

Okul Öncesi Dönemde Beden İmajı Algısı ve Beden Memnuniyetsizliği

Body Image Perceptions and Body Dissatisfaction Among Preschoolers

Araştırma Makalesi

Fatma İlker KERKEZ, Varol TUTAL, Faruk AKÇINAR
İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor YO, Malatya

ÖZ

Okul öncesi dönemde beden imajı algısı ve beden memnuniyetsizliğini belirlemek amacıyla 4-6 yaş grubu 471 çocukla (225 kız ve 246 erkek) birebir görüşülerek piktogram yöntemi ile görüşleri alınmıştır. Tanımlayıcı istatistik ve Spearman's rho korelasyon analizi sonuçlarına göre; (1) çocukların kendi beden imajı algıları gerçek beden kitle indeksleri (BKİ) ile beş yaşından itibaren istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde ilişkilidir ve korelasyon yaşla birlikte artmaktadır (5 yaş için $\rho = 0.40$, $p < 0.001$; 6 yaş için $\rho = 0.63$, $p < 0.001$) (2) beş ve altı yaş grubunda kızlar erkeklere göre daha fazla kendini olduğundan zayıf görme eğilimindedir (5 yaş kızlar % 40.2, erkekler % 23.5; 6 yaş kızlar % 35.3, erkekler % 29.9), (3) 5 yaş grubundaki çocukların % 31'i riskli kilolu, % 29.3'ü obez imajları, 6 yaş grubundaki çocukların ise

ABSTRACT

In order to investigate the self-perception of body image and to determine body dissatisfaction among preschool children, 471 children aged 4-6 years (225 girls and 246 boys) were interviewed regarding their body image and their satisfaction using figural stimuli. The descriptive statistics and the Spearman's rho correlation test results indicated that (1) children's body ratings started to be significantly related to their BMIs at age 5 and correlations increased with age ($\rho = 0.40$, $p < 0.001$; $\rho = 0.63$, $p < 0.001$, respectively 5 and 6 years of age), (2) girls aged five and six were more likely to perceive their own body size to be thinner than boys (aged five girls 40.2%, boys 23.5%; aged six girls 35.3, boys 29.9 %) (3) children aged five mostly tended to select overweight (28.8 %) and obese figures (29.3 %) as healthy, children

% 28.8'i riskli kilolu ve % 26.3'ü normal imajı sağlıklı olarak algılama eğilimindedir (4) çocukların % 52.7'si sağlıklı olmak için çoğunlukla çok yemek gerektiğini düşünmektedir. Çalışmada okul öncesi dönemde çocuklarda beden memnuniyetsizliği olduğu sonucuna varılmıştır. Çocuklara sağlıklı beslenme ve düzenli fiziksel aktivite bilincinin aile ve öğretmenler aracılığıyla kazandırılması önemlidir.

Anahtar Kelimeler

Beden imajı, Beden memnuniyetsizliği, Okul öncesi

aged six tended to select overweight (31.0%) and normal figures (26.3 %) as healthy (4) they had a belief that eating a lot is necessary to be healthy (52.7%). It was concluded that preschool children had body dissatisfaction. Children should gain an awareness of healthy eating and regular physical activity via parents and teachers.

Key Words

Body image, Body dissatisfaction, Preschool

GİRİŞ

Beden imajı; bireyin kendisiyle ilgili genel görünümü ya da vücut şekli gibi daha spesifik görüşlerine ait algısal, duygusal, davranışsal ve değerlendirme içeren çok boyutlu karmaşık bir yapı (Pesa ve diğ., 2000; Smolak, 2004) ya da beden görünümüyle ilgili tutumların yanı sıra kişinin bedeni hakkındaki bireysel algısını ifade eden ve nesnel olmaktan çok öznel olan bir kavram (Kutlu, 2009) şeklinde tanımlanır. Beden memnuniyetsizliği ise beden imajı algısının değerlendirme boyutuyla ilgili olarak bireyin bulunduğu beden ölçüleriyle ideal beden ölçüleri arasındaki farktan oluşan algı bileşeni olarak tanımlanmaktadır (Thompson, 1990). Beden memnuniyetsizliğini oluşturan nedenlere ait çok sayıda teori bulunmasına karşın psikologlar yaşanan kültüre ait güzellik standartlarının etkili olduğunda hemfikirdir (Sivert ve Sinanovic, 2008). Son yıllarda obezitenin artmasına karşın özellikle batı toplumlarında ideal beden imajı kadınlar için zayıf, erkekler için kaslı olarak gösterilmektedir (Furnham ve diğ., 2002). Bu şekildeki kalıplaşmış fikirlerin medya aracılığıyla depeştirilmesi sonucunda yeteri kadar iyi görünmenin diğerleri tarafından kabul görmek için bir gereklilik olduğu fikri yaygınlaşarak bireylerde beden memnuniyetsizliği oluşturmada, yeme bozukluğuna bağlı hastalıklara, psikolojik ve sosyal problemlere sebep olabilmektedir. Beden imajı kaygısı, bedensel memnuniyetsizlik ya da beden imajı hakkındaki kalıplaşmış düşünceler sadece yetişkinlikte değil okul öncesi dönemden başlayarak erken çocukluktan itibaren gözlene-

bilmektedir (Harriger ve diğ., 2010; Hendy ve diğ., 2001). Yapılan araştırmalarda altı yaşından sekiz yaşına kadarki dönemde kız çocukların erkek çocuklara oranla daha fazla bedensel memnuniyetsizliğe sahip olduğu, kendileri normal kiloda olsa bile daha zayıf olmak istediklerini çünkü zayıf olanların daha çok sevildiğine inandıkları belirtilmiştir (Collins, 1991; Lowes ve Tiggemann, 2003; Sands ve diğ., 1997; Thelen ve diğ., 1992).

