

K.K.T.C.
YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

MASTER TEZİ

OBEZİTENİN BENLİK SAYGISI VE BEDEN ALGISI ÜZERİNE
ETKİSİ

Göral ÜÇAY

LEFKOŞA

2018

K.K.T.C.
YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ

YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

OBEZİTENİN BENLİK SAYGISI VE BEDEN ALGISI ÜZERİNE
ETKİSİ

HAZIRLAYAN

Göral ÜÇAY

992101

TEZ DANIŞMANI

PROF.DR. EBRU TANSEL ÇAKICI

LEFKOŞA

2018

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı
Tez Savunması

Obezitenin Benlik Saygısı ve Beden Algısı Üzerine Etkisi

KLİNİK PSİKOLOJİ Yüksek Lisans Programı için hazırlanan bu tez, juriden başarıyla geçmiştir.

Hazırlayan
Göral Üçay

Juri Üyeleri

Prof. Dr. Ebru Çakıcı

Yakın Doğu Üniversitesi
Psikoloji Bölümü
Bölüm Başkanı
(Danışman)

Dr. Utku Beyazıt

Yakın Doğu Üniversitesi
Psikoloji Bölümü
Öğretim Üyesi

Yrd. Doç. Dr. Ayhan Çakıcı Eş

Yakın Doğu Üniversitesi
Rehberlik ve Psikolojik
Danışmanlık Bölümü
Öğretim Üyesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü Onayı

Prof. Dr. Mustafa SAĞSAN

ÖZ

Obezitenin Benlik Saygısı Ve Beden Algısı Üzerine Etkisi

Hazırlayan : Gör l  cay

Ocak, 2018

Bu çalışmanın amacı obezitenin benlik saygısı ve beden algısı üzerine etkisini araştırmaktır. Bu alışma nicel araştırma yöntemiyle hazırlanmış ve çalışmanın deseni korelasyonel araştırma desenidir. Çalışmanın  rneklemini, Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyet’inde yaşayan 18 – 60 yaş aralığında beden kitle indeksi 30 ve üzeri olan 50 kişi oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak Bilgi Formu, Rosenberg Benlik Saygısı  leği ve Beden Algısı  leği kullanılmıştır. Regresyon analizinde beden algısı’nı yordamada sadece benlik saygısı yordayıcı bulunmuştur. Yapılan çalışmanın bulgularına bakıldığında beden algısı ve benlik saygısının kendi içinde ilişkili olduğu, yüksek benlik saygısına sahip olan kişilerde beden algısının daha olumlu olduğu bulunmuştur. Beden algısı ile benlik saygısının ilişkili olması beklenen bir sonuç olarak görülmekte ve çalışmanın güvenirliğini desteklemektedir. Yaş, cinsiyet, uyruk, eğitim durumu, ekonomik durum, baba eğitim durumu ve anne eğitim durumu yordayıcı bulunmamıştır. Fazla kilolu olmak günümüzde pek çok kişinin bedeninin olumsuz algılamasına yol açmakla beraber, psikoterapistler fazla kilolu danışanlarıyla çalışırken hatırlamalıdır ki beden algısını güçlendirmek için sadece kilo vermek ve medyanın dayattığı  l lere sığmak gerekmemektedir, danışanların benlik saygısını güçlendirmek de beden algısını d zeltebilmektedir.

Anahtar S zc kler: BKİ, obezite, beden algısı, benlik saygısı

ABSTRACT

The Effect Of Obesity To Body Image Ans Self Esteem

Prpared by: Göral Üçay

January, 2018

The purpose of this study is to investigate the effect of obesity on self-esteem and body image. This study was designed by quantitative research method and is a correlation research design of study. The sample of the study consisted of 50 people with a body mass index of 30 and over between 18 and 60 years of age living in the Turkish Republic of Northern Cyprus. Demographic questionnaire form, Rosenberg Self-Esteem Scale and Body Image Scale were used as data collection tool in the study. In the regression analysis, only self-esteem was found as a predictor for body image. When the findings of the study were examined, it was found that self-esteem is related to body image and the participants who have high self-esteem have better body image. The association between body image and self-esteem is seen as an expected result and supports the liability of the study. Age, gender, nationality, educational status, economic status, father education status and mother education status were not predictive. It is important to remember that while overweight is nowadays leading to the negative perception of the body of many people, psychotherapists working with overweight clients should remember that it is not necessary to just lose weight and fit in the measurements imposed by the media in order to strengthen body perception. Strengthening the self-esteem of the clients can also improve the body perception.

