

İlkokul Dördüncü Sınıf Öğrencilerinin Beslenme Davranışları ve Yeme Bozukluklarına İlişkin Öğretmen, Öğrenci ve Veli Görüşleri


Özge ŞEN¹,

¹Ministry of National Education, Turkey, ozgedeniz2711@gmail.com

 ORCID ID: 0009-0008-9232-8797

Barış ÇETİN²,

²Doç.Dr., Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Temel Eğitim Bölümü, Sınıf Eğitimi Anabilim Dalı, bceitin@comu.edu.tr

 ORCID ID: 0000-0003-4416-8000

Makale Türü/Article Type
Araştırma Makalesi

IJPES

2026

Volume 7, No 1

Sayfa/ Pages: 1-8

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/ijpes>

Makale Bilgisi/Article Info:

Geliş/Received :10.11.2025

Kabul/Accepted :06.04.2026

e-Yayın/e-Printed:24.04.2026

DOI: 10.59062/ijpes.1821054

ÖZ

Bu çalışmada, dördüncü sınıf öğrencilerinin beslenme davranışları ve yeme bozukluklarına ilişkin öğretmen, öğrenci ve veli görüşlerinin ortaya konulması hedeflenmiştir. Çalışmada, nitel araştırma yöntemlerinden biri olan durum çalışması deseni kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, İstanbul ili Sultangazi ve Avclar ilçelerinde Millî Eğitim Bakanlığına bağlı bir devlet ilkokulunda görev yapan, uygun örnekleme tekniğiyle seçilmiş 18 dördüncü sınıf öğretmeni; 20 öğrenci ve veli oluşturmaktadır. Araştırmada veriler, ilkokul dördüncü sınıf öğretmenleri, öğrencileri ve velilerinin öğrencilerin beslenme davranışları ile yeme bozukluklarına ilişkin görüşlerini ortaya koymak amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilen üç ayrı yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığıyla toplanmış; verilerin analizi, içerik analizi yöntemi aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar, beslenmeye ilişkin bilgilerin en çok televizyon, internet, sosyal medya ve diyetisyenlerden edinildiğini belirtmiştir. Öğretmenler, öğrencilerin çoğunlukla evden yemek getirdiklerini ifade ederken; öğrenciler en sık tükettikleri yiyecek olarak tosttan söz etmiştir. Veliler ise çocuklarının daha çok restoran yemeklerini tercih ettiklerini vurgulamıştır. Ayrıca, öğretmen, öğrenci ve veli öğrencilerin içecek tercihlerinde ayran ve meyve suyunun öne çıktığını, gazlı içeceklerin ise en az tüketilen içecekler olduğunu belirtmiştir.

Anahtar Kelimeler: Beslenme davranışları, yeme bozukluğu, öğrenci, ilkokul

Nutritional Behaviours of the Fourth-Grade Students in Primary School and Teacher, Student and Parent Views on Eating Disorders

ABSTRACT

This study aims to reveal the views of teachers, students, and parents regarding the nutritional behaviors and eating disorders of fourth-grade students. In this study, a case study, a qualitative research method, was applied. The study group consisted of 18 fourth-grade teachers from public primary schools affiliated with the Ministry of National Education in the Sultangazi and Avclar districts of Istanbul, as well as 20 students and their parents, selected via convenience sampling. In the study, data were collected using three separate semi-structured interview tools developed by the researchers to elicit the views of fourth-grade elementary school teachers, students, and parents regarding students' eating behaviors and eating disorders; data analysis was conducted using content analysis. The participants indicated that nutrition information is mostly obtained from television, the internet, social media, and dieticians. Teachers stated that students mostly brought food from home, while students mentioned toast as the food they consumed most frequently. Parents, on the other hand, emphasized that the children mostly prefer restaurant meals. Additionally, the teachers, students, and parents stated that ayran and fruit juice were the most preferred beverages among students, while carbonated drinks were the least consumed.

Keywords: Nutritional behaviours, eating disorder, student, primary school

Atf için: Şen, Ö. & Çetin, B. (2026). İlkokul dördüncü sınıf öğrencilerinin beslenme davranışları ve yeme bozukluklarına ilişkin öğretmen, öğrenci ve veli görüşleri. *Uluslararası Temel Eğitim Çalışmaları Dergisi*, 7(1), 1-8.

Etik Kurul İzin Bilgileri: Araştırma, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Etik Kurulu tarafından etik açıdan incelenmiş ve 30.10.2024 tarih ve 01/01 sayılı kararla etik açıdan uygun bulunmuştur.



This is an open access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution and reproduction in any medium, provided the original authors and source are credited.

1. GİRİŞ

Beslenme, insan sağlığı ve gelişiminin temel destekleyicisidir. Yeterli besin alımı kas sağlığını, bağışıklık sistemini ve üreme süreçlerini güçlendirirken; kronik hastalık riskini azaltır, yaşam süresini uzatır ve öğrenme ile üretkenliği artırır (Moini ve Ferdowsi, 2025). Obezite ve aşırı kilo, tip 2 diyabet, hipertansiyon, kardiyovasküler hastalıklar, inme ve belirli kanser türleri gibi kronik hastalıkların gelişiminde temel risk faktörleri arasında yer almaktadır. Bunun yanı sıra, çocukluk çağında obezite yaşayan bireylerin yetişkinlikte de obez olma eğilimleri yüksektir ve bu eğilim, kardiyovasküler hastalık riskini daha da artırmaktadır (Naidu vd., 2013). Sağlıklı ve dengeli bir beslenme, vücudun yakıt olarak kullandığı besin öğelerini sağlar. Üretilen enerji kalp atışını destekler; genellikle beyin aktif kalır, kaslar doğru şekilde çalışır, kemikler ve diğer vücut dokuları inşa edilip güçlendirilir. Vücudun enerji için ihtiyaç duyduğu üç temel besin öğesi karbonhidratlar, lipitler (yağlar) ve proteinlerdir (Moini ve Ferdowsi, 2025).