Ricciardelli and McCabe'ye göre (2001), beden imajı kaygısı sadece yaş, cinsiyet ve beden ölçüleri ile değil ırk ve etnik kökenle de ilgilidir. Afrika kökenli Amerikalı çocukların daha iri görünmek istedikleri, Kafkas kökenlilerin ise daha zayıf olmak istedikleri kaydedilmiştir. Asya kökenli Amerikalı kız çocuklarının Latin yaşlılarından daha az beden memnuniyetsizliğine sahip oldukları belirlenmiştir (Robinson ve diğ., 2001). Bu anlamda Türk okul öncesi dönem çocuklarında beden imajı ile ilgili çalışmaların ihmal edildiği gözlenmektedir. Türk çocuklarda beden imajı algısının gerçek beden ölçüleri ile uyumlu olup olmadığı, bedensel memnuniyetsizlik bulunup bulunmadığı ve beden imajı ile sağlıklı yaşam davranışlarını nasıl ilişkilendirdikleri bilinmelidir. Bu bilgiler erken yaşlardan başlanarak obezite, anoreksiya, ve yaşam şekline bağlı diğer hastalıkların oluşmadan engellenmesinde, sağlıklı yaşam alışkanlıklarının (düzenli fiziksel aktivite, sağlıklı beslenme) kazandırılmasında araç olarak kullanılabilir. Bu nedenle çalışmada okul öncesi dönemde beden imajı algısı ve beden memnuniyetsizliği araştırılmıştır. Önceki çalışmalardan farklı olarak bu çalışmada çocuklara hangi beden imajını sağlıklı buldukları ve sağlıklı olmaya yönelik

davranışlarla ilgili inanışları eklenerek çalışmaya farklı bir boyut kazandırılmıştır. Bu kapsamda çalışmanın soruları; 4, 5 ve 6 yaşındaki çocukların (1) kendilerine ait beden imajı algılarının beden kitle indekslerine uygunluğu, (2) beden memnuniyetsizliği, (3) sağlıklı beden imajı algıları ve sağlıklı olmak için ne yapılması gerektiğine dair inanışlarıdır. Araştırmada çocukların kendilerine ait beden imajı algıları ile beden kitle indeksleri arasındaki korelasyon ve beden memnuniyetsizliği yaş gruplarına göre değerlendirilmiştir. Çalışma sonuçlarının okul öncesi dönemdeki Türk çocukların beden imajı algısı ve sağlık inanışları konusunda literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

YÖNTEM

Araştırma Grubu: Çalışma kesitsel tarama modelindedir. 2012 Şubat-Mart ayları içinde Malatya il merkezindeki devlete bağlı 7 farklı anaokulundan 4-6 yaş grubu toplam 471 çocuk çalışmaya katılmıştır (225 kız ve 246 erkek). Araştırma grubunun yaş, boy uzunluğu ve vücut ağırlığı ortalamaları sırasıyla 4.99±0.07 yıl (kız 4.97±0.6; erkek 5.01±0.7), 112.2±6.0 cm (kız 111.3±5.9; erkek 112.6±6.1 cm) 20.0±5.4 kg'dır (kız 19.4±3.6; erkek 20.3±6.4).

Veri Toplama Araçları

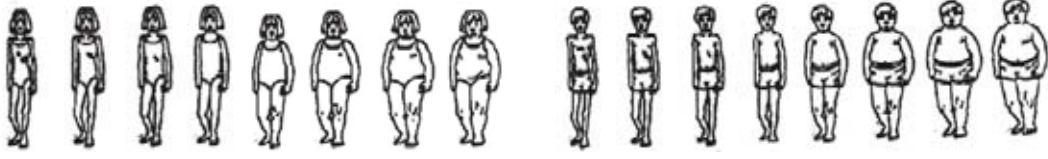
Beden İmajı: Bu çalışmada beden imajının ölçülmesinde zayıftan obeze doğru beden ölçülerini temsil eden silüetlerin bulunduğu piktogram kullanılmıştır. Beden ölçülerinin değerlendirilmesinde zayıftan obeze doğru sıralı giden 9 kadın figürünün bulunduğu piktogram ilk olarak Stunkard ve diğ. tarafından 1983 yılında geliştirilmiştir (Mahajan, 2009, s.23'de belirtildiği gibi). Daha sonra Tiggemann ve Pennington (1990) tarafından erkek ve kız çocuklar için ayrı ayrı düzenlenen zayıftan obeze doğru 9 figürün bulunduğu çizim 10 yaşındaki çocuklarda uygulanmış ve bu çizimler Lowes ve Tiggemann (2003) tarafından 5-7 yaş grubu çocuklarda da uygulanmıştır. Collins (1991), Stunkard ve diğ.'nin çalışmasından yola çıkarak kız ve erkek çocuklar için yeni bir piktogram geliştirmiştir. Piktogram ara-

