek 5. 2. Medya Takibi ve Beden Algısı Yarı-Yapılandırılmış Görüşme

Formu

MEDYA TAKİBİ VE BEDEN ALGISI YARI-YAPILANDIRILMIŞ GÖRÜŞME FORMU				
	Görüşme tarihi:			
	Görüşmeci:			
	Görüşme yeri (köy, ilçe, il):			
	Vaka No:			
DEMOGRAFİK BİLGİLER				
1.	Adınız, soyadınız:			
2.	Doğum tarihiniz:			
3.	Doğum yeriniz (köy, ilçe, il):			
4.	Kaç senedir burada [yaşadışı yeri söyleyin] yaşıyorsunuz?			
5.	Eğitim durumunuz nedir?		0 = Yok, okur-yazar değil	1 = Yok, okur-yazar
	2 = İlkokul	3 = Ortaokul	4 = Lise	5 = Üniversite
				6 = Yüksek Lisans / Doktora
6.	Medeni durumunuz nedir?			
	0 = Bekar	1 = Evli / birlikte yaşıyor	2 = Ayrılmış / Boşanmış	3 = Dul
	[Evli ise:] Kaç yıllık evlisiniz?			
7.	Mesleğiniz nedir?			
8.	Şu an çalışıyor musunuz?		0 = Hayır	1 = Evet
9.	Elinize geçen aylık gelir nedir?			

	[Gelir düzeyi:]	1= Düşük	2=Orta halli	3 = İyi	4= Çok iyi
10.	Daha önce tedavi gerektiren ruhsal bir hastalık geçirdiniz mi?				
	0 = Hayır	1 = Evet (Açıklayın: _____)			
11.	Daha önce hayatınızı tehdit eden herhangi bir travmatik olay trafik kazası, doğal afet vb. yaşadınız mı?				
	0 = Hayır	1 = Evet (Açıklayın: _____)			
MEDYA TAKİP ALIŞKANLIKLARI					
12.	Ne sıklıkta TV izlersiniz?				
	0 = Hiç	1 = Ayda 1-2 gün	2 = Haftada 1-2	3 = Haftada 3-4	4 = Hemen hemen her gün
13.	TV'de ne sıklıkta yerli dizi / film izlersiniz?				
	0 = Hiç	1 = Ayda 1-2 gün	2 = Haftada 1-2	3 = Haftada 3-4	4 = Hemen hemen her gün
14.	TV'de ne sıklıkta yabancı dizi / film izlersiniz?				
	0 = Hiç	1 = Ayda 1-2 gün	2 = Haftada 1-2	3 = Haftada 3-4	4 = Hemen hemen her gün
15.	TV'de ne sıklıkta yerli müzik-eğlence programı izlersiniz?				
	0 = Hiç	1 = Ayda 1-2 gün	2 = Haftada 1-2	3 = Haftada 3-4	4 = Hemen hemen her gün
16.	TV'de ne sıklıkta yabancı müzik-eğlence programı izlersiniz?				

	0 = Hiç	1 = Ayda 1-2 gün	2 = Haftada 1-2	3 = Haftada 3-4	4 = Hemen hemen her gün
17.	TV'de ne sıklıkta yerli moda-magazin programı izlersiniz?				
	0 = Hiç	1 = Ayda 1-2 gün	2 = Haftada 1-2	3 = Haftada 3-4	4 = Hemen hemen her gün
18.	TV'de ne sıklıkta yabancı moda-magazin programı izlersiniz?				
	0 = Hiç	1 = Ayda 1-2 gün	2 = Haftada 1-2	3 = Haftada 3-4	4 = Hemen hemen her gün
19.	Ne sıklıkta sinemaya gidersiniz?				
	0 = Hiç	1 = Ayda 1-2 gün	2 = Haftada 1-2	3 = Haftada 3-4	4 = Hemen hemen her gün
20.	Yerli film mi yoksa yabancı film mi izlemeyi tercih edersiniz?				
	1 = Yerli	2 = Yabancı	3 = Hepsi		
21.	Ne sıklıkta moda-magazin dergisi okursunuz?				
	0 = Hiç	1 = Ayda 1-2 gün	2 = Haftada 1-2	3 = Haftada 3-4	4 = Hemen hemen her gün
22.	Düzenli satın aldığınız (takip ettiğiniz) moda-magazin dergileri var mı?				
	0 = Hayır	1 = Evet			
	[Evet ise:] Hangileri?/Kaç Dergi?				
23.	Ne sıklıkta gazete okursunuz?				
	0 = Hiç	1 = Ayda 1-2 gün	2 = Haftada 1-2	3 = Haftada 3-4	4 = Hemen hemen her gün
24.	Ne sıklıkta gazetede moda-magazin haberlerini okursunuz?				