Nyaradi vd., (2013) derleme çalışması, beslenmenin nörobilişsel gelişimdeki rolünü oldukça geniş bir zaman dilimi içinde ele almıştır. Araştırma, doğum öncesinden başlayarak çocukluk dönemine kadar uzanan süreçte beslenmenin önemini ortaya koymuş; emzirme ve düzenli kahvaltının olumlu etkilerini öne çıkarırken, yetersiz beslenmenin çocukların bilişsel gelişimini olumsuz yönde etkileyebileceğini belirtmiştir. Literatürde, bireylerin beslenme davranışlarının şekillenmeye başladığı kritik dönemin bebeklik yılları olduğu vurgulanmaktadır. Bir çocuğun yeme davranışı hem biyolojik temellerden hem de çevresel faktörlerden etkilenir. Gıdalara maruz kalma sıklığı ve ebeveynlerin farklı beslenme yaklaşımları bu davranışların gelişiminde belirleyici rol oynar (Birch ve Fisher, 1998, akt. Roy vd., 2020). Ebeveynlerin beslenme biçimleri ve çocuklarını besleme yaklaşımları, çocukların yeme davranışlarını ve besin tercihlerini şekillendiren temel belirleyiciler arasında yer almaktadır (Ulker vd., 2025). Ebeveynlerin yiyecek konusundaki iletişim tarzlarının çocukların beslenme davranışları üzerinde etkili olduğu görülmektedir. Çocuk merkezli iletişim biçimleri olumlu beslenme alışkanlıklarını desteklerken, diyet odaklı söylemlerin çocuklarda daha olumsuz beslenme sonuçlarıyla ilişkili olduğu saptanmıştır (Norton vd., 2021).

Çocuklarda görülen bozuk yeme davranışları, kısa sürede ilerleme eğilimi göstermeleri nedeniyle kaygı vericidir. Bu tür davranışlar yalnızca fiziksel büyümeyi değil, aynı zamanda bilişsel, sosyal ve psikolojik gelişim süreçlerini de olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Bould vd., 2017). Yeme bozuklukları; yeme alışkanlıkları ya da kilo kontrolüne ilişkin anormal davranışlarla tanımlanan, çok boyutlu ve ciddi sağlık sorunlarıdır. Bu bozukluklar, yalnızca fiziksel sağlığı değil, aynı zamanda bireyin psikososyal işlevselliğini de derinden etkileyerek yaşamı tehdit edici boyutlara ulaşabilir (Treasure vd., 2020). Lindvall Dahlgren vd., (2017)'nin belirttiği üzere, yeme bozuklukları yaş, cinsiyet ve coğrafi konumdan bağımsız olarak bireyleri etkileyebilmektedir. Bununla birlikte, ergenlik döneminde yetişkinlere kıyasla daha belirgin cinsiyet farklılıkları ortaya çıkmaktadır.

Yeme bozuklukları, kardiyovasküler rahatsızlıklar gibi fiziksel sonuçların yanı sıra depresyon ve intihar gibi uzun süreli psikolojik ve davranışsal komplikasyonlarla ilişkilendirilen önemli bir halk sağlığı problemidir (Herpertz-Dahlmann, 2015). Yeme bozuklukları; hastalık, stres veya kişisel nedenlerle ortaya çıkan yeme alışkanlığı değişiklikleridir. Bu durumlar vücut ağırlığı ve beslenme üzerinde olumsuz etkiler yaratır. Obezite en yaygın yeme bozukluğu olmakla birlikte anoreksiya nervoza, bulimia nervoza ve tıknırçasına yeme bozukluğu da önemli klinik tablolarıdır (Moini ve Ferdowsi, 2025). Çocukluk obezitesi, dengesiz beslenme, fiziksel aktivite yetersizliği ve aşırı ekran kullanımıyla bağlantılı önemli bir halk sağlığı problemidir. Bu riskli yaşam tarzı örüntüleri genellikle yetişkinlikte de devam ederek obezitenin kronikleşmesine yol açmaktadır (Moradell vd., 2023, akt. Ulker vd., 2025).

Yeme bozuklukları, yaşam kalitesinde düşüşe, psiko-sosyal işlevsellikte zayıflamaya ve hem ruhsal hem de bedensel iyilik halinin olumsuz etkilenmesine yol açan ciddi ruh sağlığı sorunları arasında yer almaktadır (Bamford ve Sly, 2009). Yeme bozuklukları, bireyin hem fiziksel hem de ruhsal sağlığını olumsuz etkileyen patolojik yeme davranışları olarak tanımlanmakta olup; cinsiyet, yaş, ırk, etnik köken, beden yapısı ve sosyoekonomik statü fark etmeksizin tüm gruplarda görülebilmektedir (Arcelus vd., 2014).

Çocukların besin tercihleri, yeme davranışları tarafından şekillendirilmektedir. Özellikle sağlıksız gıdalara erken yaşta maruz kalmak, ultra-işlenmiş gıdalara yönelik eğilimi güçlendirerek uzun vadede sağlıksız beslenme alışkanlıklarının yerleşmesine zemin hazırlamaktadır (Yeum vd., 2025). Yeme davranışlarının erken çocukluk döneminde şekillendiği dikkate alındığında, aile ortamı sağlıklı beslenme alışkanlıklarının geliştirilmesi ve yeme bozukluğu riskinin azaltılması açısından en uygun bağlam olarak görülmektedir (Norton vd., 2021). Çocukluk ve ergenlik döneminde görülen kilo artışının hem ebeveynlerde hem de çocuklarda yeme bozuklukları, yeme ve kilo odaklı ebeveynlik tutumları ve besleme uygulamalarıyla ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Lydecker vd., 2022).

