

Bir Hemşirelik Yüksekokulu Öğrencilerinin Beden İmgesi Algısının Belirlenmesi (*)

Determining the Body Image Perception of Students in a School of Nursing

Aylin AKTAŞ**, Türkinaz ATABEK AŞTI***, Emek BAKANOĞLU****, Melek ÇELEBİOĞLU****

İletişim / Correspondence: Aylin Aktaş Adres/Address: İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Hemşirelik Yüksekokulu
Abide-i Hürriyet Cad. 34381 Şişli/İSTANBUL Tel: 0 212 440 00 00 (27086) Faks: 0 212 224 49 90 E-mail: aaktas@istanbul.edu.tr

ÖZ

Amaç: Bu araştırma; hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin beden imgesi algısını belirlemek amacıyla tanımlayıcı olarak planlandı.

Yöntem: Araştırmanın evrenini bir hemşirelik yüksekokulu'nda öğrenim gören tüm öğrenciler (n=482) oluşturdu. Örneklem grubunu ise çalışmaya katılmada istekli ve bilgi vermeyi kabul eden 380 öğrenci oluşturdu. Araştırmada; araştırmacılar tarafından hazırlanan "Bilgi Formu" ve Doğan & Doğan tarafından geçerlik-güvenirlilik çalışması yapılan Cronbach Alfa değeri 0.94 olarak bulunan "Çok Yönlü Beden-Self İlişkileri Ölçeği" kullanıldı. Verilerin değerlendirilmesinde, sayısal ve yüzdelerik dağılım, korelasyon katsayısı, varyans analizi ve Post-hoc önemlilik testleri kullanıldı.

Bulgular: Öğrencilerin beden imgesi ölçek toplam puan ortalaması 202.53±25.03 olarak saptandı. Beden kitle indeksi ve ölçek toplam puanı arasında anlamlı fark olduğu (F=3.56, p=0.03) belirlendi. Özellikle diyet yapan öğrencilerin beden imgesi algısının hiç diyet yapmayan öğrenci grubuna kıyasla anlamlı derecede düşük olduğu görüldü (F=3.72, p=0.01). Ayrıca şimdiki kilosundan daha ince olmayı isteyen öğrenciler ile şu anda ki kilosundan memnun olan öğrenci grubu arasında ölçekten aldığı toplam puan arasında anlamlı farklılık saptandı (F=12.45, p=0.00).

Sonuç: Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin beden imgesi algısı puanlarının yüksek olduğu belirlendi. Bu çalışmanın, özellikle gençlerde beden imgesi algısını etkileyen faktörleri anlamaya ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları kazandırmaya yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Hemşirelik, öğrenci, beden imgesi, benlik kavramı.

ABSTRACT

Purpose: The study was planned as a descriptive research to determine body image perception of the nursing students.

Method: The study population consisted of all students (n=482) training in a school of nursing. The sample of study included 380 students who were studying in school and who were volunteer to participate and give information for the study. The questionnaire consisted of an Information-Form which was prepared by the researcher and "The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire" that the validity and reliability has been carried out as 0.94 of Cronbach-Alpha values by Doğan & Doğan was used. The data were analysed by using numerical and percentage, corellation-coefficients, variance and post-hoc significance test.

Results: The mean of the total body image-scores they were found 202.53±25.03. Between body-mass index and questionnaire total score is found stastically signficiant (F=3.56, p=0.03). Particularly in the dieting students score was found to be relatively lower than nondieting students (F=3.72, p=0.01). There were signficiant differences in aspect of total-scale-scores between group which wished to be lowerweight and group which was content with their weight (F=12.45, p=0.00).

Conclusion: Consequently, majority is high bodyimage-scores of nursing students. This study may be help to understand particularly in adolescents bodyimage of effect factors and to gain healthpromotion of lifestyles.

Key Words: Nursing, students, body image, self concept.

*6. Hemşirelik Öğrencileri Kongresi'nde poster bildiri olarak sunulmuştur (İstanbul, 26-29 Haziran 2007), **Araş.Gör. Bil. Uzm. İ.Ü. Florence Nightingale Hemşirelik Yüksekokulu, ***Prof. Dr. İ.Ü. Florence Nightingale Hemşirelik Yüksekokulu, **** İÜ Florence Nightingale Hemşirelik Yüksekokulu öğrencisi.

Yazının gönderilme tarihi: 06.04.2008

Yazının basım için kabul tarihi: 23.02.2010

GİRİŞ

Bütüncü bir yaklaşımla ele alındığında insan; fertiliyasyonla başlayıp ölümle son bulan yaşam süresinin herhangi bir evresinde, biyo-fizyolojik, psikolojik, sosyo-kültürel, çevresel, politiko-ekonomik faktörlerin yapı, işleyiş, değer ve inançlar üzerindeki olumsuz etkilerinden dolayı değişime uğrayabilmektedir (Roper, Logan ve Tierney 1997). Nitekim insanın bu bütünlüğü, çevresiyle sürekli etkileşimine bağlıdır (Velioğlu, Pektekin ve Şanlı 1991). Beden kavramı, bedenin dış görünüşü ve içyapısı ile ilgili bireyin tüm algı ve bilgisini içerir (Erkal ve Pek 1993).

