

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU'NDA ÖĞRENİM GÖREN GENÇ KADIN VE ERKEK ÖĞRENCİLERİN KİLOFOBİ DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI*

Cem Y. YILMAZ¹ Zeynep F. DİNÇ¹

Geliş Tarihi: 25.2.2010
Kabul Tarihi: 9.10.2010

ÖZET

Aşırı kilo ya da obezite çağımızın en önemli sağlık sorunlarından biri olarak bilinmektedir. Vücut ağırlığı fazla olan bireylerin çeşitli fiziksel rahatsızlıkların yanı sıra, özellikle toplumun sergilediği olumsuz tutumlardan kaynaklı psikolojik ve sosyolojik sorunlarla da mücadele etmeleri gerekmektedir. Vücut ağırlığı fazla olan ya da obez kişilere karşı sergilenen olumsuz tutum "Kilofobi" (Fatphobia) olarak nitelendirilmektedir. Bu çalışmanın amacı da Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu kadın ve erkek öğrencilerinin kilofobi seviyelerinin belirlenmesi ve karşılaştırılmasıdır. Araştırmanın örneklemini Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören 1., 2., 3. ve 4. sınıfa devam eden sınıf genç kadın ve erkek öğrenciler oluşturmuştur (N= 467). Veri toplama aracı olarak "Kilofobi Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde, araştırma sorusuna uygun olarak parametrik hipotez testlerinden ikisi olan bağımsız t-testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. İstatistiksel analizler için SPSS 16.00 (Statistical Package Social Science) istatistik paket programı kullanılmıştır. Araştırma sonucunda genç kadın (\bar{x} = 3.55±.69) ve erkek (\bar{x} = 3.62±.69) öğrencilerin kilofobi seviyeleri orta düzeyde bulunmakla birlikte, genç kadın ve erkek öğrencilerin kilofobi seviyeleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır (t(465)= 1.11, p>.05). Bununla birlikte Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nun 3 farklı bölümünde öğrenim gören öğrencilerin kilofobi değerleri arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır (F(2, 423)=.04, p>.05). Elde edilen bilgiler doğrultusunda Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin vücut ağırlığı fazla olan bireylere karşı olumsuz tutumlarının azaltılması ve ortadan kaldırılması amacı ile eğitim programları geliştirilmesi, seminerler düzenlenmesi gibi eğitici etkinliklerin yapılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kilofobi, Obezite, Şişmanlık, Sağlık, Kilo, Davranış

COMPARING FATPHOBIC ATTITUDES OF MALE AND FEMALE STUDENTS STUDYING AT SCHOOL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT

ABSTRACT

Obesity is one of the most crucial health problems in the world. Obese individuals face multiple forms of prejudice and discrimination including physical, psychological and sociological. These negative attitudes toward and stereotypes about fat people termed as "fatphobia". The purpose of this study was to determine and compare fatphobic attitudes of male and female students studying at Çukurova University, the School of Physical Education and Sports. Sample of the study consisted of 1st, 2nd, 3rd, and 4th year students (N= 467) studying at Çukurova University Physical Education and Sports College. Data were collected by using "Fatphobia Scale". Independent samples t-test was used to analyze data. Data were analyzed by using SPSS 16.00 (Statistical Package Social Science). Results of the analysis demonstrated moderate fatphobic attitudes by both male and female students. Additionally, no significant difference found between male and female students' fatphobic attitudes (t(465) = 1.11, p>.05). Additionally, no significant difference was found among fatphobic attitudes of students studying at three different departments of the School of Physical Education and Sports (F(2, 423)=.04, p>.05). In relation to the results, it was suggested that an educational programs be developed and seminars be organized in order to eliminate fatphobic attitudes of students.

Keywords: Fatphobia, Obesity, Overweight, health, Weight, Behaviour

* Çukurova Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor ABD Yüksek Lisans Tezidir

¹ Çukurova Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Adana

GİRİŞ

Günümüzdeki teknolojik gelişmeler, insanları makinelere daha bağımlı bir hale getirmiş ve fiziksel aktivite seviyelerinin düşmesine neden olmuştur. Aktivite seviyesinin düşmesi ve buna ek olarak beslenme alışkanlıklarının da değişmesi insanların kilo almasını büyük ölçüde hızlandırmıştır. Özellikle gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde yaygın olan obezitenin yarattığı sosyal, fiziksel ve duygusal problemler, toplumsal bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır.