Çocukluk, bireylerin hem bedensel hem de zihinsel gelişimlerinin hız kazandığı ve sağlıklı beslenme alışkanlıklarının temellerinin atıldığı bir dönemdir. İlkokul yılları, bu alışkanlıkların kalıcı hale gelmesi açısından kritik öneme sahiptir. Bu dönemde kazanılan beslenme alışkanlıkları, bireyin ileriki yaşlardaki sağlık durumunu doğrudan etkilemektedir. Özellikle ilkökul dördüncü sınıf öğrencileri, büyüme ve gelişmenin hızlı olduğu, aynı zamanda çevresel ve sosyal etkilerin belirgin biçimde hissedildiği bir yaş grubudur. Bu süreçte sağlıksız beslenme alışkanlıkları, dengesiz diyetler veya yanlış yönlendirmeler, yeme bozukluklarının ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilmektedir. Bu süreçte öğretmenler, öğrencilerin beslenme davranışlarını yönlendirmede aileler kadar belirleyici bir rol üstlenebilir. Öte yandan, ev ortamında anne ve babaların da bu hassas konuda özen göstermeleri gerekmektedir. Gün içerisinde çocukların vakitlerinin büyük bir bölümü okulda geçtiği için beslenme saatlerinde kantin kullanımı, yemek bitirme süreleri ve gıda tercihleri önemli etkenler arasındadır. Bu durum okuldaki akademik başarıyı önemli ölçüde etkilemektedir. Dolayısıyla, bu yaş

grubundaki çocukların beslenme davranışlarının incelenmesi ve olası risk faktörlerinin belirlenmesi hem bireysel hem de toplumsal sağlık açısından büyük önem taşımaktadır.

Öğrencilerin beslenme alışkanlıkları; enerji düzeyleri, öğrenme kapasiteleri, genel sağlık durumları ve gelişim süreçleri üzerinde doğrudan etkiye sahiptir. Sağlıksız beslenme biçimleri, yalnızca günlük performansı değil, aynı zamanda yeme bozuklukları gibi daha ciddi sağlık sorunlarının ortaya çıkmasına da zemin hazırlamaktadır. Bu nedenle, çocukların yanı sıra öğretmenler ve velilerin farkındalık düzeyi, beslenme davranışlarının şekillenmesinde kritik bir rol oynamaktadır.

İlkokul öğrencilerinin beslenme davranışları ve yeme bozuklukları üzerine yapılan çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Literatürdeki mevcut araştırmaların çoğu, daha çok yetişkin gruplara odaklanmıştır. İlkokul çağındaki öğrenciler, beslenme sorumluluğunu tek başlarına üstlenebilecek yeterlilikte değildir. Bu nedenle gerçekleştirilen bu çalışma, özellikle öğretmenler ve velilerin bilinçlenmesi açısından önemli bir katkı sunmaktadır. Ayrıca, elde edilen bulguların öğrencilerde de beslenme konusunda farkındalık oluşturacağı öngörülmektedir.

Beslenme davranışları çok sayıda değişkenin etkisi altında şekillenmekte olup, özellikle son yıllarda bu konu daha da önem kazanmıştır. Teknolojinin günlük yaşama yoğun biçimde girmesi, hareketsiz yaşam tarzlarının yaygınlaşması, çocukların pandemi sürecini deneyimlemiş olmaları ve tüketilen besinlerin güvenilirliğine dair endişeler, beslenmenin kritik rolünü ortaya koymaktadır. Çocukların sağlıklı gelişimlerini desteklemek için kahvaltı alışkanlığının kazandırılması, öğün atlamalarının engellenmesi ve beslenme bilgisi ile davranış arasındaki uyumun sağlanması önem arz etmektedir. Bu araştırma, ilkokul dördüncü sınıf öğrencilerinin beslenme konusunda bilinçlenmesine önemli katkılar sunmakta ve ileride yapılacak çalışmalara yön verecek niteliktedir. Elde edilen bulguların, öğretmenler, öğrenciler ve veliler için beslenme alışkanlıkları konusunda farkındalık yaratacağı ve sağlıklı beslenme bilincini geliştireceği öngörülmektedir. Çalışmada, ilkokul dördüncü sınıf öğrencileri, veliler ve öğretmenlerin beslenme davranışları ve yeme bozukluklarına yönelik görüşlerinin belirlenmesi hedeflenmiştir. Araştırmanın amacı çerçevesinde aşağıdaki sorulara yanıt bulunmaya çalışılmıştır.

- 1) İlkokul dördüncü sınıf öğretmenlerinin, öğrencilerinin ve velilerinin, öğrencilerin beslenmesine dair bilgi edinmede başvurdukları kaynaklara ilişkin görüşleri nelerdir?
- 2) İlkokul dördüncü sınıf öğretmenleri, öğrenciler ve veliler, öğrencilerin beslenme tercihleri konusuna ilişkin görüşleri nelerdir?
- 3) İlkokul dördüncü sınıf öğretmenleri, öğrenciler ve veliler, öğrencilerin içecek tercihleri hakkında görüşleri nelerdir?

2. YÖNTEM

Bu çalışmada, ilkokul dördüncü sınıf öğrencilerinin beslenme davranışları ve yeme bozukluklarına ilişkin öğretmen, öğrenci ve veli görüşlerini incelemek amacıyla nitel araştırma desenlerinden ‘durum çalışması’ kullanılmıştır. Durum çalışması, tek bir birey ya da sosyal birimin ayrıntılı incelenmesine dayalı bir araştırma yöntemidir. Araştırmacılar bu yöntemle kapsamlı betimleyici veriler toplar, olgular arasındaki ilişkileri ve zaman içindeki değişimleri analiz ederek incelenen varlığın tarihsel ve bağlamsal özelliklerini anlamaya çalışırlar (Polit ve Beck, 2012).

2.1. Çalışma Grubu

Araştırmada, 2024-2025 eğitim-öğretim yılı güz döneminde İstanbul ili Sultangazi ve Avcılar ilçelerindeki resmi ilkokullarında görev yapan 18 dördüncü sınıf öğretmeni (5 erkek, 13 kadın), 20 öğrenci (11 kız, 9 erkek) ve 20 veli (19 kadın, 1 erkek) oluşturmuştur. Çalışma grubunun oluşturulmasında uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır.

2.2. Veri Toplama Araçları

2.2.1. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu (YYGF):

İlkokul dördüncü sınıf öğretmenleri, öğrencileri ve velilerinin beslenme davranışları ile yeme bozukluklarına ilişkin görüşlerini belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından üç ayrı YYGF geliştirilmiştir. Formlarda yer alan sorular içerik bakımından aynı olmakla birlikte, ifadeler katılımcı gruplarına uygun şekilde düzenlenmiştir. YYGF’da bulunan sorularla ilgili şu örnekler verilebilir: Çocuklar için örnek sorular, “Günde kaç öğün yemek yersiniz?, Günlük ne kadar su tüketirsiniz?; Veliler için, “Çocuğunuz bir günde kaç ana öğün yemek yer?, Çocuğunuz günlük ne kadar su tüketir?; Öğretmenler için, “Öğrencileriniz bir günde kaç ana öğün yemek yer?, Öğrencilerin günlük su tüketimi yeterli miktarda mıdır?.