Beden imgesi, bireyin bedeni ve bedenine ait tüm duyuların zihindeki tablosudur (Erkal ve Pek 1993). Bedensel benlik (beden imgesi) kavramı (physical self-concept); tamamen psikolojik bir fenomen olmaktan ziyade fiziksel ve sosyolojik olarak kişinin kendi görünüşüyle ilişkilidir (Kapıkıran 2003).

Genç erişkinlik döneminde beden; cinsel kimlik eşliğinde hem fonksiyonel bir araç hem de beden imgesinin merkezi olarak algılanır (Gürsoy 2003; Özaltın 2003; Erkal ve Pek 1993; Velioğlu ve ark. 1991). Kendi beden imgesi hakkında olumlu düşünen birey davranışlarında olumlu tutum gösterir (Erkal ve Pek 1993; Gürsoy 2003). Bu nedenle beden algısı ergenin özgüveninin gelişiminde en önemli belirleyicilerden biridir. Bu yaş döneminde olumsuz beden algısı depresyon, anksiyete ve olumsuz değerlendirilme korkusuyla ilişkili olabilmektedir (Göksan 2007).

Birçok toplumda gençlik, güzellik, çekicilik gibi özellikler zaman zaman en önemli bireysel özellikler olarak değerlendirilmektedir (Doğan ve Doğan 1992; Öz 2004). Nitekim kitle iletişim araçları ve sosyal normlar bireyde; puberteden başlayarak erişkinlik döneminde etkisini gösteren önemli faktörlerden sayılmaktadır. Ayrıca görsel ve yazılı basında görselleştirilen ideal (manken tiplemesi) beden normları ile karşılaştırma yapmanın hoşnutsuzluk yarattığı; medyadaki klişeleşmiş tiplerin ideal zayıflık ve güzellik gibi olumlu özelliklerle, öte yandan şişmanlık ve çirkinlik gibi olumsuz özelliklerle bağıntı kurulmasına sebep olduğu bildiril-

mektedir (Orsel, Canpolat, Akdemir ve Ozbay 2004). Bu tür görüş ve değerlendirmeler özellikle, genç bireylerde yanlış beslenme alışkanlıklarına ve yeme bozukluklarına yol açabilmektedir. Kendilik kavramı ve kendilik değeri düşük olan ergenlerin depresyon, anksiyete ve daha birçok ruhsal bozukluğa yatkın olabilecekleri göz önünde bulundurulursa, beden imgesinden hoşnut olup olmamanın ergen üzerindeki etkileri araştırılarak bilinmelidir (Canpolat, Orsel, Akdemir ve Ozbay 2003; Göksan 2007). Literatürde olumlu kendilik kavramı ve imgesine sahip, kendini kabullenen hemşirelerin daha mutlu, doyumlu ve hümanistik bir bakış açısı ile hemşirelik rol ve sorumluluklarını geliştirecekleri ve daha nitelikli yaşamı anlamlı kılma yönünde etkin hizmet verebilecekleri belirtilmektedir (Kaya, Öztürk ve Sarı 2005). Bu bağlamda hemşirelik öğrencilerinin; hem toplumun bireyleri olarak hem de sağlık hizmeti sunacak rol modelleri olarak beden imgesi algısının belirlenmesi önem taşımaktadır.

YÖNTEM

Araştırmanın Amacı

Bu araştırma; hemşirelik öğrencilerinin beden imgesi algısını belirlemek amacıyla tanımlayıcı olarak planlanmıştır.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini İstanbul'da bir hemşirelik yüksek okulunda öğrenim gören tüm öğrenciler (n=482) oluşturmuştur. Örneklem grubunu ise çalışmaya katılmada istekli ve bilgi vermeyi kabul eden 380 öğrenci oluşturmuştur.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada; araştırmacılar tarafından hazırlanan "Bilgi Formu" ve Doğan & Doğan tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan "Çok Yönlü Beden-Self İlişkileri Ölçeği" kullanılmıştır.

Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından ilgili literatür değerlendirilerek hazırlanan bilgi formunun ilk bölümünü öğrencilerin bireysel özelliklerini içeren sorular

oluştururken (yaş, kilo, boy, çalışma durumu ve sağlık sorunu...vb.), ikinci bölümünü beden imgesi algısını etkileyebilecek faktörlere (diyet yapma durumu, son 6 ayda önemli kilo değişimi, şimdiki kilosunu algılama durumu...vb.) yönelik sorular oluşturdu. Bilgi formu toplam 13 sorudan oluşmaktadır.

Öğrencilerin **beden kitle indeksleri**, öğrencilerin kilo ve boy ifadelerine verdikleri cevaplara göre hesaplanmıştır. Beden Kitle İndeksi'ne göre 18.5'in altı *düşük kilolu*, 18.5-24.9=*normal*, 25-29.9=*fazla kilolu*, 30-34.9=*birinci derecede obez*, 35-39.9=*ikinci derecede obez*, 40'ın üstü *üçüncü derecede obez* olarak sınıflandırılmıştır (WHO 2004). Ayrıca öğrencilerin **şimdiki kilosunu algılama durumu/ ideal beden ağırlığı** (1= daha ince olmayı isterdim, 2= şimdiki kilomdan memnunum, 3= daha kilolu olmayı isterdim) ve **diyet yapma durumu** (1= sürekli diyet yaparım, 2= sıklıkla diyet yaparım, 3= ara sıra diyet yaparım, 4= nadiren diyet yaparım, 5= hiç diyet yapmam) sınıflandırılması Orsel ve arkadaşlarının (2004) çalışmasından örnek alınmıştır.