Aşırı kilo ya da obezite çağımızın en önemli sağlık sorunlarından biri olarak bilinmektedir. Dünya Sağlık Örgütü'nün tanımlamasına göre obezite; genellikle besinlerle alınan enerji miktarının, metabolizma ve fiziksel aktivite ile tüketilen enerji miktarını aştığı durumlarda vücutta fazla miktarda yağın birikmesi sonucu ortaya çıkan ve mutlaka tedavi edilmesi gereken bir hastalıktır (1). Sağlık Bakanlığı (2009) tarafından yapılan araştırmalar da dünyada olduğu gibi ülkemizde de fazla kilolu olma ve obezite sıklığının giderek arttığını ve obezitenin özellikle çocukları ve gençleri etkisi altına almaya başladığını ortaya koymuştur (2). Aynı zamanda obezitenin, kalp-damar hastalıkları, yüksek tansiyon, şeker hastalığı, bazı kanser türleri, solunum sistemi hastalıkları, kas-iskelet sistemi hastalıkları vb. pek çok sağlık probleminin oluşmasına zemin hazırladığı ve yaşam kalitesini ve hatta yaşam süresini olumsuz yönde etkilediği, bu yüzden de obezite ile mücadele etmenin pek çok hastalıkla mücadele etmek anlamına geldiği belirtilmektedir (2).

Vücut ağırlığı fazla olan bireylerin çeşitli fiziksel rahatsızlıkların yanı sıra, özellikle toplumun sergilediği olumsuz tutumlardan kaynaklı psikolojik ve sosyolojik sorunlarla da mücadele etmeleri gerekmektedir. Örneğin, sosyal açıdan ele alındığı zaman, obez bireylerin normal vücut ağırlığı fazla olan kişilere oranla daha zor arkadaş edindikleri, sosyal faaliyetlere daha az katıldıkları ve eş edinme konusunda zorluk çektikleri, işe alınma konusunda da daha az tercih edildiklerini gösteren çalışmalar vardır (3,4,5). Tüm bu yaşananlar vücut ağırlığı fazla olan kişilerin depresyon yaşamalarına bile neden olabilmekte, hatta kendilerini toplumdan soyutlanması gibi ciddi sorunlara yol açmaktadır.

Vücut ağırlığı fazla olan bireylere karşı toplum tarafından sergilenen olumsuz tutumlar pek çok çalışma ile ortaya konmuştur (3,4). Teachmen ve arkadaşları (2003) vücut ağırlığı fazla olan kişilere karşı olumsuz bu tutumların bilinçli sergilenmesi yanında, bilinçsizce ve önyargıdan kaynaklı olarak da ortaya çıkabildiğini belirtmişlerdir (5). Bu durum daha çok kişilerin kilonun kontrol edilebileceğini düşünmeleri, vücut ağırlığı fazla olma sorununun vücut ağırlığı fazla olan kişiye bağlanması nedeniyle ortaya çıkmaktadır (5).

Özellikle bireylerin işyerlerinde işverenler ve iş arkadaşları, eğitim kurumlarında öğretmenler ve yine okul arkadaşları ve sağlık kurumlarında da sağlık personeli tarafından olumsuz tutuma maruz kaldıkları bilinmektedir (6). Çeşitli çalışmalarda vücut ağırlığı fazla olan kişilerin işe alınma konusunda daha az tercih edildikleri vurgulanmaktadır (5,6). Sebep olarak da bu tür bireylerin liderlik potansiyellerinin daha az olduğu ve işlerinde daha az başarılı olacakları gösterilmiştir.

Beden Eğitimi ve Spor alanında da vücut ağırlığı fazla olan kişilere karşı tutum konusunda çeşitli çalışmalar yapılmıştır. O'Brian, Hunter ve Banks (2007) beden eğitimi bölümü öğrencilerinin, psikoloji ve sağlık bölümü öğrencilerine oranla daha yüksek seviyede olumsuz tutuma sahip olduklarını bulmuşlardır (7). Bununla birlikte, üçüncü sınıf beden eğitimi bölümü öğrencilerinin birinci sınıf öğrencilerine oranla daha yüksek seviyede olumsuz tutuma sahip olduklarını da ortaya koymuşlardır.

