

# Kendini Kilolu Olarak Tanımlayan Kadınların Romantik İlişki Deneyimleri

## Romantic Relationship Experiences of Women Who Identify Themselves as Overweight

Esra Karakuş Umar<sup>1</sup>  
Çağla Taşcı<sup>2</sup>

### Öz

Bu çalışmada kendini kilolu olarak tanımlayan kadınların, romantik ilişki deneyimlerinin ortaya koyulması amaçlanmıştır. Bu amaçla nitel araştırma yönteminden hareket edilerek 18-65 yaş arası Türkiye'nin farklı bölgelerinde yaşayan ve farklı meslek gruplarından olan 10 kadın ile gerçekleştirilen derinlemesine mülakatlarda kadınların kendini nasıl tanımladıkları, karşı taraftan beklentileri, ilişki deneyimleri ve ilişkide tüketim kültürüne ilişkin pratikleri ortaya konulmuştur. Evlilik kurumunun ve ailenin önem taşıdığı Türkiye'de romantik ilişki deneyimleri evlilik için ve evlilik beklentisi ile şekillenmektedir. Evlilik beklentisinde olan taraflar, birbirlerinin beklentilerine uyum sağlarken sosyal çevrenin kendileri üzerinde yarattığı baskıyı da hissedebilmektedirler. Güzellik algısı ve beden denetimi bu beklentiler arasında yer alabilmektedir. Sosyal inşacı bir perspektiften hareketle yapılan çalışmada verilerin analizinde içerik analizinden faydalanılmıştır. Böylelikle kadınların, kendilerini ilişki içerisinde hem partner hem de çevre tarafından sürekli denetlenirken bulduğu görülmüştür. Bu denetlenmelerin kökeni ilk ergenlik çağına ilişkin olumsuz deneyimlerden oluşabilmektedir. Yakın sosyal çevre ve akrabalar bedenlerine ilişkin anlamların inşasında aktif rol oynayabilmektedir. Olumsuz deneyimler, bireyin sonrasındaki romantik ilişkilere ilişkin inşa ettiği anlamları da etkileyebilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** İlişki Deneyimleri, Kilolu Kadınlar, Romantik İlişkiler, Evli, Bekâr.

### Abstract

This study aims to reveal the romantic relationship experiences of women who define themselves as overweight. For this purpose, by using the qualitative research method, in-depth interviews were conducted with 10 women between the ages of 18-65 living in different regions of Turkey and from different occupational groups, and how women define themselves, their expectations from the other party, their relationship experiences and their practices regarding consumption culture in relationships were revealed. In Turkey, where the institution of marriage and the family are important, romantic relationship experiences are shaped for marriage and in anticipation of marriage. While the parties expecting marriage adapt to each other's expectations, they may also feel the pressure of the social environment on them. Beauty perception and body control may be among these expectations. In this study, which was conducted from a social constructionist perspective, content analysis was used to analyze the data. In this way, women found themselves being constantly monitored by both the partner and the environments in the relationship. These controls may be rooted in negative experiences of early adolescence. Close social environment and relatives may play an active role in the construction of meanings about their bodies. Negative experiences may also affect the meanings the individual constructs about romantic relationships later on.

**Keywords:** Relationship Experiences, Overweight Women, Romantic Relationships, Married, Single.

1 Doç. Dr., Atatürk Üniversitesi, esra.umar@atauni.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0003-1764-9394>, <https://ror.org/03je5c526>

2 Arş. Gör., Atatürk Üniversitesi, caglaabdan@atauni.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0002-4590-7197>, <https://ror.org/03je5c526>

Makale Türü/ Article Type: Araştırma Makalesi/ Research Article

Geliş Tarihi/ Received Date: 24.05.2024 – Kabul Tarihi/Accepted Date: 22.12.2024

Atıf İçin/ For Cite: KARAKUŞ UMAR E. ve TAŞCI Ç., "Kendini Kilolu Olarak Tanımlayan Kadınların Romantik İlişki Deneyimleri", Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 2025;24(1):72-85

<https://doi.org/10.17755/esosder.1489379>

License: CC BY-NC 4.0

Etik Kurul İzni/ Ethics Document : Araştırma için Atatürk Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurul Başkanlığı'ndan etik kurul izni (09.09.2022 tarihli ve Oturum No: 16 Karar No:255) ve araştırmaya katılan katılımcılardan araştırmaya katılmaya gönüllü olduklarına dair yazılı onam alınmıştır.

## Giriş

Bireyin kendini kilolu olarak değerlendirmesi, deneyimlerine ve anlam dünyasına yönelik bir yorumdur. Bu değerlendirme, bireyin kendisinden veya çevresinden kaynaklanabilirken kilolu sayılabilecek beden ölçüleri ise bireysel deneyimlere dayanmakta ve bu deneyimler, bireyin “kilo” olgusuna ilişkin algısını olumlu veya olumsuz yönde şekillendirmektedir. Kilolu olma durumu, yalnızca bireysel değil, kültürel bir olgudur. Toplumsal alanda her olgu kültürel bağlamda değerlendirilir ve bireyler, bu kültürel yapıların ödüllendirme veya cezalandırma mekanizmalarından etkilenir. Örneğin, Türk kültüründe “Bir dirhem et bin ayıp örter” atasözü, kilolu olmanın bir dönem olumlu kabul gördüğünü ve desteklendiğini ifade etmektedir. Ayrıca kilolu olmak, bilimsel tanımlamalarla da açıklanmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü’ne (WHO, 2021) göre obezite, bireyin yaşam kalitesini olumsuz etkileyen kronik bir hastalıktır. Obezitenin temel nedeni, tüketilen ve harcanan kalori arasındaki dengesizliktir. Depolanan yağ oranının kadınlarda %25’i, erkeklerde %30’u aşması obeziteye yol açmaktadır (T.C. Sağlık Bakanlığı, 2017, s.26). Bu bağlamda obezite, bireyin kontrolü ile önlenilebilir bir hastalık olarak tanımlanmakta ve kilolu olma durumu, müdahale gerektiren bir olumsuzluk olarak görülmektedir. Böylece, kilolu olmak sadece kültürel değil, bilimsel açıdan da ödül ve cezalarla şekillenen bir olgudur.

Gelişen teknoloji, ulaşım araçlarının sayıca artışı, hareketsiz yaşam tarzı ve sağlıksız beslenme alışkanlıkları, obezite için önemli risk faktörleri arasında sayılabilir. Araştırmalar, özellikle kadınlarda fiziksel hareketsizlik, doğum sayısı, diyabet, yüksek tansiyon ve düşük sosyo-ekonomik durumun obezite riskini artırdığını göstermektedir (Türkiye Endokrinoloji ve Metabolizma Derneği, 2014, s.15). Organization for Economic Co-operation and Development (OECD, 2017) verilerine göre, 2015 yılında üye ülkelerde obezite prevalansı %19 olarak belirlenmiştir. Kore’de obezite, genç ve yaşlı nüfusu tehdit ederken (Yang vd., 2021), Tayvan’da çocuklar ve erkeklerde obezite riski artış göstermektedir (Chu, 2005). ABD’de 20-74 yaş aralığında obezite oranları yükselirken (Trivedi vd., 2015), Kanada’da bu durum özellikle orta yaş grubunu etkilemektedir (Belanger-Ducharme & Tremblay, 2005). 2019 itibarıyla 15 yaş üzeri bireylerde obezite oranı %21,1’dir (TÜİK, 2020). Obezite oranının, özellikle 20-54 yaş aralığında ve 30’lu yaşlarda arttığı görülmektedir. WHO (2022) raporuna göre Türkiye nüfusunun %61,9’u fazla kilolu, %27,8’i obezdir. Türkiye, Avrupa’da obezite prevalansında ilk sırada yer almaktadır. Ayrıca 2023 TÜİK raporunda cinsiyete göre değerlendirildiğinde Türkiye’de kadınların %23.6 ‘sının erkeklerin ise %16.8’inin obez olduğu ortaya çıkmıştır. Obez birey sayısı her geçen gün artış göstermektedir (T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, 2024).