Çok Yönlü Beden-Self İlişkileri Ölçeği (The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire- MBR SQ): Ölçek 1984 yılında Winstead ve Cash tarafından beden imgesinin çok yönlü incelenmesi ve değerlendirilmesini gerçekleştirmek amacıyla geliştirilmiştir. Türkiye'de ölçeğin geçerlik ve güvenilirliği Selma Doğan ve Orhan Doğan (1992) tarafından yapılmış ve Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısının $\alpha = 0.94$ olduğu saptanmıştır. Ölçeğin 57 maddesi ve 7 alt grubu (görünüşü değerlendirme, görünüş yönelimi, fiziksel yeterliği değerlendirme, fiziksel yeterlik yönelimi, sağlık değerlendirmesi, sağlık yönelimi ve beden alanlarından doyum) vardır. 5'li likert tipindeki (1=kesinlikle katılmıyorum'dan 5= kesinlikle katılıyorum'a kadar) ölçekte, 15 tane ters madde bulunmakta olup ölçekten en az 57 en çok 285 puan alınabilmektedir. MBR SQ'yu geliştirenler beden imgesi bozukluğu için bir madde ortalama puanı vermemişlerdir. Değerlendirme, çalışılan grupla bir başka grubun veya kontrol grubunun madde ortalama puanlarının karşılaştırılmasıyla yapılır. Sonuçlar bu değerlendirmeye göre yorumlanır. Ölçeğin geçerlik çalışmasında; dermatoloji servisinde yatan

hastaların ölçekten aldıkları ortalama toplam puanın, sağlıklı kişilerden oluşan kontrol grubuna göre düşük olduğu, farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur (Doğan ve Doğan 1992).

Verilerin Değerlendirmesi

Veriler, SPSS (Statistical Package of Social Science) 10.0 paket programında sayısal ve yüzdeler dağılım, korelasyon katsayısı, varyans analizi ve Post-hoc önemlilik testleri kullanılarak analiz edilmiştir.

Etik Yönler

Çok Yönlü Beden-Self İlişkileri Ölçeği'nin kullanılabilmesi için Selma Doğan ile iletişime geçilerek izin alınmıştır. Ayrıca çalışmanın yürütülebilmesi için çalışmanın yapıldığı kurumdan yazılı ve çalışmaya katılan öğrencilerden bilgilendirilmiş sözlü izin alınmıştır.

BULGULAR

Hemşirelik öğrencilerinin beden imgesi algısını belirlemek amacıyla gerçekleştirilen çalışmanın bulguları; bireysel özellikler, MBR SQ kullanarak öğrencilerin beden imgesi algısını belirleme (Tablo 1) ve beden imgesi algısını etkileyebilecek faktörlerin karşılaştırılması (Tablo 2 ve Tablo 3) olmak üzere üç bölümde incelendi.

Öğrencilerin bireysel özellikleri;

Çalışmaya katılan öğrencilerin %45.5'inin (n=173) 19-20 yaş grubunda olduğu, %32.9'unun (n=125) 1. sınıf öğrencisi, %57.6'sının (n=219) halen kalmakta olduğu yerin ev, %56.3'ünün (n=214) yaşamını en çok sürdürdüğü yerin şehir, %66.6'sının (n=253) gelirinin giderini karşıladığı ve %16.6'sının (n=63) öğrencilik dışında bir işte çalıştığı saptandı.

MBRSQ kullanarak öğrencilerin beden imgesi algısını belirleme:

Çalışma kapsamındaki öğrencilerin beden imgesi algısının ölçek toplam puan ortalaması 202.53 ± 25.03 olarak saptandı. Çalışmaya katılan hemşirelik öğrencilerinin beden imgesi algısı puanlarının yüksek olduğu belirlendi. Ölçek toplam puanı ve alt grup puan ortalamaları Tablo 1'de görülmektedir.

Tablo 1. Ölçek Alt Grup Puan Ortalamaları

MBRSQ Alt Grupları	min-max	Ort±SS
Görünüşü Değerlendirme	8-30	22.20±3.76
Görünüş Yönelimi	20-50	38.78±5.88
Fiziksel Yeterliği Değerlendirme	12-30	20.34±2.78
Fiziksel Yeterlik Yönelimi	16-44	29.35±5.06
Sağlık Değerlendirmesi	7-41	20.59±4.54
Sağlık Yönelimi	20-58	39.30±6.06
Beden Alanlarından Doyum	9-45	32.78±6.47
Ölçek Toplam Puanı	101-279	202.53±25.03

Öğrencilerin bireysel özellikleri ve beden imgesi algısını etkileyebilecek faktörlerin MBRSQ ile karşılaştırılması:

Öğrencilerin yaş ortalaması 20.39±1.68 (min =17- max = 32) olarak saptandı. Yaş grubu ile ölçek toplam puanı karşılaştırıldığında 19-20 yaş grubunun (n = 173) 202.65 ± 24.30, 21-22 yaş (n=139) 203.60 ± 26.11 puan aldığı belirlendi ve anlamlı bir farklılık saptanmadı (F=2.04, p=0.11).