Ulusal ve uluslararası bilimsel çalışmalar ışığında obezitenin gün geçtikçe arttığı düşünülecek olursa, vücut ağırlığı fazla olan kişilere karşı olumsuz tutumların da artacağı bir gerçektir. Vücut ağırlığı fazla olan ya da obez kişilere karşı sergilenen olumsuz tutum "Kilofobi" (Fatphobia) olarak nitelendirilmekte ve pek çok araştırma ile üzerinde durularak bireylerin kilofobi seviyelerinin azaltılması ve ortadan kaldırılmasına yönelik tedbirler alınmaktadır (4,5,6,7).

Bireylerin vücut ağırlığı fazla olan kişilere karşı olumsuz tutum sergilemelerini önlemenin ilk aşaması bu tutumun var olup olmadığının ortaya konulmasıdır. Daha sonraki aşamalarda ise eğitim verilmesi, aktiviteler düzenlenmesi gibi etkinliklerle bu olumsuz tutumların ortadan kaldırılması mümkün kılınabilir. Beden Eğitimi ve Spor Bölümlerinde öğrenim gören bireyler sağlıklı yaşam ve sağlık tabanlı pek çok ders almakta ve bu konularda teorik ve pratik açıdan kendilerini geliştirme fırsatı bulmaktadırlar. Obezite de çağımızın önemli sağlık sorunlarından biri olarak karşımıza çıktığı, düzenli fiziksel aktivite ve sporun da bu sorunu ortadan kaldırmada en önemli yollardan biri olarak kabul edildiği için bu bölümde öğrenim gören öğrencilerin obezite konusunda duyarlı olmaları gerektiği düşünülmektedir. Bu nedenle çalışmanın amacı Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören genç kadın ve erkek öğrencilerin Kilofobi düzeylerinin belirlenerek karşılaştırılmasıdır.

MATERYAL ve YÖNTEM

Bu çalışma, Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören genç kadın ve erkek öğrencilerin kilofobi düzeylerini belirlemeyi ve bu düzeyin cinsiyete ve öğrenim görülen bölüme göre farklılaşp farklılaşmadığını ortaya koymayı amaçlayan tanımlayıcı bir araştırmadır. Araştırmanın örneklemini 2009 - 2010 eğitim öğretim yılı güz yarısında, Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi Öğretmenliği, Antrenörlük Eğitimi ve Spor Yöneticiliği'nde öğrenim gören ve çalışmaya gönüllü olarak katılan toplam 201 genç kadın ve 266 genç erkek öğrenci oluşturmuştur.

YILMAZ, C.Y., DİNÇ, Z.F., “Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu’nda Öğrenim Gören Genç Kadın ve Erkek Öğrencilerin Kilofobi Düzeylerinin Karşılaştırılması”

Çalışmaya katılan genç kadın ve erkek öğrencilerin bölümlerine göre frekans ve yüzde dağılımları Tablo 1’de verilmiştir. Bu veriler, Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümündeki katılımcı öğrencilerin %44.4 ünün genç kadın, %55.6 sının erkek; Antrenörlük Eğitimi Bölümündeki Öğrencilerin %36 sının genç kadın, %64 ünün erkek ve Spor Yöneticiliği Bölümündeki öğrencilerin %54.5’inin genç kadın, %45.5’inin de erkek olduğunu ortaya koymuştur. Bununla birlikte, genç kadın öğrencilerin %45.6’sı, erkek öğrencilerin %54.4’ü 21 yaş altını; genç kadın öğrencilerin %41.9’u, erkek öğrencilerin %58.1’i 21-25 yaş aralığını; ve genç kadın öğrencilerin %52.1’i ve erkek öğrencilerin %47.9’u da 25 yaş üzerini oluşturmuştur.