Kilolu olmanın sosyal alanda olumsuz değerlendirilmesi, erken çocukluk dönemindeki deneyimlere dayanmaktadır (Rich vd., 2008). Ergenlik dönemi, kimlik oluşumu ve bireyin kendini tanıma sürecidir. Sosyal çevrenin değerlendirmeleri ile etkisinin arttığı ergenlikte bedenle ilgili olumsuz değerlendirmeler, kimlik gelişiminde görsellik odaklı temel inançlar yaratmaya ilişkin olumsuz etkilere yol açabilmektedir (Jones & Crawford, 2006). Ergenlikte Romantik ilişkiler önem kazanmakta ve bireyler beğenilme ihtiyacı duymaktadır. Bu süreçte kilolu bireyler, damgalanma, alay edilme ve dışlanma gibi olumsuz durumlarla karşılaşmaktadır. Gösteriş kültürüne ilişkin olan ideal beden algısı, bireylerde çeşitli olumsuz tutumlara neden olabilmektedir (Okumuşoğlu, 2017). Gençler, obezite deneyimi sonrasında damgalanarak sosyal sistemden dışlanabilmektedirler (Yeh & Chen, 2022). Söz konusu dışlanma, obez ergen bireylerin depresyon deneyimi ile karşılaşmasına neden olabilmektedir (Goodman & Whitaker, 2002). Ayrıca bireylerin öz-saygısını etkileyen damgalama deneyimi (Buttitta

vd., 2014) ileride yaşanacak romantik ilişkilere yönelik önyargılara sahip olmasına neden olabilmektedir. Bu önyargılar vasıtasıyla kilolu olmaya ilişkin damgalanmanın cinsiyetinin olduğu görülmektedir. Buna göre kız ergen obez bireyler, erkek ergen obez bireylere göre daha fazla damgalanmaktadır (Puhl & Heuer, 2009). Bu damgalanmadan kaynaklı olarak kilolu olmak ya da kilolu olduğuna ilişkin algıya sahip olmak kızların erkeklere göre ilişki fırsatlarını azaltmaktadır (Su vd., 2014).

Romantik ilişkilerde bireylerin geçmiş deneyimleri, bugünkü tepkilerini etkileyebilmekte ve bu durum sosyal inşacılık ile açıklanabilmektedir. Ekonomik belirlenim ve küreselleşen sermaye, romantik ilişkileri ve beden algısını da etkilemektedir. Neoliberal sistem, bireyin bedenini hedef alarak, onu bireysel sorumluluk ve tüketim kültürü çerçevesinde denetlemektedir (Beck, 2011). Bu sistemde fazla kilolu olmak, bireyin kişisel hatası olarak görülmekte ve erkek egemen söylem tarafından belirlenen (Bozok 2019; Connell, 2019; Lefebvre, 2013) suçlayıcı söylemlerle cezalandırılmaktadır (Bauman, 2015). Birey kendini gözetleyerek kendi kendini denetlemektedir (Foucault, 2000). Zayıflama hapları, spor programları ve diyet endüstrisi, obeziteyle mücadelede tüketim nesnelere dönüşmektedir (Baudrillard, 1997; Tiggeman, 2011). Bu süreçte bireyler, yapay ihtiyaçlar doğrultusunda tüketim davranışları sergilemektedir (Topay & Erdem, 2019). Burada medya, toplumsal beden algısını şekillendiren önemli bir unsurdur (Featherstone, 2010; Öngören, 2015). Özellikle fazla kilolu kadın karakterlerin medyada romantik ilişki yaşama olasılığının düşük gösterildiği belirtilmektedir (Greenberg vd., 2003).

Romantik ilişkilerde kilolu bireyler, damgalama ve önyargılarla karşılaşmaktadır (Friedman vd., 2005; Cote & Begin, 2020). Erkeklerin, fazla kilolu kadın partnerlere karşı daha endişeli ve reddetmeye meyilli oldukları belirtilmiştir (Harris vd., 1991). Ayrıca, kilolu kadınların cinsel açıdan daha az çekici bulunduğu da öne sürülmektedir (Regan, 1996). Bazı evli kadınlar, eşlerinin kilo almalarını desteklediğini, bazıları ise kilo verme konusunda eşlerinden destek aldıklarını belirtmektedir (Williams & Merten, 2013). Ancak romantik ilişkilerde tüketim davranışlarını inceleyen çalışmalara literatürde rastlanmamıştır.

Bu çalışmanın amacı, kendini kilolu olarak nitelendiren kadınların, romantik ilişkilere dair deneyimlerinin ortaya konulmasıdır. İlişki dinamiğine eşlik eden damga ve tüketim deneyimleri ile heteroseksüel ilişkilere yönelen kadınlar araştırmanın sınırlılığını oluşturmaktadır. Bu çalışmayı gerçekleştirmenin önemi ise tüketim kültürünün romantik ilişkilere ve insan bedenine ilişkin oluşturduğu anlamları belirlemektir. Bu sayede sermaye ilişkilerinin bir sonucu olan fazla kilolar ile romantik ilişkiler arasındaki deneyim alışverişi tanımlanabilecektir.

Böylelikle araştırmanın ana problem cümlesi, “kendini kilolu olarak nitelendiren kadınların romantik ilişkilere ilişkin inşa ettikleri anlamlar nelerdir?” şeklinde belirlenmiştir.

## **1. Yöntem**

Araştırmada nitel araştırma yaklaşımından hareketle fenomenolojik yaklaşım benimsenmiştir. Fenomenolojik yaklaşımın belirlenmesinde kendini kilolu olarak tanımlayan kadınların romantik ilişkilere ilişkin deneyimleri ve bu alanda ürettikleri anlamların ortaya konulması amaçlanmıştır. Kilolu bireylerin romantik ilişkileri deneyimlerken bu alanda karşılaştıkları durumlar ve durumlara ilişkin pratiklerinin ortaya konulması araştırmanın türünü de şekillendirmiştir. Moustakas'ın (1994) da ifade ettiği gibi fenomenolojik bir çalışma, deneyimlerin anlamının yorumlandığı bir süreci ifade etmektedir. Yorumlayıcı türde gerçekleştirilen bu çalışmada görüşmecinin içinde bulunduğu sosyal ortamla birlikte

deneyimlerinin de bu ortamdaki etkilendiği fikrinden hareket edilmiştir. Deneyimler, sosyal ortamın etkisinde şekillenmektedir. Araştırmanın amacı ise Creswell'in (2012) de ifade ettiği gibi bu deneyimleri anlamlandırmak ve yorumlamaktır.

Plichtová (2002), konu ilişkiler olduğunda bireylerin belirli deneyimlerle fikirlerini karşılaştırmanın gerekliliğini vurgulamıştır. Bunun için deneyimleri ve fikirleri sorularla ortaya çıkarmak gerekmektedir. Çalışmada Lukšik & Guillaume'nin (2018) kuramsal açıdan temellendirmelerinden yararlanılmıştır. Aşkın, sosyal temsiller teorisi ile sosyo-kültürel temellerinin araştırıldığı çalışmada tarihsel kökene inerek sosyal temsiller ortaya çıkarılmaya çalışılmıştır. Bu çalışmada ise sosyal temsiller tarihsel köken yerine görüşmecilerin kendi deneyimlerinde temellendirdikleri tarihsel bağlam ortaya konulmaya çalışılmıştır.