2.2.2. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formunun Geçerliliği ve Güvenirliği

Nitel geçerlilik, araştırmacının elde ettiği bulguların gerçeği ne ölçüde yansıttığını göstermek için sistematik kontrol adımlarını devreye sokmasıdır. Buna karşılık nitel güvenilirlik, kullanılan yöntemlerin ve araştırmacının yaklaşımının, farklı kişiler veya farklı araştırma ortamlarında tekrarlandığında benzer sonuçlar verebilme derecesini ifade eder (Gibbs, 2007; Creswell, 2014, akt. Rose ve Johnson, 2020).

Geçerlilik, araştırma sonuçlarının sağlam temellere dayanıp dayanmadığını ve ölçme aracının amacına uygunluğu derecesini ifade eder (Polit ve Beck, 2012). Bu çalışmada geçerlik ve güvenirliliği sağlamak amacıyla çeşitli stratejiler uygulanmıştır. İç geçerlilik için uzman görüşlerinden yararlanılmış, derinlemesine veri toplama teknikleri kullanılmış ve katılımcılarla uzun süreli etkileşim kurulmuştur. Dış

geçerlilik yerine ise ayrıntılı betimleme yöntemleri tercih edilmiştir. İç geçerlilik, tutarlılık incelemesiyle; dış geçerlilik ise teyit incelemesiyle desteklenmiştir (Erlanson vd., 1993, akt. Yıldırım ve Şimşek, 2021; Guba ve Lincoln, 1989, akt. Morse, 2015).

Araştırmanın iç geçerliliğini artırmak amacıyla, elde edilen veriler alan uzmanlarının değerlendirmesine sunulmuş; bu süreçte uzmanlar, araştırmacıya veri toplama ve analiz aşamalarında yol gösterici geri bildirimler sağlamıştır (Guba ve Lincoln, 1989, akt. Morse, 2015). Çalışmada, araştırmacı sonuçları düzenli biçimde karşılaştırıp değerlendirmiş; aynı zamanda veri kaynaklarıyla kurduğu etkileşim sayesinde derinlik odaklı veri toplama yaklaşımını benimsemiştir (Yıldırım ve Şimşek, 2021). Bir çalışmada yapılan çıkarımların doğruluk derecesi ve bu çıkarımların güvenilir temellere dayanıp dayanmadığı, iç geçerliliğin temelini oluşturmaktadır (Polit ve Beck, 2012). Araştırmada dış geçerlilik, ham verilerin belirlenen kavram ve temalara göre yeniden yapılandırılmasıyla güvence altına alınmıştır. Bu bağlamda, araştırmacılar tarafından doğrudan alıntılar sık kullanılan bir yöntem olmuştur (Guba ve Lincoln, 1989, akt. Morse, 2015; Yıldırım ve Şimşek, 2021).

Güvenirlik, bir çalışmada elde edilen bilgilerin doğruluğunu ve tutarlılığını ifade eder (Polit ve Beck, 2012). Nitel araştırmalarda güvenilirlik, seçilen yöntemlerin uygunluğu ve bunların uygulanış biçimi üzerinden araştırmanın sağlamlığını değerlendirmeye yöneliktir. Aynı zamanda, metodolojik sürecin içsel tutarlılığının denetlenmesini de zorunlu kılar (Miles vd., 2014, akt. Rose ve Johnson, 2020). Araştırmada dış geçerlilik, araştırmacıların araştırma alanına ve veri kaynaklarına belirli bir mesafeden yaklaşımları ve olguları tarafsız bir biçimde sunmalarıyla güvence altına alınmıştır (Yıldırım ve Şimşek, 2021).

Araştırmada iç geçerlilik, araştırmacı ve bir alan uzmanının bağımsız biçimde yürüttükleri kodlama ve tematik sınıflandırmaların karşılaştırılmasıyla test edilmiştir. Bunun yanı sıra güvenilirlik, adım adım çoğaltma ve denetim izi uygulamalarıyla güvence altına alınmıştır (Guba ve Lincoln, 1989, akt. Morse, 2015). Araştırmada veri toplama aracının güvenilirliği, kodlayıcılar arası uyumun ölçülmesiyle test edilmiştir. Bu amaçla Miles ve Huberman'ın (1994) önerdiği "Görüş Birliği / (Görüş Birliği + Görüş Ayrılığı) x 100" formülü kullanılmış ve elde edilen sonuçlara göre güvenilirlik oranı %80 olarak saptanmıştır (Miles ve Huberman, 1994).

2.3. Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırmacılar, veri toplama sürecine başlamadan önce İstanbul Valiliği ve İstanbul İl Millî Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli izinleri almıştır. Araştırmanın verileri, 2024-2025 güz döneminde İstanbul ili Avcılar ve Sultangazi ilçelerindeki resmi ilkokullarda görev yapan dördüncü sınıf öğretmenleri, öğrenciler ve velilerden YYGK kullanılarak toplanmıştır.

Veri toplama sürecinde araştırmacılar, seçilen okullara giderek okul müdürlerinin yönlendirmesi aracılığıyla öğretmenlere ulaşmıştır. Araştırmada belirlenen ölçütler çerçevesinde ilk aşamada öğretmenler seçilmiş, ardından öğretmenlerle yapılan görüşmeler aracılığıyla öğrenciler ve veliler uygunluk kriterlerine göre çalışmaya dahil edilmiştir. Görüşme yapılacak öğretmenlere, öğrencilere ve velilere araştırmanın amacı net bir biçimde aktarılmıştır. Öğretmenler ve velilerden araştırmaya katılım onayları 'Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Metni' aracılığıyla alınmıştır. On sekiz yaşın altındaki öğrenciler için ise velilerden 'Veli Onam Formu' imzalanarak izin sağlanmıştır. Araştırma sürecinde katılımcılara, kişisel bilgilerinin gizli tutulacağı ve katılımın tamamen gönüllülük esasına dayandığı konusunda bilgilendirme yapılmıştır. Görüşmeler öğretmenler odasında yüz yüze yapılmış olup, her bir görüşme ortalama 20-25 dakika sürmüştür. Her bir sınıf öğretmeni için 'ÖG1-ÖG18', öğrenciler için 'Ö1-Ö20' ve veliler için 'V1-V20' kodları kullanılarak adlandırma yapılmış ve ilgili belgeler bu doğrultuda dosyalanmıştır.