Tablo 1. Genç Kadın ve Erkek Öğrencilerin Bölümleri ve Yaşlarına Göre Dağılımı

	Cinsiyet				Toplam	
	Kadın		Erkek			
	S	%	S	%	S	%
BÖLÜM						
Beden Eğitimi Öğretmenliği	75	44.4	94	55.6	169	100
Antrenörlük Eğitimi	71	36	126	64	197	100
Spor Yöneticiliği	55	54.5	46	45.5	101	100
Toplam	201	43	266	57.0	467	100
YAŞ						
20 ve altı	31	45.5	37	54.4	68	100
21-25	147	41.9	204	58.1	351	100
26 ve üzeri	23	52.1	25	47.9	48	100
Toplam	201	43.0	266	57.0	467	100

Bu çalışmada Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu’nda öğrenim gören genç kadın ve erkek öğrencilerin kilofobi düzeylerinin belirlenmesi amacı ile “Kilofobi (FatPhobia)” ölçeği kullanılmıştır. Kilofobi ölçeği ilk kez Robinson, Bacon, ve O’Reilly tarafından 1993 yılında 50 madde içerecek biçimde geliştirilmiştir (8). Daha sonra 2001 yılında Bacon, Scheltema, ve Robinson tarafından 14 maddelik kısa biçimi oluşturulmuştur (3). 50 maddelik ölçeğin cronbach alpha değeri .92, 14 maddelik ölçeğin ise 0.87 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması Koçak, Saraç ve Hürmeriç tarafından 2005 yılında yapılmış ve Türkçe Kilofobi ölçeğinin kısa formunun test-tekrar test analiz sonucu .82 olarak bulunmuştur (9).

Ölçek, liste halinde verilmiş şişman insanları tanımlamak için kullanılan 14 çift sıfattan oluşmakta ve maddelerin derecelendirilmesi 5’li derecelendirme sistemine göre yapılmaktadır. 5’e yakın rakamlar yüksek kilofobik tutumu, 1’ e yakın rakamlar ise düşük kilofobik tutumu nitelemektedir. Kilofobi ölçeğinde değerlendirme 14 maddeden alınan toplam puanın 14’e bölünmesi ile yapılmaktadır. Çalışmaya başlanmadan önce Kilofobi Ölçeği 73 katılımcıya 15 gün ara ile 2 kez uygulanarak test tekrar-test güvenilirliği kontrol edilmiştir. Pearson Çarpım Momentler Korelasyon Katsayısı Kilofobi Ölçeği’nin ilk testi ($\bar{X} = 2.43$, $SD = .63$) ve ikinci testi ($\bar{X} = 2.44$, $SD = .62$) arasında bir ilişki olup olmadığını ortaya koymak amacı ile uygulanmıştır. İki uygulama arasında hesaplanan Pearson Çarpım Momentler Korelasyon Katsayısı 0.99 olarak bulunmuştur ($p < .01$). Alfa değerinin .01 olarak alındığı uygulamada ilk test ve ikinci test arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Çalışma kapsamında kullanılan “Kilofobi” ölçeği 2008–2009 eğitim-öğretim yılı bahar yarıyılında uygulanmıştır. Öğrencilerin uygun dersleri eğitimcilerinden izin alınarak belirlenmiş, öğrencilere ders öncesinde çalışma ve ölçek hakkında gerekli bilgiler verilmiş ve gönüllü öğrencilere ölçek aynı anda uygulanmıştır. Ölçeğe verilecek yanıtların gizliliği konusunda öğrencilere gerekli açıklamalar yapılmıştır. Standart yönerge öğrencilere okunmuş ve uygulamalar ders saati içerisinde derse başlanmadan tamamlanmıştır.

Araştırmada elde edilen veriler öğrencilerin kilofobi düzeylerini tanımlayıcı ve bağımlı değişken olan Kilofobi seviyesinin bağımsız değişken olan cinsiyete ve öğrenim görülen bölüme bağlı olarak değişimini ortaya çıkaracak bir desen içinde ele alınmıştır. Kilofobi ölçeği ile toplanmış olan verilerin analizinde SPSS 16.00 (Statistical Package Social Science) istatistik paket programı kullanılmıştır.

Verilerin analizinde, araştırma sorusuna uygun olarak parametrik hipotez testlerinden ikisi olan bağımsız T-testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Tüm analizlerde anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Kilofobi ölçeğinin değerlendirme ölçütleri çerçevesinde, 1 – 5 aralığında verilen değerler sonucunda elde edilen yüksek değerler “daha fazla kilofobik” olma eğilimini, düşük değerler ise “daha az kilofobik” olma eğilimini nitelemektedir. Elde edilen veriler genç kadın ($\bar{X} = 3.55$) ve erkek ($\bar{X} = 3.62$) öğrencilerin ortalama kilofobi değerlerinin çok yüksek seviyede olmamakla birlikte kilofobik düzeyde olduklarını ortaya çıkarmıştır (Tablo 2).