Çalışma grubu belirlenirken araştırma probleminin ifade ettiği gibi kendini fazla kilolu olarak nitelendiren bireylerden yola çıkılarak amaçlı örnekleme tekniği kullanılmıştır. Veri doygunluğuna ulaşılması sebebiyle kendini kilolu olarak nitelendiren on kadının romantik ilişkilere ilişkin inşa ettikleri anlamlar ortaya konulmuştur. Görüşmecilerin belirlenmesinde sosyal medya hesaplarından yararlanılmıştır. Öncelikle sosyal medya hesabından "Bilimsel bir çalışma için kendini kilolu olarak tanımlayan kadınlarla online görüşmeler yapılacaktır" şeklinde bir post paylaşılmıştır. Bu postun ilgi görmemesi üzerine araştırmaya katılacak kadınlar adına "fidan bağı yapılabileceği" ifadeleri kullanılmıştır. Twitter ve Instagram üzerinden Google Form ile oluşturulan "İletişim Bilgileri" formuna ulaşan görüşmecilerin kilo ve boy oranı olan beden kitle indeksinin (BKİ) hesaplaması ile fazla kilolu ve obez olduğu bilgisi alınmıştır. Kadınların kendilerini kilolu görmelerinin yanında BKİ'nin de bu fikirle paralel olduğu görülmüştür. Ardından görüşmecilere ulaşılarak telefon ve Zoom uygulaması aracılığıyla görüşme yapılabilmesi için belirli gün ve saatte toplantı planlanmıştır.

Yapılan çalışmalar, cinsiyet, kilolu olmak ve romantik ilişkiler söz konusu olduğunda kadınları, dezavantajlı bir grup olarak işaret etmektedirler (Andreyeva vd., 2008). Bu sebeple çalışma grubumuzda da kadın görüşmecilere yer verilmiştir. Çalışmada ekonomik anlamda bir sınırlandırmaya gidilmemiştir. Çalışma grubunda fazla kilolu ve obez kadınların 18-65 yaş aralığında olmasına dikkat edilmiştir. Yapılan çalışmalarda obezitenin bir ergenlik problemi olarak sosyal kimlik inşasındaki rolü sıklıkla incelenirken ergen bireylerin çalışma grubu olarak seçildiği görülse de (Ali vd., 2014; Halpern vd., 2005) bu çalışmada böyle bir sınırlandırma söz konusu değildir ancak yeme davranışı belirli bir rutine oturmuş fazla kilolu ve obez bireyler tercih edilmiştir. Böylelikle ergenlik ve yaşlılık dönemlerine ilişkin bir romantik ilişki deneyiminden ziyade erken ya da ileri orta yaşa ilişkin bir romantik ilişki deneyimi etrafında şekillenen anlamlar ortaya çıkarılabilecektir.

Araştırma için Atatürk Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurul Başkanlığı'ndan etik kurul izni (09.09.2022 tarihli ve Oturum No:16 Karar No:255) ve araştırmaya katılan katılımcılardan araştırmaya katılmaya gönüllü olduklarına dair yazılı onam alınmıştır.

### **1.1. Veri Toplama Tekniği**

Çalışmada nitel veri toplama tekniklerinden biri olan derinlemesine mülakatlardan hareket edilmiştir. Yarı yapılandırılmış soru formları üzerinden görüşmecilere, romantik ilişkilere ilişkin deneyimlerini anlatabilecekleri sorular sorulmuştur. Soruların belirlenmesinde ilişkinin nasıl başladığı, ilişki süreci ve ilişkinin sonlandırılması üzerinden görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Buna göre kişisel bilgilerinin yer aldığı soruların yanında yarı yapılandırılmış görüşme formunda yer alan sorular;

İlişkinin başlamasına ilişkin sorularda “İlişkiniz nasıl başladı? (ilişkisi varsa); Bir ilişkinizin neden olmadığını düşünüyorsunuz? (ilişkisi yoksa); İlişkinizin nasıl şekillendiğini ve etkileşiminizin nasıl olduğunu anlatabilir misiniz? (ilişkisi varsa); Karşı tarafta aradığınız özellikler nelerdir? (Her ikisi için de)” soruları sorulmuştur. Bu soruların ardından ilişki sürecine ilişkin sorular yönlendirilmiştir. Buna göre “İlişki içerisinde kendi beğendiğimiz ve beğenmediğiniz yönlerinizi belirtilmişsiniz? (Her ikisi için de); Karşı tarafın ya da kendinizin fiziksel özelliklerden kaynaklı olarak ortaya çıkan davranışları söz konusu mudur? (ilişkisi varsa), Hediyeleşme davranışlarımızın fiziksel özelliklerinizden etkilenerek şekillendiğini düşünüyor musunuz” soruları görüşmecilere yöneltilmiştir. Son olarak da ilişkinin sonlandırılmasına ilişkin sorular görüşmecilere yöneltilmiştir. Buna göre “ilişkiniz nasıl bitti? (ilişkisi önceden varsa); Sizi ilişkiyi bitirmeye yönlendiren şeyler nelerdir? (Her ikisi için de)” soruları ile görüşmecilerin görüşleri detaylandırılarak değerlendirilmiştir. Bu ana soruların belirlenmesinde literatürün etkisi olmuştur.

Görüşmeler, Kasım 2022- Ocak 2023 arasında gerçekleştirilmiştir. Telefon ve çevrimiçi platform (Zoom) ile gerçekleştirilen görüşmeler ortalama 15 dakika olacak şekilde tamamlanmıştır. Görüşmelerden biri çevrimiçi platform üzerinden diğerleri ise telefon aracılığıyla gerçekleştirilmiştir.

## 1.2. Veri Analiz Tekniği

Verilerin analizinde görüşme içerikleri kodlar ve kategorilere ayrılmıştır. Kodların belirli kategoriler üzerinden analiz edilerek görüşmecilerin romantik ilişki deneyimleri ortaya konulmuştur. Görüşmecinin kendini nasıl tanımladığı, partnerini nasıl tanımladığı, ilişki deneyimleri ve tüketim kategorileri belirlenerek görüşmeler, dört kategori altında içerik analizi ile değerlendirilmiştir.

## 1.3. Araştırmanın Geçerlilik ve Güvenirliği

Araştırmanın geçerliliğinin sağlanmasında katılımcı onayı kullanılmıştır. Katılımcıların görüşme metni katılımcılara okunarak ifade etmek istedikleri ile uyumluluğuna bakılmıştır. Ardından görüşmeler, detaylı bir şekilde betimlenmiştir. Araştırmanın güvenirliliğini sağlamak adına iki araştırmacı da kodlama sürecinde yer almıştır. Görüşmeler, araştırmacılar tarafından ayrı ayrı kodlanmış, ardından yapılan toplantı ile kodlamalar tartışılmıştır. Araştırmanın her aşaması açık ve detaylı bir şekilde araştırma raporuna yansıtılmıştır. Son olarak veriler, raporun hazırlanmasından sonra tekrardan gözden geçirilerek verilerin kodlamasının tutarlılık sağlayıp sağlamadığı incelenmiştir.

## 2. Bulgular

Kendini kilolu olarak değerlendiren kadınların romantik ilişkiler hakkındaki deneyimlerinin ortaya konulması amacıyla yola çıkılan çalışmada dört kategori yer almaktadır. Bu kategoriler; kendi bedenlerini tanımlama biçimleri, karşı tarafı tanımlama biçimleri, ilişki deneyimleri ve tüketim kültürü şeklindedir. Görüşmecilerin kişisel bilgileri Tablo 1’de verilmiştir. Bir görüşmeci emekli, üç görüşmeci öğrenci ve diğer görüşmeciler de psikolog, antropolog, akademisyen ve öğretmendir. Görüşmeciler, Türkiye’nin farklı bölgelerinde yaşamaktadırlar. Görüşmecilerden birinin ilişkisi vardır. Diğer görüşmeciler ilişkileri olmadığından kendilerini bekâr olarak isimlendirmişlerdir. Dört görüşmeci ise evlidir. Görüşmecilerin tümü görüşme onam formunda kendilerini kilolu olarak nitelendirmişlerdir. BKİ bilgilerine bakıldığında görüşmecilerin üçünün fazla kilolu (FK) ve yedisinin de obez olduğu ortaya çıkmıştır.