Çalışmaya katılan öğrencilerden 1.sınıf öğrencilerinin (n=125) ölçek toplam puanının (201.96±23.44), 4. sınıf öğrencilerin (n=91) puanından (208.07±22.58) düşük olduğu belirlendi. Sınıf ile ölçek toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmadı (F=2.46, p=0.06).

Beden kitle indeksi ortalaması (20.60±2.40) ve ölçek toplam puanı arasında zayıf negatif ilişki olduğu belirlendi (r=-0.21, p=0.00). **Beden kitle indeksi** sırasıyla 18.5'in altında olan öğrencilerin (n=85) ölçek toplam puanı 205.49±26.42, 18.5-24.9'in arasında olan öğrencilerin (n=277) 202.55±24.58, 25-29.9 ve üstü olan öğrencilerin (n=18) ise 188.28±21.27 olarak saptandı. Beden kitle indeksine göre fazla kilolu olan öğrencilerin en düşük ortalama puana sahip oldukları, bu öğrencileri beden kitle indeksine göre normal kilolu olan öğrencilerin takip ettiği, düşük kilolu olan öğrencilerin ise en yüksek ortalama puan aldığı belirlendi (F=3.56, p=0.03).

Üniversite öğrenimleri sırasında **evde yaşayan** öğrencilerin (n=219) ölçek toplam puan ortalaması (203.15 ± 25.46), yurttan kalan öğrencilerin (n=161) ölçek toplam

puan ortalamasından (201.68±24.48) daha yüksek bulundu. Ancak evde yaşama ya da yurttan kalma ve ölçek toplam puan arasında anlamlı farklılık belirlenmedi (t=0.56, p=0.57).

Öğrencilerin **yaşamını en çok sürdürdüğü yer** ile ölçek toplam puanı karşılaştırıldığında; şehirde yaşayanların (n=214) 204.03±25.55, ilçede yaşayanlardan (n=119) 200.60±25.71 daha yüksek puan aldıkları ve istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olmadığı saptandı (F=1.21, p=0.30).

Geliri giderini karşılayan öğrenciler (n=253) ölçek ortalama puanlarından (204.24±25.5) yüksek puan alırken, geliri giderinden az olan öğrencilerin (n=121) ölçek toplam puanının (198.93±23.93) düşük olduğu belirlendi, fakat istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmadı (F=1.85, p=0.15).

Öğrencilerden hemşire/ hemşire öğrenci/ diğer işlerde **çalışan** öğrencilerin (n=63) ölçekten aldıkları puan (204.83±28.08), çalışmayan öğrencilerin (n=317) aldıkları puan (202.07±24.40) ile karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı belirlendi (t=0.80, p=0.43).

Diyet yapma durumu ile beden imgesi algısı arasında hiç diyet yapmayan (n=200) (206.13±22.20) öğrenci grubu lehine anlamlı derecede farklılık olduğu görüldü (F=3.72, p=0.01). Öte yandan **iştah** durumu ve beden imgesi algısı ölçeği toplam puanları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görüldü (F=1.42, p=0.24).

Son 6 ayda kilo değişimi (n=121, 198.61±26.01) ve **sağlık sorunu** (n=52, 195.81±26.11) deneyimleyen öğrencilerin ölçek puanları, kilo değişimi ve sağlık sorunu deneyimlemeyen öğrencilere göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdi (t=2.09, p=0.04), (t=2.09, p=0.04).

Şimdiki kilosundan daha ince olmayı isteyen öğrenciler (n=175) (196.03±25.45) ile şu anda ki kilosundan memnun olan (n=175) (209.00±23.04) öğrenci grubu arasında ölçekten aldığı toplam puan arasında şimdiki kilosundan memnun olan öğrenciler lehine ileri derecede anlamlı farklılık saptandı (F=12.45, p=0.00).

Tablo 2. Beden İmgesi Algısını Etkileyebilecek Bireysel Özellikler ile MBRSQ Toplam Puanlarının Karşılaştırılması