Bununla birlikte Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören genç kadın ve erkek öğrencilerin kilofobi seviyeleri arasında bir fark olup olmadığının belirlenmesi amacı ile bağımsız T-Testi kullanılmıştır. Alfa değerinin .05 olarak kabul edildiği t-testi sonuçlarına göre genç kadın (n=201) ve erkek (n=266) öğrencilerin kilofobi seviyeleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır, $t(465) = 1.11, p > .05$ (Tablo 2).

Tablo 2. Cinsiyete Göre Öğrencilerin Kilofobi Düzeylerinin Karşılaştırılmasına Yönelik Değerler

		Cinsiyet		t	df
		Kadın (n= 201)	Erkek (n= 266)		
Kilofobi değerleri	\bar{X}	3.55	3.62	1.11	465
	ss.	.69	.69		

Not: $p > .05$.

\bar{X} değerleri 1-5 aralığındadır. 5'e yakın değerler yüksek, 1'e yakın değerler ise düşük kilofobi eğilimini nitelemektedir.

Öğrencilerin bölümlerine göre kilofobi değerleri arasında bir fark olup olmadığının belirlenmesi amacı ile verilere tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Alfa değerinin .05 olarak kabul edildiği varyans analizi sonuçlarına göre Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği (n= 190), Antrenörlük (n= 143) ve Spor Yöneticiliği (n= 93) bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin kilofobi değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır, $F(2, 423) = .04, p > .05$ (Tablo 3).

Tablo 3. Bölümlere Göre Öğrencilerin Kilofobi Düzeylerinin Karşılaştırılmasına Yönelik Değerler

		Bölümler			F	df
		Beden Eğitimi Öğretmenliği (N= 190)	Antrenörlük (N=143)	Spor Yöneticiliği (N=93)		
Kilofobi değerleri	\bar{X}	3.58	3.60	3.58	.04	2
	ss.	.71	.69	.69		

Not: $p > .05$.

\bar{X} değerleri 1-5 aralığındadır. 5'e yakın değerler yüksek, 1'e yakın değerler ise düşük kilofobi eğilimini nitelemektedir.

Genç kadın ve erkek öğrencilerin kilofobi ölçeğinde yer alan maddelere verdikleri yanıtlardan elde edilen frekans ve yüzde dağılımları da bu kilofobik tutumların varlığını desteklemektedir (Tablo 4). Genç kadın ve erkek öğrencilerin büyük çoğunluğu vücut ağırlığı fazla olan bireylerin çekici olmadıklarını (n= 165), yavaş (n= 250), dayanıksız (n= 159), ve hareketsiz olduklarını (n= 186), kendi isteklerine düşkün olduklarını (n= 132), yemek yemekten hoşlandıklarını (n= 319), vücutlarının biçimsiz olduğunu (n= 254), ve çok yemek yediklerini (n= 281) belirtmişlerdir. Genel olarak Tablo 4 incelendiğinde de olumsuz sıfatların vücut ağırlığı fazla olan bireyler için daha fazla oranda kullanıldığı da göze çarpmaktadır.

Tablo 4. Genç kadın ve Erkek Öğrencilerin Her Bir Maddeye Verdikleri Yanıtların Frekans Değerleri

Maddeler	Sıklık Değerleri					Maddeler
	(5) S	(4) S	(3) S	(2) S	(1) S	
Tembel	82	107	167	59	52	Çalışkan
İstekli	90	139	145	52	41	İsteksiz
Çekici	58	49	78	117	165	Çekici olmayan
Özkontrollü	42	71	153	107	94	ÖzkontROLSÜZ
Hızlı	71	28	29	89	250	Yavaş
Dayanıklı	54	57	72	125	159	Dayanıksız
Hareketli	51	38	62	130	186	Hareketsiz
Güçsüz	55	75	171	107	59	Güçlü
Kendi isteklerine düşkün	132	118	133	55	29	Kendinden ödün veren
Yemekten hoşlanan	319	79	34	18	17	Yemekten hoşlanmayan
Biçimli (vücutu)	39	33	48	93	254	Biçimsiz (vücutu)
Az yiyen	13	18	57	98	281	Çok yiyen
Kendine güven duyan	86	104	179	50	48	Kendine güven duymayan
Özsaygısı düşük	48	68	218	64	69	Özsaygısı yüksek

Not: 1-5 aralığındaki 5'e yakın değerler soldaki, 1'e yakın değerler ise sağdaki sıfatları nitelemektedir.