cılığı ile yetişkinlerde ve ergenlerde halihazırda bulunduğu beden ölçüleri hakkındaki görüşlerinin belirlenmesi ya da geçmişe yönelik beden imajlarının hatırlanmasına yönelik araştırmalar yapılmıştır (Bhuiyan ve diğ., 2001; Ericson ve Gerstle, 2007; Field ve diğ., 2004; Patel ve Gray, 2001; Sivert ve Sinanovic, 2008; Wood, 1996). Okulöncesi dönemdeki çocuklar üzerinde beden imajı ile ilgili çalışmalarda aşırı zayıftan obeze doğru sıralı 3, 7 ya da 9 figürün bulunduğu piktogramın (silüetlerin) orijinal haliyle ya da çalışmanın amacına göre düzenlenerek kullanıldığı çalışmalar mevcuttur (Ambrosi-Randić, 2000; Ambrosi-Randić ve Tokuda 2004; Birbeck ve Drummond, 2006; Collins, 1991; Harriger ve diğ., 2010; Hendy ve diğ., 2001; Li ve diğ., 2005; Musher-Eizenman ve diğ., 2004; Rich ve diğ., 2008; Ricciardelli ve McCabe, 2001; Tremblay ve diğ., 2011; Young-Hyman ve diğ., 2003). Bu çalışmada Collins'in (1991) orijinal figürüne bağlı olarak düzenlenen piktogramda zayıf, normal, riskli kilolu ve obez ölçülerini temsil eden sıralı ikişer çocuk silüeti (toplam 8 resim) bir A4 kâğıdına sıracak biçimde yer almıştır (kız ve erkek çocuklar için ayrı iki piktogram). Çocukların BKİ sonuçları CDC 2000 (Centers for Disease Control and Prevention, 2002) 2-20 yaş büyüme cetveline göre değerlendirildiğinden, her bir BKİ sıralamasını temsil eden ikişer resim kullanılmıştır. Silüetlerin hepsi aynı boydadır ve kızlarda mayolu erkeklerde şortlu olarak resmedilmiştir. Yüz özellikle belirsiz bırakılarak çocukların dikkatlerini beden ölçülerine vermeleri hedeflenmiştir. Beden ölçüleri çocukların dikkatlerini dağıtmamak amacıyla karışık değil sıralı halde hazırlanmıştır (Bkz. Şekil 2).

Boy ölçümü: Boy ölçümü standart çelik stadiometre kullanılarak, yalınayak 0.1 cm hassasiyetle ölçülmüştür.

Vücut ağırlığı ölçümü: Ölçüm yalınayak ve üzerinde hiçbir metal bulunmayacak şekilde Tanita BC-418 Segmental Vücut Analizi Sistemi (Tanita Corporation, Tokyo, Japan) ile ölçülmüştür.

BKİ: $Vücut\ ağırlığı\ (kg) \div (Boy\ cm)^2$ formülü ile hesaplanmıştır. Elde edilen BKİ değerleri CDC



Şekil 2. Kız ve erkek çocuklar için beden imajı piktoqramı.

2000 (2002) 2-20 yaş büyüme eğrisi cetveli dikkate alınarak < 5. yüzdellik zayıf, 5-85.yüzdellik normal, 85-95. yüzdellik riskli kilolu ve > 95. yüzdellik obez şeklinde değerlendirilmiştir (Li ve diğ., 2005).

CDC 2000 (2002) 2-20 yaş büyüme eğrisi cetveli göre zayıf, normal, riskli kilolu ve obezite sınıflaması için kullanılan değerler Tablo 1.de sunulmuştur.

İşlem Yolu

Çalışma için Malatya il Milli Eğitim Müdürlüğünden onay alınmıştır. Malatya il merkezinde bulunan devlete bağlı 7 anaokulu tabakalı basit tesadüfî örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Öğretmenler aracılığıyla tüm ailelere mektup gönderilerek çalışmanın amacı ve içeriği açıklanmıştır. İlan edilen gün ve saatte anaokuluna gelerek çocuğunun araştırmaya dâhil edilmesine onay veren ebeveynlerin çocuklarından fiziksel ve zihinsel herhangi bir sağlık problemi olmayan tüm çocuklar çalışmaya dâhil edilmiştir. Çalışmada önce çocuklarla birebir beden imajına ait görüşme yapılmış bu görüşmeyi tamamlayan çocuklardan boy- vücut ağırlığı ölçümleri alınmıştır. Beden imajı görüşmesi için çocukların

kimseden etkilenmeyeceği özel bir sınıf hazırlanmıştır. Sınıfta alçak masa, çocuk sandalyesi ve görüşmeci için sandalye bulunmuştur. Çocuklar sınıfa birer birer alınmıştır, kendilerini güvende hissetmeleri için öğretmenleri/anneleri de sınıfta çocuğun kendilerini görmeyeceği bir noktada ve müdahale etmeden görüşmeyi izlemesi sağlanmıştır. Görüşmeci çocuklara kendi cinsiyetlerine uygun piktoqramı göstermiş ve sırayla şu soruları yöneltmiştir;

- (1) Bu resme dikkatli bakmanı istiyorum. Sence hangisi en çok senin vücut ölçülerine benziyor, lütfen parmağınla gösterir misin?
- (2) Hangisi gibi görünmek istersin lütfen parmağınla gösterir misin?
- (3) Sence hangisi sağlıklı görünüyor lütfen parmağınla gösterir misin? Sence sağlıklı görünmek için ne yapmış olabilir?

Resimlerin hangi BKİ'ni temsil ettiğine dair açıklama yapılmamıştır. Sorular bütün çocuklara aynı cümlelerle ve gerektiğinde en fazla iki kez tekrarlanmak suretiyle sorulmuştur. Çocukların cevapları görüşmeci tarafından kayıt formuna kaydedilmiştir. Çocuklara cevaplamaları için herhangi bir zorlama ya da ödüllendirme yapılmamıştır. Cevaplamak istemeyen çocuklar zorlanmadan kendi

Tablo 1. Yaşlara göre BKİ değerlendirmesi*.