Etkileyebilecek Durumlar	n	%	Ort±SS	F, t, p
Yaş grubu				
17- 18	42	11.1	194.62±25.09	F= 2.04
19- 20	173	45.5	202.65±24.30	p= 0.11
21- 22	139	36.6	203.60±26.11	
23 ve üstü	26	6.8	208.77±22.05	
Ort±SS (min-max)				
20.39±1.68 (17-32)				
Sınıf				
1. sınıf	125	32.9	201.96±23.44	F= 2.46
2. sınıf	88	23.2	201.67±23.66	p= 0.06
3. sınıf	76	20.0	197.83±30.58	
4. sınıf	91	23.9	208.07±22.58	
Beden kitle indeksi				
18.5'in altında	85	22.4	205.49±26.42	F= 3.56
18.5- 24.9 arasında	277	72.9	202.55±24.58	p= 0.03
25- 29.9 ve üstü	18	4.7		
Ort±SS (min-max)				
20.60±2.40 (15.41-30.8)				
Halen kalmakta olduğu yer				
Ev	219	57.6	203.15±25.46	t= 0.56
Yurt	161	42.4	201.68±24.48	p= 0.57
Yaşamını en çok sürdürdüğü yer				
Şehir	214	56.3	204.03±25.55	F= 1.21
İlçe	119	31.3	200.60±25.71	p= 0.30
Kasaba	19	5.0	194.53±18.93	
Köy	28	7.4	204.68±20.81	
Gelir durumu				
Gelir gideri karşılıyor	253	66.6	204.24±25.55	F= 1.85
Gelir giderden fazla	6	1.6	203.17±19.33	p= 0.16
Gelir giderden az	121	31.8	198.93±23.93	
Çalışma durumu				
Evet	63	16.6	204.83±28.08	t= 0.80
Hayır	317	83.4	202.07±24.40	p= 0.43

Tablo 3. Beden İmgesi Algısını Etkileyebilecek Faktörler ile MBRSQ Toplam Puanlarının Karşılaştırılması

Etkileyebilecek durumlar	n	%	Ort±SS	F, t, p
Diyet yapma durumu				
Sıklıkla diyet yaparım	16	4.3	190.50±32.77	F= 3.72
Ara sıra diyet yaparım	73	19.2	197.96±22.50	p= 0.01
Nadiren diyet yaparım	91	23.9	200.39±29.81	
Hiç diyet yapmam	200	52.6	206.13±22.20	
İştah durumu				
İyi	168	44.2	202.42±25.17	F= 1.42
Orta	197	51.8	203.41±25.11	p= 0.24
Kötü	15	3.9	192.13±21.22	
Son 6 ayda kilo değişimi				
Evet	121	31.8	198.61±26.01	t= 2.09
Hayır	259	68.2	204.36±24.36	p= 0.04
İdeal beden ağırlığı				
Daha ince olmayı isterdim	175	46.1	196.03±25.45	F= 12.45
Şimdiki kilomdan memnunum	175	46.1	209.00±23.04	p= 0.00
Daha kilolu olmayı isterdim	30	7.9	202.67±24.71	
Sağlık sorunu				
Evet	52	13.7	195.81±26.11	t= 2.09
Hayır	328	86.3	203.60±24.73	p= 0.04

TARTIŞMA

Çalışmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 20.39 ± 1.68 (17-32) dir. Öğrencilerin %32.9'unun 1. sınıf öğrencisi, %57.6'sının halen kalmakta olduğu yerin ev, %56.3'ünün yaşamını en çok sürdürdüğü yerin şehir, %66.6'sının gelirinin giderini karşıladığı ve %16.6'sının öğrencilik dışında çalıştığı saptanmıştır. Bu bulgular hemşirelik öğrencileri ile ilgili yapılan diğer çalışmalar ile benzerlik göstermektedir (Aşti ve Bilgin 1999; Balkaya, Demirkıran ve Memiş 2005; Çam, Khorshid ve Özsoy 2000; Kaya ve ark. 2005).

Çalışma kapsamındaki öğrencilerin beden imgesi ölçek toplam puan ortalaması 202.53 ± 25.03 olarak saptanmıştır. Çalışmaya katılan hemşirelik yüksekokulu öğ-

rencilerinin beden imgesi algısı puanlarının yüksek olduğu (olumlu beden imgesi algısı) belirlenmiştir. Ölçek toplam puanı ve alt grup puan ortalamaları Tablo 1'de görülmektedir. Türkiye'de hemşirelik ve ebelik öğrencilerinde MBRSQ kullanılarak yapılan çalışmalar bulunmakla birlikte araştırmacılar tarafından ölçek toplam puanına ulaşamamıştır (Akın ve Uğurlu 2006; Balkaya ve ark. 2005). Ölçeğin geçerlik çalışmasında düzenli spor yapan üniversite öğrencilerinin aldıkları ortalama puanın 214.50 olduğu, spor yapmayan öğrencilerin ise ortalama puanlarının 197.450 olduğu bulunmuştur (Doğan ve Doğan 1992). Nitekim Akın ve Uğurlu (2006) çalışmalarında beden-benlik algısı ve ruhsal sağlık arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğunu belirlemişlerdir.

Öğrencilerin yaş grubu ile beden imgesi algısı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı ($F=2.04$, $p=0.11$) saptanmıştır. Bu bulguya paralel olarak yaşın beden imgesi, benlik saygısı gibi psikolojik tepkiler üzerine etkisi olmadığını belirten çalışmalara rastlanmaktadır (Aştı ve Bilgin 1999; Orsel ve ark. 2004).

Çalışmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıflara göre ölçek toplam puanları incelendiğinde; 1. sınıf öğrencilerinin puanlarının, 4. sınıf öğrencilerin puanından düşük olduğu belirlenmekle birlikte sınıf ile MBRSQ ölçek toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark ($F=2.46$, $p=0.06$) bulunamamıştır. Nitekim bu bulgu, üniversite öğrencilerinin sağlık sorumluluğu davranışlarının 3. ve 4. sınıflarda yükseldiğini ancak sınıflar arasında sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasında fark saptanmadığını gösteren çalışma bulgularına paralellik göstermektedir (Ayaz, Tezcan ve Akıncı 2005). Bu çalışma bulgularının aksine literatürde, sağlık yüksekokulu öğrencileri ile yapılan çalışmada sınıf ve beden- benlik algıları arasında ilişki bulunmuştur (Akın ve Uğurlu 2006). Öte yandan Çam ve ark. (2000)'nin çalışmalarında kendilik kavramının bir diğer ögesi olan benlik saygısının sınıf ilerledikçe arttığını saptamış ve üniversite eğitimini sürdürürken yaşanan deneyim ve bilgi artışının etkisinden kaynaklandığını ileri sürmüştür.

Bu çalışmada öğrencilerin beden kitle indeksi ortalaması (20.60 ± 2.40 ; min = 15.41- max = 30.8) olarak belirlenmiştir. Çalışmada beden kitle indeksi hesaplaması, öğrencilerin ifadelerine dayandırılmış ve ölçüm yapılmamış olduğu göz önünde bulundurulmalıdır. Sağlıkla ilişkili olan ve olmayan üniversite öğrencileri arasında daha önce yapılan çalışmalarda da öğrencilerin beden kitle indeksi ortalamasının çalışma bulgularına benzer olduğu ve öğrencilerin normal kiloda oldukları saptanmıştır (Garibağaoğlu, Mergen ve Öner 2005; Polat ve ark. 2005; Vançelik, Önal ve Güraksın 2006). Ayrıca üniversite 3. ve 4. sınıf öğrencileri ile yapılan bir çalışmada öğrencilerin %29.6'sının beden kitle indeksinin düşük olarak tespit edilmesi çalışma bulgusundan (%22.4) biraz daha yüksek bulunmuştur (Mazıcıoğlu ve Öztürk 2003). Beden kitle

indeksine göre normal kilolu olan öğrencilerin ölçek toplam puanlarının, beden kitle indeksine göre düşük kilolu olan öğrencilere göre daha düşük olduğu saptanmıştır. Nitekim yapılan çalışmalarda da beden imgesinin; cinsiyet ve beden kitle indeksinden etkilendiğinin ve fazla kilolu grubun istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha düşük puanlar aldığı saptanması çalışma bulgularını desteklemektedir (Canpolat, Örsel, Akdemir ve Özbay 2003).

Öğrencilerin öğrenimleri sırasında kaldığı yer ve ölçek toplam puanı arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($t=0.56$, $p=0.57$). Bu konuda yapılan çalışmalarda benzer bulguya rastlanılmamaktadır.

Öğrencilerin yaşamını en çok sürdürdüğü yer ile ölçek toplam puanı karşılaştırıldığında; şehirde yaşayanların, ilçede yaşayanlardan daha yüksek puan aldıkları fakat bu farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($F=1.21$, $p=0.30$). Bu bulgunun aksine Balkaya ve ark. (2005)'nin hemşire ve ebeler öğrencileri ile yaptıkları çalışmalarında; en uzun yaşanan yerin beden imgelerini etkilediği belirlenmiştir. Aynı zamanda, Kaya ve ark. (2005)'nin çalışmasında öğrencilerin yaşamlarını en fazla geçirdikleri yer ve benlik saygıları arasında ileri derecede anlamlılık saptandığı belirtilmektedir.

Çalışma kapsamındaki öğrencilerden; geliri giderini karşılayan öğrenciler ölçek ortalaması puanlarında yüksek puan alırken, geliri giderinden az olan öğrencilerin ölçek toplam puanının düşük olduğu ve fark olmadığı saptanmıştır ($F=1.85$, $p=0.16$). Bu bulguya paralel olarak çalışma grubuna benzer grupta yapılan bir çalışmada da ailenin ekonomik düzeyi ile MBRSQ puanı arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (Akın ve Uğurlu 2006). Bununla birlikte yüksek gelir düzeyindeki öğrencilerin benlik saygılarının, daha düşük gelir düzeyindekilere göre daha fazla olduğu saptanan çalışma bulgularına da rastlanmaktadır (Çam ve ark. 2000).

Öğrencilerin hemşire/ hemşire öğrenci/ diğer işlerde çalışması ile ölçekten aldıkları puan karşılaştırıldığında farkın anlamsız olduğu belirlenmiştir ($t=0.80$, $p=0.43$).

Bu çalışma bulgusunu tartışacak bulguya literatürde rastlanmamıştır.