TARTIŞMA

Bu çalışmada Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören genç kadın ve erkek öğrencilerin kilofobi seviyelerinin belirlenmesi ve genç kadın ve erkek öğrenciler ve üç farklı bölümde öğrenim gören öğrenciler arasında kilofobi seviyesi açısından bir fark olup olmadığının ortaya konulması hedeflenmiştir.

Çalışma sonucunda genel olarak genç kadın ve erkek öğrencilerin, aynı zamanda üç farklı bölümde öğrenim gören öğrencilerin kilofobik tutuma sahip oldukları bulunmuştur. Her ne kadar ölçek puanlandırma ölçütlerine göre çok yüksek kilofobik tutum değerleri olmasa da katılımcı öğrencilerin vücut ağırlığı fazla olan bireylere karşı orta ve üzeri düzeyinde olumsuz tutumları olduğu ortaya çıkmıştır.

Aşırı vücut ağırlığı fazla olan ve vücut ağırlığı fazla olan bu bireylere karşı olumsuz tutum ve davranışlar dünyanın hemen her ülkesinde önemli bir araştırma alanı teşkil etmektedir (4,5). Amerikan toplumu çerçevesindeki 35-74 yaş grubu yetişkin bireylerin olumsuz tutumlarını belirlemek amaçlı 1995-1996 ve 2004-2006 yılları arasında uygulanan araştırma sonuçları kilo ve boy ile ilgili olumsuz yargıların 1995-1996 yılları arasında %7 oranında, 2004-2006 yılları arasında ise %12 oranında arttığını ortaya koymuştur (10). Araştırmacılar, bu oranları artan obezite oranlarına bağlamışlardır. Çeşitli çalışmalar, kilo karşıtı olumsuz tutumların cinsiyet ayrımı yapan bireylerde daha fazla olduğunu vurgulamıştır (10). Bir başka deyişle cinsiyet konusunda toplumun basmakalıp fikirlerini benimsemiş bireylerin kilo karşıtı tutumlarının da çok daha yüksek düzeyde olduğu belirtilmektedir. Bu bulgular cinsiyet konusunda toplumsal normlara dayalı tutum geliştiren bireylerin kilo ve vücut ağırlığı fazla olan insanlar konusunda da toplumun kalıplaşmış standartlarına göre fikir beyan ettiğini desteklemektedir. Bir başka deyişle, kadın erkek arasında çok fazla farkın olduğuna inanılan toplumlarda kadın erkek farklılığına benzer şekilde vücut ağırlığı fazla olan kişilere de olumsuz tutumların varlığı saptanmıştır. Buna ek olarak Perez-Lopez ve arkadaşları erkeklerin genç kadınlara oranla daha fazla kilo karşıtı tutum sergilediklerini de ortaya koymuştur (11). Ancak bizim çalışmamız sonucunda, genç kadın ve erkek öğrencilerin kilofobik tutumları arasında bir fark ortaya çıkmamıştır.