Tablo 1. Görüşmecilerin Demografik Özellikleri

İsim	Yaş	Meslek	Yaşanılan Yer	İlişki Durumu	Boy/Kilo	BKİ*
Esin	43	Öğretmen	Osmaniye	Bekar/ İlişkisi yok	163/73	27.48/FK**
Funda	64	Emekli	Şanlıurfa	Evli	140/70	35.71/Obez
Melike	27	Psikolog	Ankara	Evli	165/82	30.12/Obez
Burcu	25	Öğrenci	Antalya	Bekar/ İlişkisi var	165/81	29.75/FK**
Yeliz	25	Psikolog	İstanbul	Evli	165/90	33.06/Obez
Büşra	26	Akademisyen	İstanbul	Bekar/ İlişkisi yok	166/72	26.13/FK**
Yonca	33	Psikolog	İstanbul	Bekar/ İlişkisi yok	157/81	32.86/Obez
Bahar	21	Öğrenci	Artvin	Bekar/ İlişkisi yok	165/85	31.22/Obez
Öykü	21	Öğrenci	Trabzon	Bekar/ İlişkisi yok	168/85	30.12/Obez
Eda	25	Psikolog	Bursa	Evli	162/87	33.15/Obez

\*BKİ: Beden Kitle İndeksi; \*\*FK: Fazla Kilolu

## 2.1. İdeal Beden Algısı ve Kendi Bedenlerini Tanımlama Biçimleri

Görüşmecilerin ideal beden algıları incelendiğinde beden söz konusu olduğunda birbirlerinden farklı anlamlara sahip oldukları ortaya çıkmıştır. Buna göre onlar için ortak bir ideal beden algısından bahsedilemez. Görüşmecilerden Melike, kendisi için ideal olan bedeninin zayıf olmak olduğunu, zayıf olduğunda güzel olacağını ve böylelikle bir ilişkiye başlayabileceğini düşünmektedir. Ancak bu düşünce sonucu kilo verdiğinde erkeklerden aldığı tepkiden memnun olmadığı için yeniden kilo aldığını ifade etmiştir. Melike “çekici görünmek rahatsız etti” diyerek duruma ilişkin hislerini anlatmaktadır. Ona göre zayıf olmak, çekici olmaktır. İdeal olan ilişki sahibi olmasına vesile olabilecek bir bedene sahip olmaktır.

İnsanlar arasında popüler olan 34-36 bedeninin ideal olduğu görüşünü çok çekici bulmadığını, bir kadının 42-44 beden olması gerektiğini, böylelikle hem daha çekici hem de daha sağlıklı olunacağını, ‘aşırı zayıfların’ sağlıklı olmadığını söyleyen Burcu; kendini ‘aşırı kilolu’ olarak tanımlamamaktadır. “165 boyundayım, 81 kiloyum ama benim kemiklerim de çok ağır. Mesela bana karşıdan baktığınız zaman 85 kilo demezsiniz. Yani ben daha çok böyle 70- 72 kilo gibi duruyorum.” ifadeleriyle kendini farklı nedenlere atıfta bulunarak olduğundan daha zayıf şekilde tanımlamaya çalışmaktadır. Öncelikle kilosunu 81 olarak söylerken sonrasında 85 olduğunu ifade etmektedir. Hatta ona göre görünüşte 70 kilodur. Tüm bu sayılar arasındaki tutarsızlık onun gerçek kilosunu kabul etmediğini ve bunu gizleme gereği duyduğunu ortaya koymaktadır. Burcu’ya göre ideal beden, kilo, boy ve bedene ilişkin sayısal ifadelerle tanımlanmaktadır. Ancak bu sayısal ifadeler kişinin çekici olmasında tek ölçüt değildir.

Kilosundan ziyade kendini doğal, samimi, arkadaş canlısı, sosyal, güler yüzlü, başarılı ve muhafazakâr olarak nitelendiren Büşra; erkeklerin kendisini bu özellikleriyle çekici bulduğunu belirtmektedir. Büşra dış görünüşünü ve kilosunu giyimiyle gizlediğini ifade ederken “Hiçbir zaman aşırı zayıf olmadım. Biraz balık etli gibi.” Sözleriyle kendini tanımlamaktadır. Büşra’ya göre ideal beden Melike ve Burcu’nun ifade ettiği gibi çekici olmaya ilişkindir ancak sosyal ilişkilerle bağlantılıdır. Büşra’nın kendini şimdiki haliyle beğendiğini söylemesi ancak incelmek adına bazı yollar denemesi, ikili ilişkilerde karşı tarafa “kendimi kilolu hissediyorum sen beni nasıl görüyorsun?” şeklinde sorular yöneltmesi kilosu hakkında onaylanma ihtiyacı hissettiğini ortaya koymaktadır. Dolayısıyla karşı cinse ilişkin uyandırılacak çekicilik, ideal bedene ilişkindir ve sosyal ilişkilerle ideal olan şekillendirilebilir.

Sosyal çevre, kişinin beden algısını tanımlarken kafa karışıklığı hissetmesine neden olmaktadır. Görüşmeci Esin, memnun olduğu bedenini ideal olarak algılayabilecekken sosyal çevreye uyum sağlamak zorunda kalmaktadır. Ona göre kilo problemi olmamasına rağmen erkek arkadaşı tarafından sürekli eleştirilen Esin, erkek arkadaşının kendi beden algısını olumsuz yönde etkilediğini ifade etmiştir.

“Ben kilolu değildim, 36 bedendim, çok düzenli spor yapıyordum. Ama erkek arkadaşım kilo hakkında o kadar takıntılıydı ki, üç gün spora giderken beş gün spora gitmeye başladım. Hatta ‘gelinlik giyeceksin hayatım, şu göbeğini erit’ diyordu. ‘Yeme, yeme kuşum, gelinlik giyeceksin bak göbek çıkar’ diyordu. İki buçuk sene boyunca bu durumun beni ciddi yaraladığını düşünüyorum. (Esin, Bekar, 43).”

Gelinen noktada çevresindekilerin kendisini “Sadece balık etlisin, senin bir şeyin yok, takıyorsun.” şeklinde değerlendirmesine rağmen, kendisini kilolu olarak değerlendiren Esin; diğer görüşmecilerde olduğu gibi çekici olmayı kilo verme ve dolayısıyla karşı cinsle ilişki kurma sebebi olarak göstermiştir. Ona göre çok kilolu bulunduğu zamanlarda bile ilgiyi çeken birisidir. Aslında kilosu çevresel algıyı etkilememektedir. Ancak yakın arkadaşları “Zayıflasan güzel kızsın aslında, biraz daha kilo versen peşinden çok kişi koşar” ifadeleriyle onda bir özgüvensizlik yaratmıştır. Ona göre çevrenin kiloyu ilişkiler için bir kriter olarak görmesi ve kendisinin kilolu olması bir ‘yara’dır ve çevre bu yarayı sürekli ‘perçinlemektedir’.

## **2.2. Karşı Tarafa İlişkin Beklentileri ve Sevgilisini Tanımlama Biçimleri**

Karşı tarafa ilişkin beklentilerinde görüşmecilerin birbirlerinden farklı kriterlere sahip olduğu görülmektedir. Görüşmeciler, ideal beden algısı ve kendilerini algılama biçimlerinde sosyal çevreden etkilendiklerine ilişkin görüşlerini ortaya koyarken karşı tarafa ilişkin beklentilerinde de sosyal çevreden etkilenmektedirler. Bu anlamda genel bir çerçeve çizdiğini ifade eden Esin; fiziksel olarak uzun boylu, güzel giyinen, rahat tipli, marjinal ve kendinden yaşça küçük erkekleri beğendiğini ifade etmektedir. Yonca ise fiziksel özellikleriyle ilişkili olarak bakımlı ve çürük olmayan dişlerin erkeklerde çekicilik unsuru olduğunu düşünmektedir.