	4 yaş		5 yaş		6 yaş	
	Kız	Erkek	Kız	Erkek	Kız	Erkek
ZAYIF (< 5. yüzdellik)	<13.7	-14	<13.5	<13.8	<13.4	<13.8
NORMAL (5-85.yüzdellik)	13.7-16.8	14-17	13,5-16,8	13.8-16.8	13.4-17	13.8-17
RİSKLİ KİLOLU (85-95. yüzdellik)	16.9-18	17.1-17.8	16.9-18.2	16.9-18	17.1-18.8	17.1-18.4
OBEZ (> 95. yüzdellik)	>18	>17.8	>18.2	>18	>18.8	>18.4

*CDC 2000 (2002) 2-20 yaş büyüme eğrisi cetveli dikkate alınarak hazırlanan BKİ tablosu.

sınıfına götürülmüş ve çalışma dışı bırakılmıştır (n=18). Sorulara cevap veren çocuklara teşekkür edilmiştir. Çocukların verdiği cevaplara dair hiçbir yorum yapılmamıştır. Görüşmesi biten çocuk farklı bir sınıfta yalınayak ve üzerlerinde metal bulunmayacak şekilde birer birer alınarak boy ve vücut ağırlığı ölçümleri tamamlanmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin sıralı (ordinal) ölçekle elde edilmiş olması nedeniyle tanımlayıcı istatistik yöntemlerinden frekans, yüzde, ortalama, standart sapma ve çapraz tablolama kullanılmıştır. İlişki desenlerinde değişkenlerden biri ya da ikisinin birden parametrik veri olmaması durumunda Spearman's rho korelasyon katsayısı kullanılabilir. (Brace ve Snelgar, 2003), beden imajı doğruluğu ve beden memnuniyetsizliğinin belirlenmesinde çocukların verdikleri cevaplarla (parametrik olmayan veri) BKİ'leri (parametrik veri) arasındaki ilişki için Spearman's rho korelasyon katsayısı kullanılmıştır.

BULGULAR

Boy- Vücut ağırlığı -BKİ

Çalışmaya katılan çocukların zayıflık, riskli kilolu ve obez olma oranları sırasıyla; % 10.8, % 11.5 ve % 9.3 şeklinde tespit edilmiştir (n=471). Araştırma grubuna ait boy, vücut ağırlığı, BKİ ortalamaları yaş ve cinsiyete göre sınıflandırılarak Tablo 2. de sunulmuştur.

Beden imajı algısının BKİ'ni temsil etme düzeyi

Araştırma grubunun seçilen beden imajı algısının gerçek beden ölçülerini (BKİ sınıflamasına göre) temsil etme özelliğinin test edilmesi için yapılan çapraz tablolamada temsil oranları sırasıyla; 4 yaş (n=121) % 30.6; 5 yaş (n= 232) % 49.6 ve 6 yaş (n= 118) % 52.5 şeklindedir. Yaş arttıkça temsil oranının yükseldiği görülmektedir (Bkz. Tablo 3). 5 ve 6 yaş kız çocuklarda kendini olduğundan zayıf görenlerin oranı erkek çocuklardan yüksektir. BKİ ile beden imajı algısı arasındaki ilişki bakımından Spearman's

Tablo 2. Araştırma grubunun boy, vücut ağırlığı ve BKİ sınıflamasına göre dağılımları.

Yaş ^a	n (471)	Boy (cm)	Vücut Ağırlığı (kg)	BKİ	Zayıf ^b (%)	Riskli Kilolu ^b (%)	Obez ^b (%)
Erkek							
4	64	110.0±6.6	19.05±3.6	15.65±2.0	18.8	10.9	12.5
5	115	112.4±5.2	20.42±8.4	15.47±1.6	8.7	10.4	3.5
6	67	116.4±5.7	21.98±4.7	16.13±2.5	11.9	13.4	14.9
Toplam	246	112.6±6.1	20.33±6.4	15.66±2.0	12.2	11.4	8.9
Kız							
4	57	109.0±6.1	18.61±3.5	15.54±1.8	10.5	8.8	8.8
5	117	111.2±5.1	19.73±3.5	15.86±2.0	6.0	16.2	11.1
6	51	114.8±5.4	19.95±3.9	15.05±2.1	15.7	3.9	7.8
Toplam	225	111.3±5.9	19.44±3.6	15.61±2.0	9.3	11.6	9.8

^a 6. aydan sonra bir sonraki yaş esas alınmıştır.

^b Zayıf, riskli kilolu ve obez sınıflaması CDC (2000) referanslarına göre düzenlenmiştir. Yaşa göre BKİ: <5. yüzdeler zayıf, 85-95. yüzdeler riskli kilolu, >95. yüzdeler obez.

Tablo 3. Beden imajı algılarının BKİ'ni temsil etme düzeyine göre dağılımları.

			Doğru	Olduğundan zayıf	Olduğundan kilolu	Toplam
4 yaş (n=121)	Kız	n	17	25	15	57
		%	29.8	43.9	49.6	100.0
	Erkek	n	20	27	17	64
		%	31.2	42.2	26.6	100.0
	Toplam	n	37	52	32	121
		%	30.6	43.0	26.4	100.0
5 yaş (n=232)	Kız	n	52	53	12	117
		%	44.4	45.3	10.3	100.0
	Erkek	n	63	28	24	115
		%	54.8	24.3	20.9	100.0
	Toplam	n	115	81	36	232
		%	49.6	34.9	15.5	100.0
6 yaş (n=118)	Kız	n	21	26	4	51
		%	41.2	51.0	7.8	100.0
	Erkek	n	41	13	13	67
		%	61.2	19.4	19.4	100.0
	Toplam	n	62	39	17	118
		%	52.5	33.1	14.4	100.0

rho korelasyon katsayıları; 4 yaş grubu çocuklarda istatistiksel olarak anlamlı değilken, (rho= 0.106; n= 121; p=0.248). 5 (rho= 0.405; n= 232; p<0.001, iki-uçlu) ve 6 yaş grubunda pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır (rho= 0.638; n= 118; p<0.001, iki-uçlu). Tablo 3'te seçilen beden imajı algısının BKİ'ni temsil etme durumu doğru, olduğundan zayıf ve olduğundan kilolu şekilde sınıflandırılarak, yaş grupları ve cinsiyete göre özetlenmiştir.