Keywords: BMI, Obesity, self-esteem, body image

TEŞEKKÜR

Bu araştırma süreci boyunca, bana verdiği destek, gösterdiği anlayış ve sabır için danışman hocam Prof.Dr. Ebru ÇAKICI'ya;

Benden yardımlarını esirgemeyen Buğse ÖRÜ, Mehmetcan SOYLUOĞLU ve Cansın GÜNGÖR'e;

Hayatımın her evresinde bana destek olan değerli annem Serpil ÜÇAY'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

İÇİNDEKİLER

| | |
|--|-----|
| JÜRİ ÜYELERİNİN İMZA SAYFASI | |
| BEYANNAME | |
| ÖZ | i |
| ABSTRACT | ii |
| TEŞEKKÜR | iii |
| İÇİNDEKİLER | iv |
| ŞEKİL LİSTESİ | vi |
| TABLO LİSTESİ | vii |
| KISALTMALAR | ix |
| BÖLÜM I. | |
| GİRİŞ | |
| 1.1. Araştırmanın Amacı | 2 |
| 1.2. Araştırmanın Önemi | 2 |
| 1.3. Araştırmanın Sınırlılıkları | 3 |
| 1.4. Araştırmanın Varsayımları | 3 |
| 1.5. Araştırmanın Tanımları | 3 |
| BÖLÜM II. | |
| KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE | 5 |
| 2.1. Obezite Kavramı | 5 |
| 2.1.1.Obezite Kavramının Tarihi | 5 |
| 2.1.2. Obeziteye yol açan etmenler | 6 |
| 2.1.2.1. Genetik etmenler | 6 |
| 2.1.2.2. Çevresel Faktörler | 7 |
| 2.1.2.3. Fiziksel Etmenler | 8 |
| 2.1.2.4. Psikolojik Etmenler | 8 |
| 2.1.2.5. Demografik etmenler..... | 9 |
| 2.1.3. Obeziteyi Açıklayan Kuramlar | 9 |
| 2.1.3.1. Öğrenme kuramı ve Obezite | 9 |
| 2.1.3.2. Psikanalitik kuram ve Obezite | 10 |
| 2.2. Benlik Saygısı ve Obezite | 11 |

| | |
|--|----|
| 2.3. Beden Algısı ve Obezite | 12 |
| 2.4. Yapılan Araştırmalar | 14 |
| BÖLÜM III. | |
| YÖNTEM | 17 |
| 3.1. Araştırmanın Modeli | 17 |
| 3.2. Evren ve Örneklem | 17 |
| 3.3. Veri Toplama Araçları | 17 |
| 3.3.1. Rosenberg benlik saygısı ölçeği (RBSÖ) | 17 |
| 3.3.2. Beden Algısı Ölçeği (BAÖ) | 18 |
| 3.4. Verilerin Toplanması | 18 |
| 3.5 Verilerin İstatistiksel Değerlendirilmesi | 18 |
| BÖLÜM IV. | |
| BULGULAR | 20 |
| BÖLÜM V. | |
| TARTIşMA | 43 |
| SONUÇ | 48 |
| KAYNAKLAR | 49 |
| EKLER | 55 |
| EK 1 Aydınlatılmış Onam | 55 |
| EK 2 Bilgilendirme Formu | 56 |
| EK 3 Bilgi Formu..... | 57 |
| EK 4 Benlik Algısı Örnek Maddeler..... | 59 |
| EK 5 Rosenberg Benlik Saygısı Örnek Maddeler..... | 61 |
| EK 6 Özgeçmiş..... | 62 |
| EK 7 Etik Kurul Onay Formu..... | 67 |
| EK 8 Turnitin..... | 68 |