Burcu, kendisine uzun boylu erkeklerin çekici geldiğini ve erkek arkadaşının da uzun boylu olduğunu, güçlü kolların hoşuna gittiğini zaten erkek arkadaşının da bu kriterlere uyduğunu ifade etmektedir. Ona göre çekici olmak kilolu olmakla ilişkilidir. Ancak bir erkeğin “morbid obez” derecesinde kilolu olması rahatsız edici gelmektedir. Buradaki morbid obez kavramı Burcu için hareket kapasitesinin azalması olarak tanımlamaktadır. Hareket kapasitesi azaldıkça insanın çekiciliği sifira inmekte ve onu yaşlı göstermektedir. 150-160 kilolardan bahsettiğini söylerken “anneannem, babaannem, dedemmiş gibi olacak, onunla hareket edemeyeceğim, istediğim yere gidemeyeceğim, bu cinsellik kısmında da aynı şekilde” ifadelerini kullanmaktadır.

Burcu “Özellikle erkek arkadaşım da ya da kendimde belki de ben öyle olsaydım bir ilişkiye başlayamazdım ya da öyle olan biriyle bir ilişkiye başlayamam.” ifadeleriyle aşırı kilolu olmanın ilişkiye başlama sürecinde bir engel olduğunu ifade etmektedir. Görüşmenin devamında ilişki içerisindeyken beğeninini ilişkiyi kimle yaşadığına göre değiştiğini ifade eden Burcu “Eskiden gür saça önem verirdim ama erkek arkadaşımın saçları döküldü ve artık mesela gür saç benim için çok da önemli bir çekicilik unsuru değil.” ifadelerini kullanarak dış görünüşe ilişkin beklentinin ilişki deneyimiyle değiştiğini söylemektedir.

Temiz, düzenli, ütülü, ceket gömlek giyen prezantabl erkekleri çekici ve cazip bulan Büşra ise ilişkiye başlarken fiziki özelliklerden ziyade giyim kuşamın önemli olduğunu

vurgulamaktadır. Ona göre bir erkeğin kariyeri ilişkiye başlamak için önemlidir ve kariyeri giyim kuşamında kendini göstermektedir.

“Benim aklımda şöyle bir şey var. Kriterler ve şablon var...Çünkü belirli bir kıstasım var benim ilişkiye yönelik... tabii romantik ilişkide aşk öncelikli oluyor, biraz mantık geri planda gibi düşünülüyor... Çok beğensem bile fiziki anlamda, ... o kıstaslar fiziki görünümünden daha önemli. (Büşra, Bekar, 26).”

Önceki ilişkilerinden bahsederken “Havalı iş insanlarını seviyorum. Fiziki olarak da o havayı yansıtacak kişileri tercih ediyorum.” ifadelerini kullansa da bir fiziki özellik olarak uzun boylu olmanın kendisine çekici geldiğini belirtmektedir. Büşra’ya göre karşısındaki kişi kilolu olsa bile giyim tarzı ile bunu saklayabilecekken kısa boylu olmasını gizleyemez. “Benim için erkekleri yakışıklılık özelliği öncelikle boy yani boyunun uzun olması gerekiyor. Benden ... kısa erkekler yakışıklı olsa bile dikkatimi çekmiyor açıkçası.” Görüldüğü üzere ilişki ile ilgili Burcu, kriterleri olsa da erkek arkadaşı değiştiğinde kriterlerinin de onunla birlikte değiştiğini ifade etmekte; Büşra ise kriterlerine uymayan kişilerle hiç ilişkiye başlamadığını söylemektedir.

Evli görüşmeci Yeliz ise, eşini seçerken uzun boylu ve çok kilolu olmamasına dikkat ettiğini belirtmektedir. Aynı şekilde bir ilişkiye başlamak için zayıf olmanın gerekli olduğunu ifade eden Melike, şu an kilo sorununu bir ‘bariyer’ olarak gördüğünü söylemektedir. Karşı cinse ilişkin olumsuz bir tepki geliştiren Melike, kilo verdiğinde aldığı olumlu tepkileri, olumsuz olarak değerlendirmektedir. Bu sebeple kilo verdiğinde ortaya çıkacak karşı cinsin tepkisine karşı kendisini korumak amacıyla kilolu olmaya devam etmektedir.

Sonuç olarak görüşmecilerin tamamı dış görünüşe önem vermekte ve bir ilişkiye başlamak için önemli bir kriter olarak görmektedir. Dış görünüş onlar için uzun boy, gür saç, güçlü kollar, temiz dişler, bakımlı giyinmek ve genç görünmek... sıralanabilmektedir. Ayrıca görüşmeciler erkeğin aşırı kilolu olmaması gerektiğini ifade ederken buradaki “aşırı” kavramı görüşmecilerin tümü için farklı sınırları temsil etmektedir.

### 2.3. İlişki Deneyimleri

İlişkilerinde sürekli temkinli olduğunu, bunun sebebinin ise çocukluk yıllarında kilosuyla alakalı yapılan eleştiriler olduğunu, bu sebeple de kendi deyimiyle “ben çok fitim, sen kilolusun gibi bir eleştiri alamayacak güvenli bölgelerde” ilişkiler kurduğunu ifade eden Burcu, ilişkilerinin temelinde yatan deneyimlerini şu sözlerle anlatmaktadır:

“Mesela ben hep çocukluğumdan beri kiloluydum... bir mide ameliyatı da geçirdim... Ergenliğim ... 12-13 yaşındaki bir çocuğa taciz derecesinde ... uzak bir akrabanın “sen hiç sevişemezsin bu kiloyla ... sen hiç sevgili edinemeyeceksin” gibi aşağılamalarla geçti... O yüzden kendimle barışık değildim o dönemler ve şöyle düşünüyordum; evet, demek ki bunlar haklılar, ben kiloluyum ve beni kimse sevmeyecek. Dolayısıyla benim erkeklere kendimden çok daha fazla şeyler veriyor olmam lazım. Çok taviz veriyor olmam lazım. Özellikle cinsel açıdan her istediklerini yapıyor olmam lazım. Çünkü ben sevilemeyecek biriyim, istenmeyecek biriyim, arzulanamayacak biriyim ve dolayısıyla benim çok efor sarf etmem lazım. (Burcu, Bekar, 25).”

Mevcut ilişkisinin başlamasıyla birlikte erkek arkadaşının etkisiyle kadın erkek ilişkilerine olan bakış açısını değiştiren Burcu, hastalıklı olarak değerlendirdiği “Beni kimse sevmeyecek kilo alırsam” düşüncesini terk ettiğini ifade etmektedir. Burcu mevcut erkek arkadaşıyla olan ilişkisini “ben onun yanında yağlarımın ya da oturduğum zaman kenardan



çıkan simitlerimle rahat hissedebiliyorum. Aman göreceksin, benden öğrenecek gibi bir şeyin artık olmadığını biliyorum ... o gerçekten beni yağlarımın ötesinde seviyor ve bunu hissettiriyor” diyerek ilişkisine yönelik deneyimlerini aktarmaktadır.

İlişki beklentisi olarak evlenmeyi isteyen Büşra; evliliğin düzen, tertip ve çok fazla sorumluluk gerektirdiğini, erkeklerin bu düzeni ve tertibi beklediğini ancak kendisinin düzensiz yeme alışkanlığı ve diyet yapması sebebiyle beklenen düzene uyum sağlayamayacağını düşünmektedir. Büşra'nın düşüncesine göre evlilik gerektirdiği sorumluluk sebebiyle kısıtlayıcı olacaktır.