Beden memnuniyetsizliği

Beden memnuniyetsizliği çocukların beden imajı algıları ile görünmek istedikleri imaj arasındaki farkı göstermektedir. Bu durumda çocuk kendini algıladığı imaja göre daha zayıf ya da daha iri görünmek istemektedir. 4 yaş grubu çocuklarda seçilen beden imajı algısı ile BKİ arasındaki

korelasyon istatistiksel olarak anlamlı bulunmadığından beden memnuniyetsizliği değerlendirilmemiştir.

Beş ve altı yaş grubunda kendini algıladığı imaja göre daha zayıf ya da daha iri görünme istekleri cinsiyete göre sınıflandırılarak Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4 incelendiğinde her iki yaş grubunda kızlarda erkeklerin aksine daha zayıf görünmek isteyenlerin oranının daha iri görünmek isteyenlerden fazla olduğu ve özellikle 5 yaş grubu erkek çocuklarda daha iri görünmek isteyenlerin oranının oldukça yüksek olduğu (% 43.5) görülmektedir.

Sağlıklı beden imajı

Araştırma grubunun yaş grubu ve cinsiyete göre sağlıklı beden imajı algılarının dağılımı Tablo 5'te özetlenmiştir.

Tablo 4. Yaş grubu ve cinsiyete göre ideal beden imajı dağılımları.

5 yaş (n=232)		Fark yok	Daha zayıf	Daha iri	Toplam
Kız	n	42	47	28	117
	%	35,9	40.2	23.9	100.0
Erkek	n	38	27	50	115
	%	33,0	23.5	43.5	100.0
Toplam	n	80	74	78	232
	%	34,5	31.9	33.6	100.0
6 yaş (n=118)		Fark yok	Daha zayıf	Daha iri	Toplam
Kız	n	23	18	10	51
	%	45,1	35.3	19.6	100.0
Erkek	n	26	20	21	67
	%	38,8	29.9	31.3	100.0
Toplam	n	49	38	31	118
	%	41,5	32.2	26.3	100.0

Tablo 5. Araştırma grubunun sağlıklı beden imajı algısı dağılımları.

5 yaş (n=232)		Zayıf	Normal	Riskli Kilolu	Obez	Toplam
Kız	n	19	27	37	34	117
	%	16.2	23.1	31.6	29.1	100.0
Erkek	n	19	27	35	34	115
	%	16.5	23.5	30.4	29.6	100.0
Toplam	n	38	54	72	68	232
	%	16.4	23.3	31.0	29.3	100.0
6 yaş (n=118)		Zayıf	Normal	Riskli Kilolu	Obez	Toplam
Kız	n	10	16	16	9	51
	%	19.6	31.4	31.4	17.6	100.0
Erkek	n	17	15	18	17	67
	%	25.4	22.4	26.9	25.4	100.0
Toplam	n	27	31	34	26	118
	%	22.9	26.3	28.8	22.0	100.0

Tablo 5 incelendiğinde 5 yaş grubu çocukların büyük çoğunlukla riskli kilolu ve obez imajı, 6 yaş grubu çocukların ise büyük çoğunlukla riskli kilolu ve normal imajı sağlıklı olarak gösterdikleri görülmektedir.

Sağlıklı beden imajı algısının devamı olarak çocuklara yöneltilen “sağlıklı olmak için ne yapmış olabilir” sorusuna verilen cevaplar Tablo 6’da sunulmuştur. Tablo 6 incelendiğinde çocukların büyük çoğunluğunun “çok yemek yemiş ya da

Tablo 6. Sağlıklı olmak için ne yapmış olabilir sorusuna verilen cevaplar.

Sağlıklı olmak için ne yapmış olabilir?	5 yaş		6 yaş	
	n	%	n	%
Çok yemek yemiş/yemeklerini bitirmiş	90	58.1	48	52.7
Çünkü zayıf	24	15.5	23	25.3
Sağlıklı yiyeceklerden yemiş	10	6.5	9	9.9
Şişman olduğu için sağlıklı/çünkü şişman	9	5.8	6	6.6
Süt içmiş	5	3.2	1	1.1
Spor yapmış	6	3.9	2	2.2
Meyve yemiş	5	3.2	1	0.8
Elini yıkamış	1	0.6	*	*
Dişlerini fırçalamış	1	0,6	1	1,1
Âşık olmuş	1	0.6	*	*
Cevap vermeyen	77	33.2	27	22.9
Toplam	232	100.0	118	100.0

yemeğini bitirmiş” şeklinde cevap verdikleri görülmektedir.

TARTIŞMA

Bu çalışmada okul öncesi dönemde beden imajı algısı ve beden memnuniyetsizliği piktogram yöntemi ile araştırılmıştır. Ayrıca sağlıklı beden imajı algısı da eklenerek bu alandaki çalışmalara yeni bir boyut kazandırılmıştır.

Çalışmada elde edilen boy ve vücut ağırlığı ortalamaları Öztürk ve diğ. (2011) tarafından Türk çocuklar için geliştirilen 0-18 yaş çocuk ve adolesanlarda büyüme eğrileri cetveline göre değerlendirildiğinde, vücut ağırlığı değerlerinin bütün yaş gruplarında ve her iki cinste % 50'lik persentil değerinin altında olduğu, boy ortalamalarının ise yine tüm yaş grupları ve her iki cinste % 50'lik persentil değerinin üzerinde olduğu görülmüştür. Hacettepe Üniversitesi ve Milli Eğitim Bakanlığı tarafından ortak yürütülen *Türkiye'de Okul Çağı Çocuklarında (6-10 Yaş Grubu) Büyümenin İzlenmesi (Toçbi) Projesi Araştırma Raporu'nda* (2011) Türkiye'de 6-10 yaş aralığındaki çocuklarda şişmanlık ve zayıflık görülme sıklığının benzerlik gösterdiği, hafif şişmanlık/ki-

lololu olma durumu ile bodurluk sorunun da önem taşıdığı vurgulanmaktadır. Bu çalışmada 4-6 yaş grubu çocuklarda zayıflık (% 10.8) ve obez olma oranları (% 9.3) birbirine yakın değerler gösterirken, riskli kilolu olanların oranı % 11.5 olarak tespit edilmesi yukarıdaki çalışma sonucu ile benzerlik göstermektedir.