ŞEKİL LİSTESİ

- Şekil 1. Katılımcıların daha önce yaptıkları şeyleri kilo aldıktan sonra yapmaktan kaçınma durumlarının dağılımı..... 23

TABLO LİSTESİ

| | | |
|-----------|---|----|
| Tablo 1. | Katılımcıların tanıtıcı özelliklerine göre dağılımı..... | 20 |
| Tablo 2. | Katılımcıların antropometrik ölçümlerine ait tanımlayıcı istatistikler | 22 |
| Tablo 3. | Katılımcıların fazla kiloya ilişkin görüşlerinin dağılımı | 24 |
| Tablo 4. | Katılımcıların BA ve RBSÖ'den aldıkları puanlara ait tanımlayıcı istatistikler | 25 |
| Tablo 5. | Katılımcıların yaş gruplarına göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması | 26 |
| Tablo 6. | Katılımcıların cinsiyetlerine göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması | 27 |
| Tablo 7. | Katılımcıların uyruklarına göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması | 28 |
| Tablo 8. | Katılımcıların eğitim durumlarına göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması | 29 |
| Tablo 9. | Katılımcıların çalışma durumlarına göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması..... | 30 |
| Tablo10. | Katılımcıların aylık gelirlerine göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması..... | 31 |
| Tablo 11. | Katılımcıların baba eğitim durumlarına göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması..... | 32 |
| Tablo 12. | Katılımcıların anne eğitim durumuna göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması | 33 |
| Tablo 13. | Katılımcıların zayıflama için ilaç kullanma göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması | 34 |
| Tablo 14. | Katılımcıların önceden yapılan şeyleri yapmaktan kaçınma durumlarına göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması..... | 35 |

| | | |
|-----------|---|----|
| Tablo 15. | Katılımcıların fazla kilonun sağlık sorunu olmasına ait görüşlerine göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması..... | 37 |
| Tablo 16. | Katılımcıların fazla kilo estetik olarak güzel görünmeyi engeller ifadesine ilişkin görüşlerine göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması | 38 |
| Tablo 17. | Katılımcıların fazla kilolu bireylerin sosyal yaşamdan uzaklaştığını düşünme durumlarına göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması..... | 39 |
| Tablo 18. | Katılımcıların fazla kilolu bireylerde psikolojik rahatsızlıkların daha sık görülmesine ilişkin görüşlerine göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması | 40 |
| Tablo 19. | Katılımcıların antropometrik ölçümleri, BAÖ ve RBSÖ puanları arasındaki korelasyonlar | 41 |
| Tablo 20. | Katılımcıların cinsiyet, yaş, BKİ ve RBS puanlarının BA puanlarını yordamasına ilişkin Regresyon analizi sonuçları..... | 42 |

KISALTMALAR

| | |
|-------------|-----------------------------------|
| BAÖ | : Beden Algısı Ölçeği |
| BKİ | : Beden Kitle İndeksi |
| DSÖ | : Dünya Sağlık Örgütü |
| RBSÖ | : Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği |

1. Giriş

Son yıllarda hızlı gelişimin ve teknolojik ilerlemenin dezavantajı olarak toplum sorunsalı haline gelen obezite, bilimsel araştırma ve inceleme konularının başında “güncel tehlike arz eden problemlerden biri olarak yerini almıştır. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ve yapılan araştırmalardaki bulgular 10 yıl içinde obezitenin %30 artacağını ve toplumun daha çok bu sorunsal ile karşı karşıya kalacağını ortaya koymaktadır(DSÖ, 2007; Sarısoy ve ark., 2013).