Bir ilişkiye başlamadan önce dış görünüşünün kendisine olan talebi azalttığını ve ilişkiye başlamayı olumsuz etkilediğini düşünen Yonca, ilişkiye başladıktan sonra kilolu olmanın ilişkiyi etkileyen bir faktör olmadığını belirtmektedir. Görüşmenin ilerleyen kısmında Yonca, ilişki içerisinde de kilolu olmanın olumsuz etkileri olabileceğinden bahsetmektedir. Erkek arkadaşının kendisine ‘koçum benim’ ifadesini kullanması onun için kilolu olmasının bir sonucudur.

İlişkiye başlarken kilolu olmanın belirleyici olduğunu deneyimleyen Öykü ise karşı tarafın kendisini beğendiğini ancak çok kilolu olduğundan kabul edemeyeceğini söylediğini ifade etmiştir. Öykü, “bedendir bu, değişir” şeklinde açıklama yapsa da karşı taraftan olumlu yanıt alamamıştır.

Diğer görüşmecilerden farklı olarak Eda, eski ilişkisinde bedeni üzerinden manipülasyona uğradığını ifade etmektedir. Eski erkek arkadaşı ona “Seni benden başka kimse sevmez bu kilolla” diyerek kendisini ilişki içerisinde tutmaya çalıştığını söylemiştir. Ona göre bu ilişki açıkça bir psikolojik şiddet içermektedir.

## 2.4. Tüketim Kültürü

Muhafazakâr ve bol giyinmeyi bir kilo gizleme aracı olarak kullanan Büşra, giyimine dikkat ettiğini, tesettürlü olduğu için de böyle bir imkân olduğunu ifade etmektedir. Büşra, “Genelde işte bir ceket falan giyiniyoruz derse girerken hoca olduğumuz için ... bol giyiniyorum... ben dışarıdan çok aşırı zayıf gözüküyorum bol olduğu için, ... hiç kilolarım falan belli olmuyor o yüzden insanın kendi bedenini tanıyıp ona göre giyinmesi önemli tabii ki.” sözleriyle kilolu bireylerin kendilerinde kusur olarak gördükleri noktaları dış giyim ile örtecek şekilde ürünler tercih etmeleri gerektiğini söyleyip, bu ürünleri tüketmeye yönlendirmektedir.

Yeliz ise alışverişe eşiyile birlikte gittiklerini ve birbirlerinden fikir almadan giyim alışverişini yapmadıklarını ifade etmektedir. Yeliz'in eşiyile özellikle alışveriş konusunda yaptıkları fikir dayanışmasının altında Büşra'da olduğu gibi kusurları gizleme anlamı yatmaktadır.

Hayatı boyunca her zaman diyet ve spor yaptığını belirten Esin, kilo almasının sebebinin hormonal bir problem yaşamasına bağlasa da bu problemin çözümünden sonra da hızlı şekilde kilo alıp vermeye devam etmiştir. Kendisini kilolu olduğu zamanda da beğendiğini ifade eden Esin, çevre baskısı sonucu kilo verdiğini söyleyip kilo vermeyi bir “başarı” olarak nitelendirmektedir. Esin'in içinde bulunduğu çelişki tüketim kültürünün yarattığı “ideal beden” algısından kaynaklanmaktadır. Öyle ki Esin kendi beğenilerinden ziyade çevresinin beğenilerine önem vermektedir.

İlişki içerisindeki hediyeleşme sürecinden bahseden Yonca, eski eşinin kendisine fiziksel özelliklerine karşılık gelebilecek hediyelerden kaçındığını ifade etmektedir. “Giysi vesaire gibi

hediyeler alınmadı bana. Muhtemelen bedenimle alakalı olabilir. Daha çok teknolojik ürün, takı, kitap ya da çay seti alınan hediyeler arasındaydı.”

Funda, eşinin ona hediye aldığına giysi almaktan kaçınmadığını aksine aldığı giysilerin hoşuna gittiğini belirtmiştir. Ona göre eşi, kendi bedenine uygun kıyafetleri bilir ve ona göre alır. Ancak sorun kıyafette değildir. Ona göre eşi, onu yemeğe teşvik edecek şeyleri getirerek kilosunun artmasına neden olabilmektedir.

“Kendisi kilo almıyor. Ne kadar yese de almıyor. Ben alıyorum ve şeker tansiyonum da var. Sevdiği bazı şeyleri alıp eve getiriyor. Yalnız yemek yemeyi sevmediğinden bana da veriyor. Yiyorum ama sonrasında hem kilo alıyorum hem de sağlığım bozuluyor. (Funda, Evli, 64).”

### 3. Tartışma ve Sonuç

Görüşmeler sırasında beden ölçüleri ile tanımlanabilecek ortak bir ideal beden algısının olmadığı görülmektedir. İdeal olanın belirli ölçülerle değil bireyin kendini kilolu olarak anlamlandırılıp anlamlandırılmamasına ilişkin olduğu söylenebilir. Kadınlar, ideal olanı kendi bedenlerinde ulaşabilecekleri idealler üzerinden tanımlarken bedenlerinde farklı noktalara işaret etmektedirler. Mutlaka her bireyin kilolu olmayı kendi bedeninde deneyimlemesi farklı şekillerde ortaya çıkmaktadır. Oğuz (2005), bunu bireyin deneyimlerine ilişkin oluşturduğu anlamların farklı olması açısından yorumlamaktadır. Ancak Tiggeman (2011), bireyin dayatılan ideal beden hakkındaki bilgiyi içselleştirdiğini bu idealden uzaklaştıkça memnuniyetsizliklerin ortaya çıktığını ifade etmektedir. Anlamlar farklı olabilirken ideal bedene ilişkin olan “kilolu nitelendirilmesinin sosyal alandaki verili anlamı” çoktan içselleştirilmiştir.

Örneğin Greenberg vd.’nin (2003) medyada kilolu kadınların ilişki yaşamayacaklarına ilişkin içeriklerin onların bu tarz bir algıya sahip olmalarına neden olduğunu ifade ederken görüşmelerde de görüşmecilerin kendilerini kilolu olarak adlandırdıkça ilişkiye sahip olamayacakları yönünde kanaatleri ortaya çıkmıştır. Dolayısıyla kadınların kendilerini “kilolu” kategorisinde sınıflandırmaları onların kendilerini diğer kilolu bireylerle bir tutmaları anlamına gelmektedir.

Kendini kilolu adlandırmak, sadece hayatın bir döneminde ortaya çıkmamakta bu sürece olumsuz ergenlik deneyimlerinin de etkisi olduğu görülmektedir. Olumsuz ergenlik deneyimleri, sosyal çevre tarafından bireyin damgalanmasına, dışlanmasına ve depresyon deneyimine (Goodman & Whitaker, 2002) eşlik eden karşı cinse ve romantik ilişkilere ilişkin öz-saygıyı yitirmesine neden olacak yargılar geliştirmesiyle sonuçlanmaktadır (Buttitta vd., 2014). Görüşmecilerin ergenlik döneminde sıklıkla yakın çevrelerinden sözel taciz derecesinde yorumlara maruz kalması bunun en dikkat çekici örneklerindedir. Bu bir cezalandırmadır (Bauman, 2015, s.68) ve cezalandırma süreci görüşmecilerin tüm hayatı boyunca kilo verme girişimlerinde bulunmasına neden olmuştur. Bu durum bireyleri, diyet endüstrisi ile iç içe hale getirmiştir.

Bireyin davranışlarına yön veren ergenlik deneyimleri, duyguların anlam kazandığı sosyo-kültürel süreci ifade etmektedir. Ayrıca zamanla sürekli bir şiddet nedenine dönüşen kilolu olma durumu bireylerin özellikle ilişkiye başlarken birtakım sıkıntılar yaşadıklarını ortaya koymaktadır (Pearce vd., 2002). Çalışmada kadınlar, karşı cinse yaklaşırken öğrenilmiş bir çaresizlik içerisindedirler. Kabul görmemeye ilişkin kaygıları bireylerin ilişkiden kaçınmalarına neden olabilmektedir. Dahası ilişki sürecinde de kilolu bireylerin partnerleri tarafından damgalandıkları ve şiddete uğradıkları görülmüştür. Böylelikle genç yetişkinlik döneminde

şiddet, ergenlikte sadece yakın sosyal çevrede iken daha geniş bir çerçeveye yayılmıştır. O halde denilebilir ki kilolu bireyler, ergenlik döneminde aile sonrasında sosyal çevre tarafından şiddete uğramaktadır.