Çalışmada elde edilen verilerin değerlendirilmesinde, nitel araştırmalarda sıklıkla başvurulan içerik analizi yöntemi tercih edilmiştir. Mayring'e (2004) göre içerik analizi, geniş kapsamlı materyalin yoğunlaştırılarak daha anlaşılır bir metne dönüştürülmesinde kullanılmaktadır. İçerik analizinin yapılandırılması, materyalin belirli özelliklerinin seçilerek önceden tanımlanmış ölçütler doğrultusunda sınıflandırılmasını veya bu ölçütlere göre değerlendirilmesini hedefler. Bu yöntem, materyalin belirli boyutlarını sınırlandırarak, onu sistematik kriterler doğrultusunda incelemeyi hedefler. Veri analizi sürecinde elde edilen veriler öncelikle Microsoft Word ortamına aktarılmış, ardından kodlama yapılarak temalar oluşturulmuştur. Belirlenen kod ve temalar tablolaştırılmış, katılımcı görüşlerinin sayısına göre frekansları belirtilmiş ve araştırmanın amacına uygun kategoriler halinde düzenlenmiştir. Bu doğrultuda, öğrencilerin beslenme alışkanlıkları ve yeme bozukluklarını ortaya koyan temalar, alt temalar ve kodlar ayrıntılı biçimde açıklanmıştır. Bulguları desteklemek amacıyla, öğrenci, öğretmen ve velilerin bazı ifadelerine herhangi bir değişiklik yapılmadan doğrudan alıntı olarak yer verilmiştir.

3. BULGULAR

Bu bölümde, ilkokul dördüncü sınıf öğrencileri, sınıf öğretmenleri ve velilerin öğrencilerin beslenme davranışları ile yeme bozukluklarına ilişkin görüşlerinden elde edilen bulgular sunulmuştur.

3.1. İlkokul dördüncü sınıf öğretmenlerinin, öğrencilerinin ve öğrenci velilerinin öğrenci beslenmesinde bilgilerinin öğrenme kaynaklarına ilişkin görüşlerine dair bulgular

Tablo 1. Öğretmenlerin Beslenme Konusundaki Bilgilerinin Öğrenme Kaynakları ile İlgili Sonuçları

Tema Adı	Alt tema	f	Katılımcı
	Televizyon	7	ÖG1, ÖG2, ÖG3, ÖG4, ÖG5, ÖG11, ÖG16

Beslenme Kaynağı	Aile	4	ÖG6, ÖG7, ÖG12, ÖG13
	İnternet	3	ÖG8, ÖG14, ÖG17
	Diyetisyen	1	ÖG14
	Sosyal Medya	4	ÖG9, ÖG10, ÖG15, ÖG18

Tablo 1'e göre öğretmenlerin, 'Beslenme Kaynağı' teması kapsamında toplam 18 görüş bildirdikleri görülmektedir. Bu kapsamda öğretmenler, ilkökul dördüncü sınıf öğrencilerinin beslenme davranışlarını etkileyen faktörler arasında 'Televizyon' alt temasına 7, 'Aile' alt temasına 4, 'Sosyal Medya' alt temasına 4 ve 'İnternet' alt temasına 3 görüş belirtmişlerdir. Bu konuda ÖG3 ve ÖG14 isimli öğretmenlerin görüşleri şu şekildedir: ÖG3: "Beslenme konusunda bilgileri televizyon ve diyetisyenim aracılığıyla edinirim". ÖG14: "Dengeli beslenme konusunda genellikle sosyal medya ve internet başta olmak üzere her mecradan yararlanmaya çalışırım."

Tablo 2. Öğrencilerin Beslenme Konusundaki Bilgilerinin Öğrenme Kaynakları ile ilgili Sonuçları

Tema Adı	Alt tema	f	Katılımcı
Beslenme Kaynağı	Televizyon	5	Ö1, Ö2, Ö3, Ö4, Ö16
	Aile	4	Ö6, Ö7, Ö12, Ö13
	İnternet	3	Ö8, Ö14, Ö17
	Okul	4	Ö9, Ö10, Ö15, Ö18

Tablo 2'ye göre öğrencilerin, 'Beslenme Kaynağı' teması kapsamında toplam 16 görüş bildirdikleri görülmektedir. Bu görüşlerin dağılımı incelendiğinde, 'Televizyon' alt temasına 5, 'Aile' alt temasına 4, 'Okul' alt temasına 4 ve 'İnternet' alt temasına 3 görüş atfedilmiştir. Bu konuda Ö7 ve Ö18 isimli öğrenci görüşleri şu şekildedir: Ö7: "Beslenme konusunda bilgileri annem ve babamdan, yani ailemden alırım. Ö18: "Sağlıklı ve yeterli beslenme konusunda bilgileri okuldan öğrenirim."

Tablo 3. Velilerin Beslenme Konusundaki Bilgilerinin Öğrenme Kaynakları ile ilgili Sonuçları

Tema Adı	Alt tema	f	Katılımcı
Beslenme Kaynağı	Televizyon	9	V1, V3, V4, V8, V9, V11, V13, V17, V18
	Diyetisyen	6	V2, V5, V6, V7, V10, V12
	İnternet	5	V14, V15, V16, V19, V20

Tablo 3'e göre velilerin, 'Beslenme Kaynağı' teması kapsamında toplam 20 görüş bildirdikleri görülmektedir. Bu görüşlerin dağılımı, 'Televizyon' alt temasında 9, 'Diyetisyen' alt temasında 6 ve 'İnternet' alt temasında 5 olarak belirlenmiştir. Bu konuda V1 ve V16 isimli velilerin görüşleri şu şekildedir: V1: "Beslenme konusunda bilgileri çoğu zaman ev ortamında televizyondaki programlardan alırım.". V16: "Beslenme konusunda bilgileri internet ve sosyal medya ortamlarından öğrenirim."