Literatürde fiziksel görünümün, kişinin kendini değerlendirmesi kadar, sosyal değerlendirilmesi açısından da güçlü bir uyarıcı faktör olması nedeniyle beden imgesini etkilemekte olduğu belirtilmektedir (Orsel ve ark. 2004). Çekici olmakla ilgili verilen mesajlar ve televizyon, film ve magazinde yer alan çekici insan portreleri; kişilerin beden imgelerine yönelik kaygılarını arttırmakta olduğu bilinmektedir (Göksan 2007). Bu nedenle çalışmalarda kız üniversite öğrencilerinde diyet yapma alışkanlığının sık görüldüğü üzerinde önemle durulmaktadır (Polat ve ark. 2005). Bu çalışmada diyet yapan öğrencilerin beden imgesi algısının hiç diyet yapmayan öğrenci grubuna kıyasla anlamlı derecede düşük olduğu görülmüştür ($F=3.72, p=0.01$). Orsel ve ark. (2004)'nın çalışmalarında da diyetin beden imgesi algısında temel etken olduğu, diyet yapanların beden imgesi doyumunun hiç diyet yapmayan gruptan anlamlı olarak düşük olduğunu saptamıştır.

Bununla birlikte, rahatsızlıklar ya da hastalıkların ortaya çıkarabileceği yetersizliklerin bireylerin biyofizyolojik, psikolojik ve sosyo-kültürel boyutlarını olumsuz yönde etkileyebileceği bilinen bir gerçektir (Kaya ve ark. 2005; Roper ve ark. 1997). Bu bağlamda son 6 ayda kilo değişimi ve sağlık sorunu deneyimleyen öğrencilerin ölçek puanları, kilo değişimi ve sağlık sorunu deneyimlemeyen öğrencilere göre düşük olduğu bu farkında istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermiştir ($t=2.09, p=0.04$), ($t=2.09, p=0.04$). Çalışmalarda öğrencilerin kendi sağlığını algılayışı olumsuzlaştıkça kendilik kavramı sürekliliği azalmakta olduğu saptanmış olması çalışma bulgularımızı desteklemektedir (Çam ve ark. 2000).

Yapılan çalışmalarda kadınların toplumsal alanlarda görünüşle ilgili daha çok endişelenmelerinin ve sıkıntı duymalarının, toplumda kadının görüntüsüne daha fazla önem verilmesinden kaynaklandığı belirtilmektedir (Göksan 2007). Ayrıca bireyin beden imgesi kendi algıları kadar başkalarının da bakış açısından etkilenmektedir (Öz 2004). Bunun yansıması olarak beden

imgesi bireyin gerçek beden yapısı ile uyumlu ya da uyumsuz olabilir (Öz 2004). Kişinin şimdiki ya da geçmiş deneyimleri kadar, hayali deneyimlerini de içerebilir. Bedene ilişkin benlik kavramı, bedeninin gerçek görünüşüne gerçekten benzeyip benzemediğine ilişkin zihinde yer alan algılarla ilişkilidir (Kapıkıran 2003). Nitekim üniversite öğrencilerinde yeme davranışları ile ilgili yapılan çalışmalarda kız öğrencilerde kendini şişman bulma oranı (%20.9) yüksektir (Polat ve ark. 2005). Bu bulgulara paralel olan çalışma bulgularımızda da öğrencilerden şimdiki kilosundan daha ince olmayı isteyen ve şu anda ki kilosundan memnun olan öğrenci grubu arasında ölçekten aldığı toplam puan arasında istatistiksel olarak ileri derecede anlamlı farklılık saptanmıştır ($F=12.45, p=0.00$). Kilosundan memnun olan öğrencilerin ölçek toplam puanlarının yüksek olduğu (daha olumlu beden imgesi) bulunmuştur. Bu çalışmada ideal beden ağırlığının, beden imgesi algısı üzerinde önemli bir etken olduğu belirlenmiştir.

Benzer olarak Orsel ve ark. (2004)'nın çalışmalarında nesnel bir ölçüm olan standart beden-kitle indeksine göre ayrılan gruplar arasında beden imgesi açısından anlamlı bir farklılık bulmamalarına karşın, ideal beden isteğine göre yapılan gruplar arasında kilosundan memnun olanların daha olumlu beden imgesi bildirdiklerini belirlemişlerdir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Eğitimin amaçlarından birisi de bireyin kendi benliğine karşı daha gerçekçi ve olumlu bir tutum edinebilmesine yardımcı olmaktır. Bu nedenle adölesanlarda bu yönde geliştirilecek benlik kavramı, onun kendi benliğini değerli ve yeterli bulma durumuyla yakından ilişkilidir (Aştı ve Bilgin 1999).

Nitekim hemşirelik mesleği üyelerinin, topluma daha nitelikli hizmet sunmaları için kendisini çeşitli yönleriyle benimsemeleri gerekmektedir. Kendisini değerli bulan ve kendi beden imgesi ile dolayısıyla kendisi ile barışık olan hemşireler o ölçüde toplumun sağlığını koruma, geliştirme ve yaşamı anlamlı kılama yönünde etkin hizmet verebileceklerdir (Aştı ve Bilgin 1999). Böylece vereceği sağlık hizmeti, daha nitelikli ve daha

profesyonel yaklaşımları içerebilecektir (Çam ve ark. 2000).