Görüşmecilere göre ilişkiye başlama sürecinde kiloya ilişkin sıkıntılar ve şiddet başlamaktadır. Bu sebeple “güvenli bölgelerde” ilişki kurmak gerekmektedir. Görüşmeciler için aşırı olmadıkça kilolu bir erkek arkadaş güvenli bölgedir. Görüşmeciler erkeğin kilosuna ilişkin yorumda bulunmazken giyim tarzı, dişler, saçlar, statü ya da uzun boy gibi kilo dışındaki ideal beden nitelendirmeleri ile “zayıf” bir erkeği işaret etmedikleri görülmektedir. Bu durum Featherstone’un (2006, s.141) hayat tarzı terimini çağrıştırmaktadır. Kadınlar, ilişki başlayıp devam ettikçe erkeklerin, “çekicilik unsurlarının” var olan niteliklerine paralel olarak değiştiğini ifade etmektedirler. Bu anlamdan yola çıkıldığında kadınların kilosunun düşüklüğü ile erkeğin sosyo-ekonomik seviyesinin yüksek olması eş görülmektedir.

Görüşmecilerin bir kısmı, ilişki sürecinde kilolu olmayı karşı tarafı etkileyen bir olgu olarak düşünürken diğer bir kısmı ise ilişki başladıktan sonra kilolu olmanın bir sorun yaratmadığını ifade etmektedir. Üçüncü bir kısımda ise süreç içerisinde kadınların partnerleri tarafından kilo aldırıldığı görülmektedir. Dolayısıyla ideal bir bedene sahip olmak, ilişki içerisinde kıskançlık yaratabilmektedir. Bunun için kadın, daha fazla yemesi yönünde desteklenmektedir. Görüşmeciler, hediyeleşme sürecinde kilolu olmanın önemli bir belirleyici olduğunu ifade ederken bu sürecin kilo aracılığıyla üretildiğini de eklemiştirler. Buna göre tüketim kültürü için kilolu bir kadının partner olarak seçilmesi, tüketim için önemli bir itici unsurdur. Görüşmeciler yemek ya da yemeği çağrıştıran hediyeler alındığını belirtirken bireylerin yemeğe yönlendirildiğini ifade etmişlerdir. Bir barış hediyesi olarak da yemek alınabilmektedir. Bu durum, yakın bir zamana kadar ideal bedenler üzerinden tüketimin yönlendirildiğini ifade ederken bedeninin her alanının ve halinin tüketime hizmet ettiğini ifade etmektedir.

Sonuçta kilolu olmak sadece bir sağlık problemi değil etrafı tüketim kültürünün öğretileriyle çevrilmiş bireyselleştirilmiş bir sorun halini almıştır. Toplumsal etkileşimleri etkilemekte ve onların inşasında yer almaktadır. Tüketim kültüründe davranış örüntüleri, duygularla eşleştirilmiştir. Bu anlamda kilolu bireyi derinden etkileyecek deneyimlerin ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Söz konusu romantik ilişkiler olduğunda sağlık kavramından uzaklaştığı görülmektedir. Sağlıklı olmak için kilo vermek gibi bir ifade yerine kültürel alanda karşı cins tarafından kabul edilebilecek bedene sahip olmak yeterli görülmektedir. Kadınlar, romantik ilişkileri bağlamında kilo vermeyi gerekli görmemektedirler. Son olarak araştırmada öneri olarak nitelendirilebilecek bazı noktalar söz konusudur. Yapılacak çalışmalarda yaş konusu, önemli bir detaydır. Bu sebeple örneklem belirlenirken yaşın sınırlandırılması bulguların da değişeceğini ortaya koymaktadır. Ancak belirli bir yaş dönemine ait romantik ilişki deneyimleri de daha özelden ortaya konulabilecektir. Ayrıca sonuçlar üzerinde katılımcıların birbirinden farklı BKİ sahip olmaları onların beden algılarında etkili olmuş olabilir. Bu sebeple yapılacak çalışmalarda katılımcı grubunun BKİ özellikleri de dikkate alınarak değerlendirilmelidir.

## KAYNAKÇA

- Ali, M.M., Rizzo, J.A., Amialchuk, A. & Heiland, F. (2014). Racial differences in the influence of female adolescents' body size on dating and sex. *Econ Hum Biol.*, 12, 140–152.
- Andreyeva, T., Puhl, R.M. & Brownell, K.D. (2008). Changes in perceived weight discrimination among Americans, 1995-1996 through 2004-2006. *Obesity*, 16, 1129–1134.
- Baltagi, B.H., Egger, P. & Pfaffermayr, M. (2003). A generalized design for bilateral trade flow models. *Economics letters*, 80(3), 391-397. [https://doi.org/10.1016/S0165-1765\(03\)00115-0](https://doi.org/10.1016/S0165-1765(03)00115-0)
- Bahmani-Oskooee, M.M. & Goswami, G.G. (2003). A disaggregated approach to test the J-curve phenomenon: Japan versus her major trading partners. *Journal of economics and finance*, 27(1), 102-113.
- Baudrillard, J. (1997). *Tüketim toplumu*. (Çev. H. Deliceçaylı ve F. Keskin). Ayrıntı Yayınları.
- Bauman, Z. (2015). *Bireyselleşmiş toplum*. (Çev. Y. Alagon). Ayrıntı Yayınları.
- Beck, U. (2011). *Risk toplumu: başka bir modernliğe doğru*. (Çev. K. Özdoğan ve B. Doğan). İthaki Yayınları.
- Belanger-Ducharme, F. & Tremblay, A. (2005). National prevalence of obesity. *Obesity reviews*, 6, 183-186.
- Bericat, E. (2016). The sociology of emotions: Four decades of progress. *Current Sociology*, 64(3), 491-513.
- Bocock, R. (1997). *Tüketim*. (Çev. İ. Kutluk). Dost Kitabevi.
- Bozok, M. (2019). Raewyn Connell ve erkeklikler: Erkeklik çalışmalarının köşe taşı olan bir kitabın Türkçe çevirisi üzerine. *Vira Verita E-Dergi*, (9), 199-205. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/viraverita/issue/46646/573500>
- Brody, L. (1999). *Gender, emotion, and the family*. Harvard University Press.
- Buttitta, M., Iliescu, C., Rousseau, A. & Guerrien, A. (2014). Fazla kilolu ve obez çocuk ve ergenlerde yaşam kalitesi: Bir literatür taraması. *Yaşam Kalitesi Araştırması*, 23(4), 1117–1139. <https://doi.org/10.1007/s11136-013-0568-5>
- Chu, N.F. (2005). Prevalence of obesity in Taiwan. *Obesity Reviews*, 6(4), 271-274.
- Connell, R. W. (2019). *Erkeklikler*. (Çev. N. Konukçu). Siyasal Yayınevi.
- Cote, M. & Begin, C. (2020). Review of the experience of weight-based stigmatization in romantic relationships. *Curr Obes Rep.*, 9, 280-287.
- Creswell, J.W. (2012). *Educational research: Planning, conducting and evaluating quantitative and qualitative research*. Pearson.
- Denzin, N. K. (2009). *On Understanding Emotion*. Transaction Publishers.
- Devos, T., Silver, L.A. & Mackie, D M. (2002). *Experiencing intergroup emotions*. In D.M. Mackie & E.R. Smith (eds). *From Prejudice to Intergroup Emotions: Differentiated Reactions to Social Groups*. Psychology Press.
- Featherstone, M., (2010). Body, image and affect in consumer culture. *Body ve Society*, 16(1), 193-221. <http://bod.sagepub.com/content/16/1/193>, 01/04/2011
- Foucault, M. (2000). *Hapishanenin Doğuşu: Gözetim Altında Tutmak ve Cezalandırmak*. (Çev. M. A. Kılıçbay). İmge Kitabevi.
- Friedman, K.E., Reichmann, S.K., Costanzo, P.R., Zelli, A., Ashmore, J.A. & Musante, G.J. (2005). Weight stigmatization and ideological beliefs: Relation to psychological functioning in obese adults. *Obes Res*. 13, 907–916.
- Goodman, E. & Whitaker, R.C. (2002). Ergen obezitesinin gelişimi ve kalıcılığında depresyonun rolüne ilişkin prospektif bir çalışma. *Pediatrics*, 110(3), 497–504. <https://doi.org/10.1542/peds.110.3.497>
- Greenberg, B.S., Eastin, M., Hofschire, L., Lachlan, K. & Brownell, K.D. (2003). Ticari televizyonda aşırı kilolu ve obez bireylerin portreleri. *Amerikan Halk Sağlığı Dergisi*, 93(8), 1342–1348. <https://doi.org/10.2105/ajph.93.8.1342>