3.2. İlkokul dördüncü sınıf öğretmenlerinin, öğrencilerinin ve öğrenci velilerinin öğrenci beslenmesindeki tercihlere ilişkin görüşlerine dair bulgular

Tablo 4. Öğrencilerin Beslenme Aışkanlıklarına İlişkin Öğretmenlerin Görüşlerine Ait Bulgular

Tema Adı	Alt tema	f	Katılımcı
Beslenme Aışkanlıkları	Evden getirerek	12	ÖG2, ÖG3, ÖG4, ÖG5, ÖG6, ÖG7, ÖG8, ÖG9, ÖG10, ÖG12, ÖG14, ÖG15
	Bazen okul kantini	6	ÖG1, ÖG11, ÖG13, ÖG16, ÖG17, ÖG18

Tablo 4'e göre öğretmenlerin, 'Beslenme Aışkanlıkları' teması kapsamında toplam 18 görüş bildirdikleri görülmektedir. Bu görüşlerin 12'si 'Evden Getirerek', 6'sı ise 'Bazen Okul Kantini' alt temasına yöneliktir.

Tablo 5. Öğrencilerin Beslenme Aışkanlıklarına İlişkin Kendi Görüşlerine Ait Bulgular

Tema Adı	Alt tema	f	Katılımcı
Beslenme Aışkanlıkları	Tost	7	Ö7, Ö11, Ö12, Ö14, Ö16, Ö17, Ö20
	Hamburger	2	Ö18, Ö19
	Atıştırmalık	1	Ö9
	Kantin tercih etmiyorum	10	Ö1, Ö2, Ö3, Ö4, Ö5, Ö6, Ö8, Ö10, Ö13, Ö15

Tablo 5'e göre öğrencilerin, 'Beslenme Aışkanlıkları' teması kapsamında toplam 20 görüş bildirdikleri görülmektedir. Bu görüşlerin dağılımı, 'Tost 1' alt temasında 7, 'Hamburger' alt temasında 2, 'Atıştırmalık' alt temasında 1 ve 'Kantin Tercih Etmiyorum' temasında 10 olarak belirlenmiştir.

Tablo 6. Öğrencilerin Beslenme Alışkanlıklarına İlişkin Velilere Ait Sonuçlar

Tema Adı	Alt tema	f	Katılımcı
Beslenme Alışkanlıkları	Restaurant	13	V1, V2, V3, V4, V7, V9, V11, V13, V14, V16, V18, V19, V20
	Fırın	1	V17
	Fastfood	2	V6, V10
	Dışarıdan yiyecek almam	2	V8, V15

Tablo 6'ya göre öğrencilerin, velilerinin 'Beslenme Alışkanlıkları' teması kapsamında toplam 18 görüş bildirdikleri görülmektedir. Bu görüşlerin dağılımı; 'Restaurant' alt temasında 13, 'Fırın' alt temasında 1, 'Fastfood' alt temasında 2 ve 'Dışarıdan yiyecek almam' temasında 2 olarak belirlenmiştir.

3.3. İlkokul dördüncü sınıf öğretmenlerinin, öğrencilerinin ve öğrenci velilerinin öğrenci beslenmesindeki içecek tercihlerine ilişkin görüşlerine dair bulgular

Tablo 7. Öğrencilerin İçecek Tercihlerine İlişkin Öğretmenlerin Görüşlerine Ait Sonuçlar

Tema Adı	Alt tema	f	Katılımcı
Beslenme Alışkanlıkları	Ayran ve meyve suyu	10	ÖG1, ÖG2, ÖG3, ÖG4, ÖG5, ÖG10, ÖG11, ÖG13, ÖG15, ÖG17
	Ayran ve su	4	ÖG6, ÖG9, ÖG16, ÖG18
	Gazlı içecekler	2	ÖG7, ÖG14
	Meyve suyu	2	ÖG8, ÖG12

Tablo 7'ye göre öğretmenlerin, 'Beslenme Alışkanlıkları' teması kapsamında toplam 18 görüş bildirdikleri görülmektedir. Bu görüşlerin 10'u 'Ayran ve meyve suyu', 4'ü 'Ayran ve su', 2'si 'Gazlı içecekler' ve 2'si 'Meyve suyu' alt temalarına yöneliktir."

Tablo 8. Öğrencilerin İçecek Tercihlerine İlişkin Kendi Görüşlerine Ait Bulgular

Tema Adı	Alt tema	f	Katılımcı
Beslenme Alışkanlıkları	Ayran ve meyve suyu	10	Ö1, Ö2, Ö3, Ö4, Ö5, Ö10, Ö11, Ö13, Ö15, Ö17
	Ayran ve su	4	Ö6, Ö9, Ö16, Ö18
	Gazlı içecekler	2	Ö7, Ö14
	Süt	4	Ö8, Ö12, Ö19, Ö20

Tablo 8'e göre öğrencilerin, 'Beslenme Alışkanlıkları' teması kapsamında toplam 20 görüş bildirdikleri görülmektedir. Bu görüşlerin 10'u 'Ayran ve meyve suyu', 4'ü 'Ayran ve su', 2'si 'Gazlı içecekler' ve 2'si 'Süt' alt temalarına yöneliktir.

Tablo 9. Öğrencilerin Beslenme Alışkanlıklarına İlişkin Velilere Ait Sonuçlar

Tema Adı	Alt tema	f	Katılımcı
Beslenme Alışkanlıkları	Ayran ve kefir	7	V1, V2, V8, V9, V13, V19, V20
	Ayran ve su	9	V3, V4, V11, V12, V14, V15, V16, V17, V18
	Gazlı içecekler	3	V5, V6, V10
	Süt	1	V7

Tablo 9'a göre öğrencilerin, velilerinin 'Beslenme Alışkanlıkları' teması kapsamında toplam 20 görüş bildirdikleri görülmektedir. Bu görüşlerin dağılımı; 'Ayran ve kefir' alt temasında 7, 'Ayran ve su' alt temasında 9, 'Gazlı içecekler' alt temasında 3 ve 'Süt' temasında 1 olarak belirlenmiştir.

4. TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu araştırma, ilkokul dördüncü sınıf öğrencilerinde yeme bozukluklarına ilişkin öğretmen, veli ve öğrenci görüşlerini ortaya çıkarmayı hedeflemektedir. Araştırma bulgularına göre, sınıf öğretmenleri, ilkokul dördüncü sınıf öğrencileri ve onların velileri, beslenme alışkanlıklarına ilişkin bilgileri en çok televizyon, internet, sosyal medya ve diyetisyenlerden edinmektedir. Bu durum, günümüzde kitle iletişim araçlarının ve dijital platformların bilgi edinme süreçlerinde belirleyici rol oynadığını ortaya koymaktadır. Ayrıca, uzman görüşüne duyulan ihtiyaç, diyetisyenlerin de önemli bir bilgi kaynağı olarak öne çıkmasına neden olmuştur. Literatürde de benzer şekilde, medya ve dijital ortamların çocukların beslenme davranışlarını yönlendirmede güçlü bir etkiye sahip olduğu vurgulanmaktadır. Bu sonuçlar, literatürdeki benzer çalışmalarla paralellik göstermektedir. Örneğin, Tetley vd. (2014) göre, yeme bozukluğu yaşayan bireylerin anneleri genellikle aşırı koruyucu bir tutum sergilemektedir. Akkaya ve Akdağ Aycibin (2023)' in araştırma bulgularına göre, 7–12 yaş grubunda yeme bozukluğu yaşayan çocukların yeme davranışlarının, annelerinin tutumlarından hem olumlu hem de olumsuz yönde etkilendiğini ortaya koymuştur. Çocukluk döneminde sağlıklı beslenme davranışlarının şekillenmesinde ebeveynlerin yönlendirici rolü öne çıkmaktadır. Kızıltan ve Oral'ın (2024) çalışması da bu etkiyi doğrulayan bulgular ortaya koymaktadır. Bu çalışma da benzer şekilde, beslenme alışkanlıklarının yalnızca bireysel tercih değil, aile ve çevresel faktörlerle ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır.

Araştırma bulgularına göre, sınıf öğretmenleri öğrencilerin çoğunlukla evden yemek getirdiklerini belirtirken; öğrenciler en çok tükettikleri yiyecek olarak tostı ifade etmişlerdir. Veliler ise çocuklarının daha çok restoran yemeklerini tercih ettiklerini ifade etmişlerdir. Bu durum, beslenme davranışlarının tek bir bağlamda değil; okul, ev ve sosyal yaşam ekseninde farklı biçimlerde algılandığını ve raporlandığını ortaya koymaktadır. Dolayısıyla, öğretmen, öğrenci ve veli görüşleri arasındaki farklılık, beslenme alışkanlıklarının çok boyutlu yapısını ve bireylerin gözlem alanlarına göre değişen algılarını yansıtmaktadır. İlgili alanyazında bu bulguyu destekleyen araştırmalar şunlardır; Öğle yemekleri sırasında sık sık atıştırılmalı veya tatlı (örneğin çips, kraker ya da dondurma) satın alan öğrencilerin genel yeme davranışlarının daha olumsuz olduğu belirlenmiştir (Bevans vd., 2011). Bu araştırma bulgularına göre, sınıf öğretmenleri, dördüncü sınıf öğrencileri ve veliler, öğrencilerin içecek tercihleri arasında en çok ayran ve meyve suyunun öne çıktığını; gazlı içeceklerin ise en az tüketilen içecekler olduğunu belirtmişlerdir. Araştırma bulgularında öğrencilerin içecek tercihlerinde ayran ve meyve suyunun öne çıkması, gazlı içeceklerin ise en az tüketilen içecekler arasında yer alması hem kültürel hem de sağlık temelli faktörlerle açıklanabilir. Türkiye’de ayran, geleneksel ve sağlıklı bir içecek olarak aileler ve öğretmenler tarafından sıklıkla teşvik edilmekte; meyve suyu ise çocukların damak tadına hitap eden, aynı zamanda sağlıklı olarak algılanan bir seçenek olarak öne çıkmaktadır. Dolayısıyla, öğretmen, öğrenci ve veli görüşlerinin örtüşmesi, beslenme alışkanlıklarının hem kültürel değerler hem de sağlık odaklı yönlendirmeler doğrultusunda şekillendiğini göstermektedir.

5. ÖNERİLER

Bu araştırma bulguları esas almak kaydıyla şu öneriler getirilebilir; bu araştırmada sadece ilkokul dördüncü sınıf öğrencileri, sınırlı sayıda öğretmen ve veli ile görüşmeler yapılmıştır. Dolayısıyla, daha geniş çaplı bir araştırma, farklı yaş gruplarındaki öğrencilerle yapılacak bir çalışma, daha kapsamlı ve genellenebilir sonuçlar elde edilmesini sağlayabilir. Özellikle yeme bozuklukları gibi hassas konularda, daha fazla multidisipliner araştırma yapılması, okul psikologlarının rolünün ve ailelerin bilinçlendirilmesinin artırılması gerektiği sonucuna varılmaktadır. Sağlıklı gıdaya ulaşım olabilmesi adına okul kantinleri denetimleri artırılmalıdır ve ailelerin sosyoekonomik düzeyleri incelenerek, beslenme konusunda eksiklik yaşayabilecek ailelere maddi destek yapılmalıdır. Aileler hazır gıda ve işlenmiş ürünleri evde bulundurmamaları konusunda bilinçlendirilmelidir.

ARAŞTIRMACILARIN KATKI ORANI

Yazar 1: Araştırmaya katkı oranı %60'tır. Katkı sağladığı alanlar: kavramsallaştırma, veri toplama, biçimsel analiz, araştırma, metodoloji, kaynak taraması, yazım – orijinal taslak hazırlama ve düzenleme.

Yazar 2: Araştırmaya katkı oranı %40'tır. Katkı sağladığı alanlar: kavramsallaştırma, metodoloji, yazım – inceleme, düzenleme ve danışmanlık.

ÇATIŞMA BEYAN

“İlkokul Dördüncü Sınıf Öğrencilerinin Beslenme Davranışları ve Yeme Bozukluklarına İlişkin Öğretmen, Öğrenci ve Veli Görüşleri” isimli makalemiz ile ilgili herhangi bir kurum, kuruluş, kişi ile mali çıkar çatışması yoktur ve yazarlar arasında çıkar çatışması bulunmamaktadır. Ayrıca yazarlar arasında da herhangi bir çıkar çatışması söz konusu değildir.