Çocuklarda beden imajı algısının gerçek BKİ'ni temsil etmesi konusunda literatürde birbirinden farklı bulgular dikkat çekmektedir. Bu konudaki ilk çalışmalardan olan Lerner and Gellert'in araştırma sonuçlarına göre (1969), 5 yaşındaki çocuklar kendi beden ölçülerini doğru algılamayı başaramazken diğer çocuklarınkini doğru algıyabilmektedir (Tremblay ve diğ., 2011, s.289'da belirtildiği gibi). Bu bulguyu destekleyen diğer çalışmalarda 4-6 yaş grubunda beden imajı algısının gerçek beden ölçülerini temsil etmediği, bu nedenle cevapların güvenilir olmadığı savunulmaktadır (Holub, 2008; Meers ve diğ., 2011; Musher-Eizenman ve diğ.,2003). Bu çalışmalarda çocukların beden imajı algılarının BKİ'leri ile uyumlu olmamasının nedeni; ölçme aracının bu yaş grubu için uygun olmaması ya da yetişkinlerde olduğu gibi gerçekten farklı görüldükleri-

ne inanmaları olabileceği kaydedilmiştir (Holub, 2008). Tremblay ve diğ. (2011) ise çocuklarda beden imajı algısının hatalı olmasının gerçek beden ölçüleri ile sistematik bir ilişkiye sahip olduğunu, riskli kilolu çocukların büyük çoğunlukla kendi ölçülerini azaltma eğiliminde olduklarını kaydetmişlerdir.

Diğer araştırma sonuçları ise beden imajı algısı ile BKİ'yi arasındaki korelasyonun yaşla birlikte arttığı (Li ve diğ., 2005; Brownell ve diğ., 2010; Brownell ve diğ., 2007) ya da yaşla ilgili olmadan belli koşullar sağlandığında okul öncesi dönemdeki çocukların kendi beden imajları hakkında doğru ve yararlı bilgiler verebildikleri yönündedir (Tremblay ve diğ., 2011). Çalışmamızda elde edilen sonuçlar beden imajı ile BKİ arasındaki uyumun yaşla birlikte arttığı bulgusunu desteklemektedir. Çünkü beden imajı algısı 5 yaşından itibaren BKİ ile istatistiksel olarak anlamlı korelasyona sahiptir ve 6 yaşında uyum oranı giderek artmıştır. Ayrıca erkek çocuklarda korelasyon katsayısı kız çocuklardan yüksek bulunmuştur.

Beden memnuniyetsizliği ile ilgili çalışmalarda ise genellikle kız çocukların erkeklerden daha fazla beden memnuniyetsizliğine sahip oldukları ve daha zayıf görünmek istedikleri kaydedilmiştir (Birbeck ve Drummond, 2006; Lowes ve Tiggemann, 2003; Ricciardelli ve McCabe, 2001; Tremblay ve diğ., 2011). Batı toplumlarında kadın güzelliği ve çekiciliğinin en belirleyici faktörünün zayıflık olarak görüldüğü belirtilmektedir (Harriger ve diğ., 2010). McCabe ve diğ. (2007) tarafından yapılan çalışmada 4 yaş grubu çocukların annelerinin kilo kaygılarını çocuklarıyla konuştuklarını bunun da özellikle kız çocuklarda şişmanlama korkusu ve kilo kontrolünün temel sebeplerinden biri olabileceği tartışılmıştır. Bu çalışmada da kız çocukların erkeklere oranla daha fazla zayıf görünme eğiliminde olmaları batıdaki kadın güzellik kriterlerinin ülkemizde de etkili olmaya başlamasından kaynaklanabilir. Buna karşılık erkekler için belirlenen sosyokültürel dış görünüş kriterleri zayıflıktan ziyade kaslı bir görünümdür (Smolak ve diğ., 2001; Thomp-

son ve diğ., 1999). Çocukların 5 yaşından itibaren diğer çocuklar hakkında beden imajıyla ilgili kalıplaşmış düşüncelere sahip oldukları; normal ya da kaslı çocukların daha mutlu, zeki, güçlü ve popüler bulunduğu kaydedilmiştir (Hendy ve diğ., 2001, s.557'de belirtildiği gibi). Li ve diğ. nin (2005) çalışmasında 6 yaş grubu erkek çocukların kızlara göre daha iri görünmek istedikleri, ancak Çin'li çocukların gelişmiş ülkelerdeki yaşlıları kadar çok beden memnuniyetsizliği göstermedikleri ifade edilmiştir. Bunun sebebi olarak farklı kültürel geçmişe sahip olmanın çocukların beden imajı algılarını etkileyebileceği belirtilmiştir. Bu çalışmada da erkek çocuklar olduğundan iri görünmek istemektedir. Bu isteğin erkek çocukların hem kız hem erkek arkadaşları içinde daha popüler ve güçlü görünme isteğiyle ilgili olabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmada önceki çalışmalardan farklı olarak beden imajı ve beden memnuniyetsizliğinin yanında sağlıklı beden imajı algısı belirlenmeye çalışılmıştır.