- Halpern, C.T., King, R. B., Oslak, S.G. & Udry, J.R. (2005). Body mass index, dieting, romance, and sexual activity in adolescent girls: Relationships over time. *J Res Adolesc*, 15, 535–559.
- Harris, M.B., Walters, L. & Waschull, S. (1991). Gender and ethnic differences in obesity-related behaviors and attitudes in a college sample. *J Appl Soc Psychol*, 21, 1545–1566.
- Jones, D.C., & Crawford, J. K. (2006). The peer acceptance culture during adolescence: Gender and body mass variations. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(2), 257-269.
- Lefebvre, H. (2013). *Modern dünyada gündelik hayat*. (Çev. I. Gürbüz). Metis Yayınları.
- Lawler, E.J. (1999). Bringing emotions into social exchange theory. *Annual Review of Sociology*, 25, 217–244.
- Lukšik, I., & Guillaume, M. (2018). Representations of love in the early stages of love. *Human Affairs*, 28(3), 271-284.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological research methods*, Sage.
- Organization for Economic Co-operation and Development. (2017). *Obesity Update*. <https://www.oecd.org/els/health-systems/Obesity-Update-2017.pdf> (Erişim Tarihi: 18.01.2023)
- Oğuz, G.Y. (2005). Bir güzellik miti olarak incelik ve kadınlarla ilgili beden imgesinin televizyonda sunumu. *Selçuk İletişim Dergisi*, 4(1), 31-37.
- Okumuşoğlu, S. (2017). Obeziteli Ergenlerde Beden Ağırlığına İlişkin Alay Edilmenin Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Diyete İlişkin Tutumlar ile İlişkisi. *Uluslararası Beşeri Bilimler ve Eğitim Dergisi*, 3(2), 195-208.
- Öngören, B. (2015). Sosyolojik Açıdan Sağlıklı Beden İmgesi. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 16(34), 25-45.
- Pearce, M.J., Boergers, J. & Prinstein, M.J. (2002). Adolescent obesity, overt and relational peer victimization, and romantic relationships. *Obes Res*. 10(5), 386-393. doi: 10.1038/oby.2002.53.
- Plichtová, J. (2002). *Metódy sociálnej psychológie zblízka: Kvalitatívne a kvantitatívne skúmanie sociálnych reprezentácií*. Média.
- Puhl, R.M. & Heuer, C.A. (2009). Obezitenin damgalanması: Bir gözden geçirme ve güncelleme. *Obezite*, 17(5), 941–964. <https://doi.org/10.1038/oby.2008.636>
- Regan, P.C. (1996). Sexual outcasts: the perceived impact of body weight and gender on sexuality. *J Appl Soc Psychol.*, 26, 1803–1815.
- Rich, S.S., Essery, E.V., Sanborn, C.F., DiMarco, N.M., Morales, L.K., & LeClere, S.M. (2008). Predictors of body size stigmatization in Hispanic preschool children. *Obesity*, 16(2), 11-17.
- Sabiston, C., McDonough, M., Sedgwick, W. & Crocker, P. (2009). Muscle gains and emotional strains: Conflicting experiences of change among overweight women participating in an exercise intervention program. *Qualitative Health Research*, 19, 466–480.
- Su, M.C., Jou, H.J. & Tsao, L.I. (2014). The struggle against fat: Weight loss experiences of overweight adolescent girls in Taiwan. *Journal of Nursing Research*, 22(1), 28–36. <https://doi.org/10.1097/jnr.0000000000000017>
- T.C. Sağlık Bakanlığı. (2017). *Birinci basamak sağlık kurumları için obezite ve diyabet klinik rehberi*. Türkiye Halk Sağlığı Kurumu, Yayın No 1070.
- T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2024). *4 Mart dünya obezite günü*. <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/haberler-6/4-mart-dunya-obezite-gunu.html> (Erişim Tarihi: 13.12.2024).
- Tiggemann, M. (2011). *Sociocultural Perspectives on Human Appearance and Body Image*. In T. F. Cash ve L. Smolak (Eds.). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (ss. 12–19). The Guilford Press.
- Topay, G. & Erdem, R., (2019). Türkiye’de tüketim kültürünün gelişimine dair kavramsal bir inceleme. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 35 162-183.
- Trivedi, T., Lu, J., Probst, J., Merchant, A., Jhones, S. & Martin, A.B. (2015). Obesity and obesity-related behaviors among rural and urban adults in the USA. *Rural Rem Health*. 15(4), 3267.



- Turner, J.H. (1999). Toward a general sociological theory of emotions. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 29(2), 133–162.
- Türkiye Endokrinoloji ve Metabolizma Derneği. (2014). *Obezite tanı ve tedavi kılavuzu*. 8. Baskı. Miki Matbaacılık. [https://file.temd.org.tr/Uploads/publications/guides/document-s/20190506163904-2019tbl\\_kilavuz5ccdcb9e5d.pdf?a=1](https://file.temd.org.tr/Uploads/publications/guides/document-s/20190506163904-2019tbl_kilavuz5ccdcb9e5d.pdf?a=1) (Erişim Tarihi: 01.07.2022).
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2020). *Türkiye sağlık araştırması 2019*. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Turkiye-Saglik-Arastirmasi-2019-33661> (Erişim Tarihi: 01.07.2022).
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2023). *Türkiye sağlık araştırması 2022*. <https://www.tuik.gov.tr/> (Erişim Tarihi: 13.12.2024).
- Williams, A.L. & Merten, M.J. (2013). Romantic relationships among women experiencing obesity: self-perception and weight as barriers to intimacy. *Fam Consum Sci Res J*, 41, 284-298.
- World Health Organisation. (2021). *Obesity and overweight fact sheet*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> (Erişim Tarihi: 01.07.2022).
- World Health Organisation. (2022). *Nutrition, physical activity and obesity turkey*. [https://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0017/243332/Turkey-WHO-Country-Profile.pdf](https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0017/243332/Turkey-WHO-Country-Profile.pdf) (Erişim tarihi: 24.01.2023).
- Yang, Y. S., Han, B. D., Han, K., Jung, J. H. & Son, J. W. (2022). Obesity fact sheet in Korea, 2021: Trends in obesity prevalence and obesity-related comorbidity incidence stratified by age from 2009 to 2019. *Journal of Obesity ve Metabolic Syndrome*, 31(2), 169-177.
- Yeh, J.C. & Chen, D.R. (2022). delayed romantic experience: association of romantic relationship and weight change patterns over 7 years among Taiwanese adolescents. *Youth ve Society*, 54(8), 1330–1351. <https://doi.org/10.1177/0044118X211023517>