KAYNAKÇA

- Arcelus J., Witcomb G.L., ve Mitchell A. (2014). Prevalence of eating disorders amongst dancers: a systemic review and meta-analysis. *Eur Eat Disord Rev.* 2014;22(2):92–101. <https://doi.org/10.1002/erv.2271>
- Akkaya, E.N., ve Akdağ Aycibin, S.F. (2023). Yeme bozukluğu görülen 7-12 yaş aralığındaki çocuklarda anne tutumunun yeme davranışına etkisi, *Çocuk ve Gelişim Dergisi*, 6 (12), 62-77. <https://doi.org/10.36731/cg.1294185>
- Bamford B. ve Sly R. (2009). Exploring quality of life in the eating disorders. *Eur Eat Disord Rev.* 2009;18(2):147–153. doi: <https://ssdoi.org/10.1002/erv.975>
- Bevans, K.B., Sanchez, B., Teneralli, R. ve Forest, C.B. (2011) Children's Eating Behavior: The Importance of Nutrition Standards for Foods in Schools. *Journal of School Health*, Vol. 81, No. 7. <https://doi-org.proxy.lib.sfu.ca/10.1111/j.1746-1561.2011.00611.x>
- Bould, H., Newbegin, C., Stewart, A., Stein, A. ve Fazel, M. (2017). Eating disorders in children and young people. *BMJ*, 359, j5328. <https://doi-org.proxy.lib.sfu.ca/10.1136/bmj.j5245>
- Herpertz-Dahlmann, B. (2015). Adolescent eating disorders: Update on definitions, symptomatology, epidemiology, and comorbidity. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 24(1), 177–196. <https://doi.org/10.1016/j.chc.2014.08.003>
- Lindvall Dahlgren, C., Stedal, K. ve Wisting, L. (2017). A systematic review of eating disorder prevalence in the nordic countries: 1994-2016. *Nordic Psychology* 70: 209–227. <https://doi.org/10.1080/19012276.2017.1410071>.
- Lydecker, J.A., Rossa, E.T. ve Grilo, C.M. (2022). Does your past define you? How weight histories are associated with child eating-disorder psychopathology. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 27:515–524. <https://doi.org/10.1007/s40519-021-01167-8>
- Kızıltan, G. ve Oral, E. A. (2024). Okul öncesi çocukların beslenme davranışlarına ebeveynlerin ve aile büyüklerinin etkisi. *Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 17(1), 66-74. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/mersinsbd/issue/84064/1303188>
- Mayring, P. (2004). Qualitative content analysis. İçinde U. Flick, E. V. Kardorff ve I.Steinke. A (Eds.), *Companion to qualitative research* (ss.266-269). Sage Publications
- Miles, M. B. ve Huberman, A. M. (1994). *Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook* (2nd Ed.), California: Sage Publications.
- Moini, J. ve Ferdowski, K. (2025). *Handbook of nutritional disorders*. Routledge.
- Morse, J.M. (2015). Critical analysis of strategies for determining rigor in qualitative inquiry. *Qualitative health research*, Vol. 25(9) 1212 –1222. <https://doi.org/10.1177/1049732315588501>
- Naidu, B.M., Mahmud, S.Z., Ambak, R., Sallehuddin, S.M., Mutahp, H.A., Saari, R., Sahril, N. ve Abdul Hamid, H.A. (2013). Overweight among primary school-age children in Malaysia, *Asia Pac. J. Clin. Nutr.* 22 (3), 408–415. <https://doi.org/10.6133/apjcn.2013.22.3.18>
- Norton, L., Parkinson, J., Harris, N., Darcy, M. ve Hart, L. (2021). Parental food communication and child eating behaviours: A systematic literature review. *Health Promot J Austral.* 2023;34:366–378. <https://doi.org/10.1002/hpja.604>
- Nyaradi, A., Li J., Hickling S., Foster J. ve Oddy W. H. (2013). The role of nutrition in children's neurocognitive development, from pregnancy through childhood. *Frontiers in Human Neuroscience.* 7:97. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2013.00097>
- Polit, D. F. ve Beck, C. T. (2012). *Nursing research: Generating and assessing evidence for nursing practice* (9th ed.). Philadelphia: Lippincott, Williams & Wilkins.
- Roy, S., Bandyopadhyay, S., Bandyopadhyay, L., Dasgupta, A., Paul, B. ve Mandal S. (2020). Nutritional status and eating behavior of children: A study among primary school children in a rural area of West Bengal. *J Family Med Prim Care*, 9:844-9. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_965_19
- Rose, J. ve Johnson, C.W. (2020) Contextualizing reliability and validity in qualitative research: toward more rigorous and trustworthy qualitative social science in leisure research, *Journal of Leisure Research*, 51:4, 432-451, <https://doi.org/10.1080/00222216.2020.1722042>
- Treasure, J., Duarte, T.A. ve Schmidt, U. (2020). Eating disorders. *Lancet* 395, no. 10227: 899–911. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30059-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30059-3)
- Tetley, A., Moghaddam, N. G., Dawson, D. L. ve Rennoldson, M. (2014). Parental bonding and eating disorders: A systematic review. *Eating Behaviors*, 15(1), 49–59. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2013.10.008>
- Ulker, M.T., Aysegül, S., Eda, U., Meşe, E. R., Büyükaşlan, Ş.C. ve Irmak, Y. (2025). Parent and Child Approach to Sustainable Healthy Eating and Physical Activity Behaviors: A Descriptive Study. *Families, Systems, & Health*, Vol 43(2), Jun 2025, 357-366. <https://doi.org/10.1037/fsh0000991>
- Yeum, D., Hua, S., Thapaliya, G., Duck, S.A., Melhorn, S.J., Roth, C.L., Schur, E.A., Carnell, S. ve Sewaybricker, L.E. (2025). The Impact of Eating Behaviors on Ultraprocessed Food Consumption Over 12 Months in Children. *Obesity*, 33:1704–1712. <https://doi.org/10.1002/oby.24361>
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2021). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (11. Baskı). Seçkin Yayıncılık.