Literatürde beden ölçüleriyle ilgili kalıplaşmış düşüncelerin ailenin, öğretmenlerin ve medyanın etkisiyle okul öncesi dönemde başlayıp ve genellikle şişmanlığa karşı olumsuz fikirler şeklinde oluştuğu yönündedir (Birbeck ve Drummond, 2006; Cramer ve Steinwert, 1998; Crandall, 1994; Ricciardelli ve McCabe, 2001). Ancak bu çalışmada çocukların riskli kilolu ve obez figürleri sağlıklı olarak gösterme eğiliminin yüksek oluşu çocuklarda sağlıklı olanın kilolu olduğuna dair kalıplaşmış bir düşünce oluşması ihtimalini göstermektedir. Bu düşünce tarzının oluşmasında anneler başta olmak üzere ailelerin etkisinden söz edilebilir. Annelerin algısının çocuklarda beden imajı algısını etkilediği yönünde sonuçlar bulunmaktadır (Killion, 2003; Beatty, 2004). Ülkemizde de genellikle yemek yemekte güçlük çıkaran çocuklar için annelerin kullandıkları "yemeğini bitirmezsen büyüyemezsin", "yemeğini yemezsen hastalanırsın" şeklindeki ifadelerin çocuklarda sağlıklı beden imajı algısını etkilemiş olabileceği kanaatine varılmıştır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak okul öncesi dönemde beden imajı algısı ile BKİ 5 yaşından itibaren istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde uyumludur ve yaş arttıkça korelasyon artmaktadır. Kız çocuklar kendilerini daha zayıf görme eğilimindedir ve olduğundan zayıf görünmek istemektedir. Her iki yaş grubunda da riskli kilolu figür çoğunlukla sağlıklı beden imajı olarak gösterilmiştir. Aile ve öğretmenlerin desteği ile çocuklarda sağlıklı beden imajı algısının doğru bir şekilde yerleştirilmesi önem arz etmektedir. Obezite, anoreksiya gibi sağlık sorunları oluşmadan, sağlıklı beslenme ve düzenli fiziksel aktivite yoluyla sağlıklı beden imajına ulaşılabileceği fikri çocuklarda oluşturulmalıdır.

Bu çalışmanın temel sınırlılıklarından biri piktoqram çalışmasının bu yaş grubundaki zamana göre değişmezlik ölçütünün test-tekrar test tek-

niği ile sınırlanmamış olmasıdır. Diğer bir sınırlılık, Türk çocuklar için geliştirilmiş ulusal bir büyüme cetveline ulaşılamadığından BKİ'nin değerlendirilmesinde uluslararası literatürde kabul gören Amerika Birleşik Devletleri Ulusal Büyüme cetvelinin (CDC 2000, 2002) kullanılmış olmasıdır. Okul öncesi dönemde beden imajı ile ilgili yapılacak sonraki çalışmalarda beden imajı ile fiziksel aktivite düzeyi, kendine güven, yeme alışkanlıkları ilişkilendirilebilir.

Yazışma Adresi (Corresponding Address):

Dr. Fatma İ. KERKEZ

İnönü Üniversitesi

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Malatya

E mail: fatma.kerkez@inonu.edu.tr

Tel:422 3411109-111

Fax:422 3411153

KAYNAKLAR

- Ambrosi-Randić N.** (2000). Perception of current and ideal body size in preschool age children. *Perceptual and Motor Skills*, 90, 885-889.
- Ambrosi-Randić N, Tokuda K.** (2004). Perceptions of body image among Japanese and Croatian children of preschool age. *Perceptual and Motor Skills*, 98, 473-478.
- Beatty FB.** (2004). The influence of African American mothers' perceptions of weight and body image on children's weight and body image. Doctor of Philosophy, Walden University, UMI Number: 3355012.
- Bhuiyan AR, Gustat J, Srinivasan SR, Berenson GS.** (2003). Differences in Body Shape Representations among Young Adults from a Biracial (Black- White), Semirural Community. *American Journal of Epidemiology*, 158 (8), 792-797.
- Birbeck D, Drummond M.** (2006). Very young children's body image: bodies and minds under construction. *International Education Journal*, 2006, 7(4), 423-434.
- Brace N, Kemp R, Snelgar R.** (2003). *SPSS for Psychologists*. (2nd Edition) Palgrave MacMillan.
- Brownell CA, Nichols SR, Zerwas S, Ramani G.** (2010). The head bone's connected to the neck bone: When do toddlers represent their own body topography? *Child Development*, 81, 797-810.
- Brownell CA, Zerwas S, Ramani GB.** (2007). "So big": The development of body self-awareness in toddlers. *Child Development*, 78, 1426-1440.
- Centers for Disease Control and Prevention** (2002). 2000 CDC Growth Charts for the United States: Methods and Development. Series 11, Number 246, Hyattsville, Maryland.
- Collins ME.** (1991). Body figure perceptions and preferences among preadolescent children. *International Journal of Eating Disorders*, 10, 199-208.
- Cramer P, Steinwert T.** (1998). Thin is good, fat is bad: how early does it begin? *Journal of Applied Developmental Psychology*, 19, 429-451.
- Crandall C.** (1994). Prejudice against fat people ideology and self-interest. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 882-894.
- Ericson SJ, Gerstle M.** (2007). Investigation of ethnic differences in body image between Hispanic/biethnic-Hispanic and non-Hispanic White preadolescent girls. *Body Image*, 4, 69-78.
- Field AE, Franko DL, Striegel-Moore RH, Schreiber GB, Crawford PB, Daniels SR.** (2004). Race differences in accuracy of self-reported childhood body size among white and black women. *Obesity Research*, 12 (7), 1136-1144.
- Furnham A, Badmin N, Sneade I.** (2002). Body image dissatisfaction: Gender differences in eating attitudes, self-esteem, and reasons for exercise. *Journal of Psychology*, 136, 581-596.
- Harriger JA, Calogero RM, Witherington DC, Smith JE.** (2010). Body size stereotyping and internalization