	0 = Hiç	1 = Ayda 1-2 gün	2 = Haftada 1-2	3 = Haftada 3-4	4 = Hemen hemen her gün
25.	İnternet kullanıyor musunuz? [Evet ise kullanım sıklığına göre cevabı işaretleyin.]				
	0 = Hiç	1 = Ayda 1-2 gün	2 = Haftada 1-2	3 = Haftada 3-4	4 = Hemen hemen her gün
26.	İnternette ne sıklıkta moda-magazin sitelerine, haberlerine bakıyorsunuz?				
	0 = Hiç	1 = Ayda 1-2 gün	2 = Haftada 1-2	3 = Haftada 3-4	4 = Hemen hemen her gün
27.	Fiziksel özelliklerini en çok beğendiğiniz üç ünlü kadın söyleyebilir misiniz?				
	1.				
	2.				
	3.				
28.	Bu ünlülerden en çok hangisine benzemek isterdiniz? _____				
KİLO VE BEDEN ALGISI					
29.	Boyunuz:				
30.	Kilonuz:				
31.	Kilonuzdan memnun musunuz?				
	0 = Hiç memnun değilim	1 = Az memnunum	2 = Memnunum	3 = Çok memnunum	

	[Memnun değilse:] Neden memnun değilsiniz?									
	1 = Aşırı zayıfım			2 = Biraz zayıfım			3 = Zayıfım			
	4 = Aşırı şişmanım			5 = Biraz şişmanım			6 = Şişmanım			
	Size 10 tane kadın vücudu içeren bir resim vereceğim. Lütfen bu resimdeki kadınlara tek tek bakın [Kişiyi PFRS ölçeğini verin ve bir dakika bakması için zaman tanıyın.]									
32.	Sizce, resimdeki kadınlardan hangisinin vücudu kilo açısından sizin vücudunuza benziyor?									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
33.	Siz vücudunuzun kilo açısından resimdeki kadınlardan hangisine benzemesini isterdiniz?									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
34.	[ZAYIFLIK ALGISI VARSA]: Kilo almak istiyor musunuz?									
	0 = Hayır		1 = Evet		(Kaç kilo: _____)					
	[ŞİŞMANLIK ALGISI VARSA]: Kilo vermek istiyor musunuz?									
	0 = Hayır		1 = Evet		(Kaç kilo: _____)					

Ek 5. 3. Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu

Görünüm Hakkındaki İnançlar Ölçeği Revize Formu

Aşağıda yer alan ifadeler kişilerin fiziksel görünüşleri ve yaşam üzerine etkileri ile ilgili sahip oldukları veya olmadıkları inançlardır. Her bir ifadeye kişisel olarak ne derece katıldığınıza ya da katılmadığınıza karar vererek sol taraftaki boş kısma birden beşe kadar bir değer yazınız. Doğru veya yanlış bir yanıt yoktur. Kişisel inançlarınız hakkında dürüst olduğunuz için teşekkür ederim. Saygılarımla.

1: Hiç katılmıyorum. 2: Biraz katılıyorum. 3: Kararsızım.
4: Oldukça katılıyorum. 5: Tamamen katılıyorum.

1. Fiziksel görünüşüm üzerinde çok az zaman harcarım.
2. Güzel görünümlü insanlar gördüğümde kendi görünüşümün onlar kadar iyi olup olmadığını merak ederim.
3. Fiziksel olarak olabildiğim kadar çok çekici olmaya çalışırım.
4. Nasıl görüldüğüme hiçbir zaman fazla dikkat etmedim.
5. Görünüşümü gördüğüm diğer insanlarınki ile nadiren karşılaştırırım.
6. İyi görüldüğümde emin olmak için görünümümü sık sık aynada kontrol ederim.
7. Bir şey görünüşümle ilgili bana kendimi iyi ya da kötü hissettirdiğinde o şeyi kafaya takmaya meyilliyimdir.
8. Görünüşümün hoşuma gittiği herhangi bir günde diğer şeylerden mutlu olmak kolay olur.
9. Birisi görünüşüm hakkında olumsuz bir tepki verirse bu beni rahatsız etmez.
10. Fiziksel görünüşüm söz konusu olduğunda yüksek standartlarım vardır.
11. Fiziksel görünüşümün hayatım üzerinde az etkisi olmuştur. .
12. İyi giyinmek benim için bir öncelik değildir.
13. İnsanlarla ilk tanıştığımda nasıl görüldüğüm hakkında ne düşündüklerini merak ederim.

14. Günlük hayatımda bana nasıl görüldüğümü düşündüren bir sürü şey olur.
15. Görünüşümün hoşuma gitmediği herhangi bir günde diğer şeylerden mutlu olmak oldukça zordur.
16. Şu anda görüldüğümden daha iyi görünmemin nasıl bir şey olduğu hakkında hayaller kurarım.
17. Dışarı çıkmadan önce görünebileceğim kadar iyi görüldüğümde emin olurum.
18. Nasıl görüldüğüm kim olduğumun önemli bir parçasıdır.
19. Görünümümü kontrol ederek hayatımdaki sosyal ve duygusal olayların pek çoğunu kontrol edebilirim.
20. Görünüşüm hayatımda başıma gelen çoğu olayın sorumlusudur.

Not: Ölçeğin bu çalışmada kullanılması için gerekli izin alınmıştır.

ÖZGEÇMİŞ

Yasemin Karşlı 1987 yılında İstanbul'da dünyaya gelmiştir. Lise öğrenimini İstanbul Şehremini Yabancı Dil Ağırlıklı Lisesi'nde tamamladıktan sonra 2005 yılında Haliç Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü'nde tam burslu olarak üniversite eğitimine başlamış, 2009 yılında üniversiteden mezun olmuştur. Mezun olduktan sonra çeşitli vakıflar, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezleri ile ana okulları ve danışmanlık merkezlerinde çalışmıştır. Yasemin Karşlı 2011 yılında başladığı Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Uygulamalı Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nda yüksek lisans tezini yürütmektedir. Ayrıca 2013 yılında başladığı İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Gelişim Psikolojisi Yüksek Lisans programında ders aşamasındadır.