DSÖ obeziteyi “adipoz dokuda insan sağlığını bozacak düzeyde anormal ve aşırı yağ birikimi” olarak tanımlamaktadır (DSÖ, 2000). Vücutta biriken yağ dokusu, kişinin boyuna, kilosuna, cinsiyetine ve ırkına göre sağlığa zararlı sonuçlara neden olacak düzeyde fazla olduğunda obezite kavramından bahsedilmektedir (Cateron&Broom, 2001). Obezitenin tanılanması sürecinde bilinen en yaygın kıstas Beden Kitle İndeksi’dir. DSÖ’nün 2001 yılında yaptığı tanımlamada BKİ, beden kitlesinin (kg) kişinin boyunun (cm) karesine bölünmesi neticesinde ortaya çıkmaktadır. Kişilerin BKİ’si 18,5-24,9 arası normal, 25-29,9 arası kilolu, 30 ve üzeri aşırı kilolu (obez) şeklinde belirlenmiştir (DSÖ, 2001). Erkeklerde yağ miktarının toplam vücut ağırlığının %25’ini, kadınlarda ise 30’unu aşması obezitenin göstergesidir(Taşan 2005). Obezite vücutta gereğinden fazla yağ birikmesi ile oluşan, fiziki ve psikolojikproblemlere neden olan bir enerji metabolizması bozukluğudur. Alınan enerjinin harcanandan daha fazla olması obezitenin en önemli nedenlerindedir.

Yapılan literatür taramada, obezite ile ilgili ilişkili ve önemli olan iki kavram beden algısı ve benlik saygısı olarak karşımıza çıkmaktadır. Uluslararası ve ulusal alanda yapılan çalışmalar, obez bireylerin benlik saygısı düzeyinin düşük olduğunu ortaya koymuştur (Deveci ve ark., 2005; Mond ve ark., 2011; Tezcan, 2009; Werrij ve ark., 2006;). Ayrıca obez bireylerin bedenleri ile ilgili algılarının daha olumsuz olduğunu gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Annis ve ark., 2004; James, 1998;Mond ve ark., 2011; Olmsted&Mcfarlane, 2004; Sarwer ve ark., 1998; Schwartz&Brownell, 2004).

Obezitenin kökeninde genetik, çevresel, fiziksel, psikolojik etmenler rol almakla birlikte, tedavi sürecinde birçok farklı boyutları içeren bir terapi yaklaşımı gerekliliği ortaya koyulmuştur. Hamurcu ve arkadaşları tarafından(2015). Türkiye’de yapılan çalışmada,benlik saygısı ve beden algısının obezite ile ilişkili olduğu hipotezi

ortaya koyulmuş, çalışma sonucunda obez kişilerde normal kişilere oranla daha düşük benlik saygısı ve beden algısı olduğu bulgulanmıştır.

Tüm bunların ışığında, çalışmada KKTC sınırları içinde bulunan obez erişkinlerin benlik saygısı ve beden algısı ile ilişkisi araştırılmıştır. Bu çalışma henüz KKTC’de yapılmamış olması bakımından önemlidir. Ayrıca ileride yapılacak araştırmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

1.1 Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada yetişkin bireylerin benlik algısı, beden algısı ve beden kitle indeksi arasındaki ilişkinin araştırılması hedeflenmektedir. Bu amaç doğrultusunda öncelikle beden kitle indeksi 30 ve üzeri olan bireylerin saptanması, bu bireylerin beden algıları ile benlik saygısının değerlendirilmesi ve bu değişkenlerin aralarındaki ilişkinin araştırılması planlanmıştır.

Araştırmada aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır:

1. Katılımcıların benlik saygı düzeyleri arasında ilişki var mıdır?
2. Katılımcıların beden algı düzeyleri arasında ilişki var mıdır?
3. Katılımcıların benlik saygı düzeyleri ve beden algı düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?
4. Katılımcıların yaş, benlik saygı düzeyleri ve beden algı düzeyleri arasında ilişki var mıdır?
5. Cinsiyetlere göre benlik saygı düzeyleri arasında ilişki var mıdır?

1.2 Araştırmanın Önemi

Obezite, gelişmiş ülkeler başta olmak üzere tüm dünyada ve ülkemizde yaygınlığı gittikçe artan en önemli sağlık sorunları arasında yer almaktadır (Ergin, 2014).

Yapılan alan yazın taramasında; obezitenin, demografik, sosyal, biyolojik, psikolojik ve çevresel etmenler ile çeşitli düzeylerde ilişkili olduğu, psikolojik etmenler

arasında yer alan benlik saygısı ve beden algısının, obezite ile ilişkisi gözlemlenmektedir.