- of the thin ideal in preschool girls. *Sex Roles*, 63, 609-620.
17. **Hendy HM, Gustitus C, Leitzel-Schwalm J.** (2001). Social Cognitive Predictors of Body Image in Preschool Children. *Sex Roles*, 44 (9/10), 557-569.
 18. **Holub SC.** (2008). Individual differences in the anti-fat attitudes of preschool-children: The importance of perceived body size. *Body Image*, 5, 317-321.
 19. **Killion L.** (2003). The relation between maternal perceptions of body image and actual body mass index of preschool children. Doctor of Education, University of Houston, UMI Number: 3081495.
 20. **Kutlu B.** (2009). Beden İmajının Gelişimi ve Sağlıklı Beden Ağırılığının Korunmasında Yemeyle İlgili Tutumlar, Temel İnançlar ve Ebeveynle Bağlanmanın Rolü. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
 21. **Li Y, Hu X, Ma W, Wu J, Ma G.** (2005). Body image perceptions among Chinese children and adolescents. *Body Image*, 2, 91-103.
 22. **Lowes J, Tiggemann M.** (2003). Body dissatisfaction, dieting awareness and the impact of parental influence in young children. *British Journal of Health Psychology*, 8, 135-147.
 23. **Mahajan AY.** (2009). Comparing self and others' perceptions of adolescent girls' body size using figural stimuli and 3D body scans. Master of Thesis, Auburn University.
 24. **McCabe MP, Ricciardelli LA, Stanford J, Holt K, Keegan S, Miller L.** (2007). Where is all the pressure coming from? Messages from mothers and teachers about preschool children's appearance, diet, and exercise. *European Eating Disorders Review*, 15, 221-230.
 25. **Meers MR, Koball AM, Oehlhof MW, Laurene KR, Musher-Eizenman DR.** (2011). Assessing anti-fat bias in preschoolers: A comparison of a computer generated line-drawn figure array and photographic figure array. *Body Image*, 8, 293- 296.
 26. **Musher-Eizenman DR, Holub SC, Edwards-Leeper L, Persson AV, Goldstein SE.** (2003). The narrow range of acceptable body types of preschoolers and their mothers. *Applied Developmental Psychology*, 24, 259-272.
 27. **Musher-Eizenman DR, Holub SC, Barnhart MA, Goldstein SE, Edwards-Leeper L.** (2004). Body Size Stigmatization in Preschool Children: The Role of Control Attributions. *Journal of Pediatric Psychology*, 29 (8), 613-620.
 28. **Öztürk A, Borlu A, Çiçek B, Altunay C, Ünalın D, Horoz D, ve diğ.** (2011). 0-18 yaş çocuk ve adolesanlarda büyüme eğrileri. *Türk Aile Hekimliği Dergisi*, 15 (3),112-129.
 29. **Patel KA, Gray JJ.** (2001). Judgement accuracy in body preferences among African Americans. *Sex Roles*, 44 (3/4), 227-235.
 30. **Pesa JA, Syre TR, Jones E.** (2000). Psychosocial differences associated with body weight among female adolescent: The importance of body image. *Journal of Adolescent Health*, 26, 330-337.
 31. **Ricciardelli LA ve McCabe MP.** (2001). Children's body image concerns and eating disturbance: a review of the literature. *Clinical Psychology Review*, 21(3), 325-344.
 32. **Rich SS, Essery EV, Sanborn CF, DiMarco NM, Morales LK, LeClere SM.** (2008). Predictors of body size stigmatization in hispanic preschool children. *Obesity*, 16 (2), 11-17.
 33. **Robinson TN, Chang JY, Haydel KF, Killen JD.** (2001). Overweight concerns and body dissatisfaction among third-grade children: The impacts of ethnicity and socioeconomic status. *Journal of Pediatrics*, 138, 181-187.
 34. **Sands R, Tricker J, Sherman C, Armatas C & Maschette W.** (1997). Disordered eating patterns, body image, self-esteem, and physical activity in preadolescent school children. *International Journal of Eating Disorders*, 21, 159-166.
 35. **Sivert SS ve Sinanovic O.** (2008). Body dissatisfaction- Is age a factor? *Philosophy, Sociology, Psychology and History*, 7 (1), 55-61.
 36. **Smolak L.** (2004). Body image in children and adolescents: where do we go from here? *Body Image*, 1, 15-28.
 37. **Thelen MH, Powell, AL, Lawrence C, Kuhnert ME.** (1992). Eating and body image concerns among children. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21, 41-46.
 38. **Thompson JK.** (1990). Body image disturbance. New York: Pergamon Press.
 39. **Tiggemann M, Pennington B.** (1990). The development of gender differences in body-size dissatisfaction. *Australian Psychologist*, 25 (3), 306-313.
 40. **Tremblay L, Lovsin T, Zecevic C, Lariviere M.** (2011). Perceptions of self in 3-5-year-old children: A preliminary investigation into the early emergence of body dissatisfaction. *Body Image*, 8, 287- 292.
 41. **Türkiye'de Okul Çağı Çocuklarında (6-10 Yaş Grubu) Büyümenin İzlenmesi (Toçbi) Projesi Araştırma Raporu.** (2011) Sağlık Bakanlığı Yayın No: 834, 1. Basım, Ankara.
 42. **Wood KC, Becker JA, Thompson JK.** (1996). Body image dissatisfaction in preadolescent children. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 17(1), 85-100.
 43. **Young-Hyman D, Schlundt DG, Herman-Wenderoth L, Bozylinski K.** (2003). Obesity, appearance and psychosocial adaptation in young African American children. *Journal of Pediatric Psychology*, 28 (7), 463-472.