Vücut ağırlığı fazla olan bireylere karşı olumsuz tutumlar çalışmamıza benzer birçok çalışmada ortaya konmuştur. Örneğin, Chambliss, Finley ve Blair (2004) yaptıkları bir çalışmada egzersiz bilimi alanında çalışan öğrencilerin vücut ağırlığı fazla olan bireylere karşı olumsuz tutumlarını belirlemeyi ve kilo karşıtı tutumların kişisel özelliklerle ilişkisini ortaya çıkarmayı amaçlamışlar ve 136 lisans ve 110 lisansüstü öğrenciyle yaptıkları çalışma sonucunda öğrencilerin çok güçlü olumsuz tutuma sahip olduklarını ortaya çıkarmışlardır (12). Bizim çalışmamızda olduğu gibi, Chambliss ve arkadaşlarının yaptıkları çalışma sonucunda, egzersiz bilimi ile uğraşan öğrencilerin kilo karşıtı önyargılara sahip olması, önemli bir bulgu olarak da vurgulanmıştır (12). Yine öğrenciler üzerinde yapılan bir çalışmada Harris, Sandoval ve Cortese (1998) beslenme dersi alan 390 öğrencinin kilo ile ilgili olumsuz tutumlarını belirlemeyi amaçlamıştır (13). Araştırma sonucunda Haris ve arkadaşları, bizim çalışmamıza benzer olarak öğrencilerin vücut ağırlığı fazla olan bireylere karşı orta derecede olumsuz tutumlarının olduğunu belirtmişlerdir.

Poon ve Tarrant (2009) lisans öğrencisi hemşireler ve hizmetiçi hemşirelerin obez bireylere karşı ve obez bireylerin tedavisine karşı tutumlarını belirlemek amacı ile 352 lisans ve 198 hizmetiçi hemşire üzerinde yaptıkları çalışmada orta düzeyde kilofobi varlığını ortaya koyarken, katılımcıların obez bireylere karşı tutumlarının nötr olduğu vurgulanmıştır (14). Buna ek olarak hizmetiçi hemşirelerin lisans öğrencisi hemşirelere göre daha fazla derecede kilofobik oldukları ve obez bireylere karşı daha fazla olumsuz tutuma sahip oldukları da ifade edilmektedir. Katılımcı hemşirelerin büyük çoğunluğu obez bireyleri yemek yemeyi seven, çok fazla yemek yiyen, vücutları şekilsiz olan, yavaş hareket eden ve çekici olmayan düşüncesiyle değerlendirmişlerdir. Bu çalışmanın bulguları ile Poon ve Tarrant'ın (2009) bulguları paralellik göstermektedir (14). Bu bulgulara paralel olarak, bizim çalışmamızda da Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri vücut ağırlığı fazla olan bireyleri, yemekten hoşlanan, çok yiyen, vücudu biçimsiz, yavaş ve hareketsiz olarak nitelendirmişlerdir. Benzer şekilde Chambliss ve arkadaşları (1997) yaşları 11-16 yıl arasında değişen 176 erkek ve 141 genç kadın ortaöğretim öğrencisi üzerinde yaptıkları çalışmada öğrencilerin obezite ile ilgili fikirlerini, kilo karşıtı tutumlarını ve bunlarla ilgili davranış eğilimlerini belirlemeyi amaçlamışlardır (15). Araştırma sonuçlarına göre öğrenciler, obezitenin başlıca nedenleri olarak onların çok fazla kalori almalarını, ailelerin bu bireylerin çok fazla abur cubur yemelerine izin vermelerini, tembel olmalarını ve abur cubur makinelerine yakın olmalarını gösterdiklerini ortaya çıkarmıştır. Bununla birlikte öğrencilerin büyük çoğunluğunun spor yeteneği, sağlık ve vücut imgesi açılarından şişmanlara karşı olumsuz yargıya sahip oldukları da ortaya konmuştur (15).

SONUÇ

Araştırma sonuçları Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören genç kadın ve erkek öğrencilerin kilofobi seviyelerinin orta ve üzeri düzeyde olduğunu ve genç kadın ve erkek öğrencilerin kilofobi seviyeleri arasında bir fark olmadığını da ortaya koymuştur. Elde edilen bu orta ve üzeri seviyedeki kilofobi, öğrencilerin vücut ağırlığı fazla olan bireylere karşı olumsuz tutumlarının bir göstergesi olarak düşünülebilir. Vücut ağırlığı fazla olan kişilerin yaşadığı sosyal (vücut ağırlığı fazla olan kişilere karşı olumsuz önyargılı yaklaşımlar) olumsuzlukların en önemli nedeni, diğer insanların obez kişilere karşı sergiledikleri olumsuz tutumdan kaynaklandığı düşünülmektedir. Özellikle gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde yaygın olan obezitenin yarattığı sosyal, fiziksel ve duygusal problemler, toplumsal

bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. Bireylerin vücut ağırlığı fazla olan kişilere karşı olumsuz tutum sergilemelerini önlemenin ilk aşaması bu tutumun var olup olmadığının ortaya konulmasıdır. Daha sonraki aşamalarda ise beslenme ve egzersiz ile ilgili eğitim verilmesi ve aktiviteler düzenlenerek bu olumsuz tutumların ortadan kaldırılması çalışılabilir. Araştırmada elde edilen bulgular, obez bireylere karşı olumsuz tutumların ortadan kaldırılması amacıyla çeşitli örgün ve yaygın eğitim programlarının geliştirilmesi yönünde çalışmalar yapılması gerekliliğini vurgulamaktadır.