Ayrıca sağlıklı/ hasta bireylere bakım, eğitim ve danışmanlık hizmet veren hemşireler ve bu hizmeti vermek üzere yetiştirilen hemşirelik öğrencilerinin sağlıklı geliştirmeye yönelik davranışlar konusunda eğitim yaşıntıları boyunca yeterli bilgi ve uygulamalara sahip olmaları gerekmektedir (Ayaz ve ark. 2005). Bu çalışmanın özellikle üniversiteli gençlerde beden imgesi algısını etkileyen faktörleri anlamaya ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları kazandırmaya yardımcı olacak girişimleri planlamaya rehber olacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte sağlıkla ilişkili olan ve olmayan üniversite öğrencileri arasında beden imgesi algısının karşılaştıran büyük örneklemlerle çalışmalar yapılması önerilebilir.

KAYNAKLAR

Akın, H., Uğurlu, N. (2006). Muğla Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinde beden-benlik algısı ve ruh sağlığı arasındaki ilişki. 1. Ulusal Sağlık Geliştirme ve Sağlık Eğitimi Kongresi, 9-12 Kasım, Muğla.

Ayaz, S., Tezcan, S., Akıncı, F. (2005). Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin sağlıklı geliştirme davranışları. Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi, 9(2): 26-34.

Aştı, N., Bilgin, H. (1999). Hemşirelik yüksekokulu öğrencileri ile diğer üniversiteli kız öğrencilerde benlik saygısının karşılaştırılması. IV. Ulusal Hemşirelik Eğitimi "Uluslararası Katılımlı" Sempozyum Kitabı, Çevik Matbaacılık, İstanbul, 250-258.

Balkaya, N. A., Demirkıran, F., Memiş, S. (2005). Hemşirelik ve ebellek öğrencilerinin beden imajı ve kendi kendine meme muayenesi yapma davranışları. 4. Uluslararası Üreme Sağlığı ve Aile Planlaması Kongresi, 20-24 Nisan, Ankara.

Canpolat, B. I., Örsel, S., Akdemir, A., Özbay, M. H. (2003). Ergenlerin kendilik algısında beden imajının ve beden kitle indeksinin rolü. Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji (3P) Dergisi, 11(2): 143-154.

Çam, O., Khorshid, L., Özsoy, S. H. (2000). Bir hemşirelik yüksekokulundaki öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. Hemşirelik Araştırma Dergisi, 1: 33-40.

Doğan, O., Doğan, S. (1992). Çok Yönlü Beden-Self İlişkileri Ölçeği El Kitabı. Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Basımevi, Cumhuriyet Üniversitesi Yayınları No:53, Sivas, 1-27.

Erkal, S., Pek, H. (1993). Beden imajında değişimler ve hemşirenin rolü. Hemşirelik Bülteni, 7(30): 61-71.

Garibağaoğlu, M., Mergen, Ö., Öner, N. (2005). Fizik tedavi ve rehabilitasyon yüksekokulu öğrencilerinin ağırlık durumları ile beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi. İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi Dergisi. 68(3): 64-70.

Göksan, B. (2007). Ergenlerde beden imajı ve beden dismorfik bozukluğu, T.C. Sağlık Bakanlığı Şişli Etfal Eğitim Araştırma Hastanesi Uzmanlık Tezi, İstanbul.

Gürsoy, D. (2003). Adölesan dönemde skolyoz olgularında ameliyat öncesi ve ameliyat sonrası dönemde beden imajı ve benlik saygılarının karşılaştırılması, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Kaya, H., Öztürk, A., Sarı, E. (2005). Öğrenci hemşirelerin benlik saygısı ve öz-bakım gücü düzeyinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. İ. U. F. N. Hem. Derg, 13(54): 85-94.

Kapıkıran, N. A. (2003). İdeal ve gerçek benlik kavramı ölçeğinin güvenirliği ve geçerliği. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 16: 14-25.

Mazıcıoğlu, M. M., Öztürk, A. (2003). Üniversite 3 ve 4. sınıf öğrencilerinde beslenme alışkanlıkları ve bunu etkileyen faktörler. Erciyes Tıp Dergisi, 25(4): 172-178.

Orsel, S., Canpolat, B. I., Akdemir, A., Özbay, M. H. (2004). Diyet yapan ve yapmayan ergenlerin kendilik algısı beden imajı ve beden kitle indeksi açısından karşılaştırılması. Türk Psikiyatri Dergisi, 15(1): 5-15.

Öz, F. (2004). Sağlık Alanında Temel Kavramlar. İmaj İç-Dış Ticaret A.Ş., Ankara, 83-131.

Özaltın, G. (2003). Beden imgesi değişimine yaklaşımlar. Hemşirelik Dergisi, 13(51): 4-14.

Polat, A., Yücel, B., Genç, A., Meteris, H. (2005). Bir grup üniversite öğrencisinde yeme davranışı özellikleri: Bir ön çalışma. Nöropsikiyatri Arşivi, 42(1-2-3-4): 5-8.

Roper, N., Logan, W. W., Tierney, A. J. (1997). The Elements of Nursing. 4.ed., Churchill Livingstone, Edinburgh, 20-66.

Vançelik, S., Önal, S. G., Güraksın, A. (2006). Atatürk Üniversitesi öğrencilerinde beden ağırlığı durumu ve ilişkili bazı faktörler. TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 5(2): 72-82.

Velioglu, P., Pektekin, Ç., Şanlı, T. (1991). Hemşirelikte Kişilerarası İlişkiler. Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Yayınları No: 226, Eskişehir, 61-66.