KAYNAKLAR

1. Dünya Sağlık Örgütü. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO consultation, 1999.
2. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü. Türkiye Obezite ile Mücadele Programı, 2009. <http://www.beslenme.saglik.gov.tr/content/files/home/TurkiyeObeziteileMucadeleKontrolProg2009.pdf>
3. Bacon, J. G., Scheltema, K. E., Robinson, B. E., "Fat phobia scale revisited: the short form", *Int J Obes Relat Metab Disord.*, 25(2): 252-7, 2001.
4. Robinson, T. N., Hammer, L. D., Killen, J. D., Kraemer, H. C., Wilson, D. M., Hayward, C., Taylor, C. B., "Does Television Viewing Increase Obesity And Reduce Physical Activity? Cross-Sectional And Longitudinal Analyses Among Adolescent Girls", *Pediatrics.*; 91(2): 499-501, 1993.
5. Teachman, B. A., Gapinski, K. D., Brownell, K. D., Rawlins, M., Jeyaram, S., "Demonstrations Of Implicit Anti-Fat Bias: The Impact Of Providing Causal Information And Evoking Empathy", *Health Psychol.*, 22(1): 68-78, 2003.
6. Puhl, R., Brownell, K. D., "Bias, Discrimination, and Obesity", *Obes Res.*, 9(12): 788-805, 2001.
7. O'Brien, K. S., Latner, J. D., Halberstadt, J., Hunter, J. A., Anderson, J., Caputi, P., "Do Antifat Attitudes Predict Antifat Behaviours?", *Obesity (Silver Spring)*. 16 Suppl 2:S87-92, 2008.
8. Robinson, B. E., Bacon, J. G., O'Reilly, J., "Fat phobia: measuring, understanding, and changing anti-fat attitudes", *Int J Eat Disord*, 14: 467-480, 1993.
9. Koçak, S., Saraç, L., Hurmeriç, I., "Determining the relationships among body mass index, body composition and attitudes toward fat people", *The ICHPER-SD Annivarsary World Congress*, İstanbul, November 9-13, 2005.
10. Puhl, R. M., Andreyeva, T., Brownell, K. D., "Perceptions Of Weight Discrimination: Prevalence And Comparison To Race And Gender Discrimination In America", *International Journal of Obesity*, 32: 992-1000, 2008.
11. Perez-Lopez, M. S., Lewis, R. J., Cash, T. F., "The Relationship Of Antifat Attitudes To Other Prejudicial And Gender-Related Attitudes", *Journal of Applied Social Psychology*, 24(5): 517-25, 2005.
12. Chambliss, H. O., Finley, C. E., Blair, S. N., "Attitudes Toward Obese Individuals Among Exercise Science Students", *Med Sci Sports Exerc.*, 36(3): 468-74, 2004.
13. Harris, M. B., Sandoval, W. M., Cortese, S. "Introductory Nutrition Students' Attitudes towards Obesity: Ethnic and Gender Differences", *International Journal of Consumer Studies*, 22(4): 231-40, 1998.
14. Poon, M. Y., Tarrant, M., "Obesity: Attitudes Of Undergraduate Student Nurses And Registered Nurses", *J Clin Nurs.*, 18(16): 2355-65, 2009.
15. Chambliss, H. O., Greenleaf, C. A., Rhea, D. J., Martin, S. B., Morrow, J. R., Jr., "Middle School Students' Fat Stereotypes, Body Image Attitudes, And Behavioral Intentions Toward Thin And Fat Peers", Paper presented at the 52th Annual Meeting of American College of Sports Medicine, Nashville, TN., 5, pp. 297-307, 1997.