KKTC’de obezite ile ilgili çalışmaların sınırlı oluşu, obeziteyi etkileyen psikolojik etmenlerin tespitinin obez bireylerle psikolojik danışmanlık çalışmasında yol gösterici olabilmesi nedeniyle çalışma alana katkı koyacaktır.. Elde edilecek bulguların yeni araştırmaların planlanmasına katkı koyması beklenmektedir.

1.3 Sınırlılıklar

Yapılan çalışma, KKTC’deki 18-60 yaş aralığında, beden kitle indeksi 30 ve üzeri olan Lefkoşa, Girne ve Mağusa bölgelerinde yaşayan bireyler ile sınırlıdır.

Benlik saygısı, Rossenberg Benlik Saygısı ile ölçülecektir.

Beden algısı, Benlik Algısı Ölçeğiyle ölçülecektir.

1.4 Varsayımlar

Yapılacak olan anket formlarındaki sorulara, katılımcıların içten ve samimi cevaplar verdiği varsayılmıştır.

1.5 Tanımlar

Beden kitle indeksi(BMI): Vücut ağırlığının boy uzunluğunun karesine bölünmesine denmektedir.

Beden algısı: Bir kişinin kendi bedeni hakkındaki duygu, düşünce ve algısı olarak tanımlanmaktadır.

Benlik saygısı: Kişinin kendini kıymetli, tesirli, kifayetli hissetmesi, kendine değer vermesi ve onaylamasıdır.

Obezite: Beden kitle indeksi 30 ve üzerinde olan bireyleri kapsayan hastalığa denmektedir.

Demografik etmenler: Yaş, boy, kilo, cinsiyet, eğitim, inanç gibi etmenlere

denmektedir.

Psikolojik etmenler: Ruhsal zorlanmalar, stres heyecan, korku, beden algısı ve benlik saygısı gibi etmenlere denmektedir.

Çevresel etmenler: Televizyon ve bilgisayar kullanımı, fiziksel aktivite azlığı gibi etmenlere denmektedir.

2. KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Obezite Kavramı

Obezite, Latince “obesus” sözcüğünden türetilmiştir. Türkçe’de ise şişmanlık olarak açıklanan “obesus”, “iyi beslenmiş” anlamına gelmektedir (Tezcan, 2009). Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) obeziteyi “adipoz dokuda insan sağlığını bozacak düzeyde anormal ve aşırı yağ birikimi” olarak tanımlamaktadır (DSÖ, 2000). Vücutta biriken yağ dokusu, kişinin boyuna, kilosuna, cinsiyetine ve ırkına göre sağlığa zararlı sonuçlara neden olacak düzeyde fazla olduğunda obezite kavramından bahsedilmektedir (Caterson&Broom, 2001). Obezitenin tanılanması sürecinde bilinen en yaygın kıstas Beden Kitle İndeksi’dir. DSÖ’nün 2001 yılında yaptığı tanımlamada Beden Kitle İndeksi, beden kitesinin (kg) kişinin boyunun (cm) karesine bölünmesi neticesinde ortaya çıkmaktadır. Kişilerin BKİ İndeksi 18,5-24,9 arası normal, 25-29,9 arası kilolu, 30 ve üzeri aşırı kilolu(obez) olarak belirlenmiştir (DSÖ, 2001). Erkeklerde yağ miktarının toplam vücut ağırlığının %25’ini, kadınlarda ise 30’unu aşması obezitenin göstergesidir(Taşan 2005). Obezite vücutta gereğinden fazla yağ birikmesiile oluşan, fiziki ve psikolojik problemlere neden olabilen bir enerji metabolizması bozukluğudur. Alınan enerjinin harcanandan daha fazla olması obezitenin en önemli nedenlerindedir.

2.1.1 Obezite Kavramının Tarihi

Her ne kadar obezite 21. yy dan itibaren yakından takip edilmeye başlanan bir sağlık sorunu olsa da aslında obezite veya “şişmanlık” üzerine çalışmalar veya gözlemler insanlık tarihinin eski çağlarına kadar uzanmaktadır. İnsanlık tarihi içerisinde normal üstü vücut ölçülerine sahip olan, günümüzde obez olarak değerlendirilebilecek vücut yapısının betimlenmesi durumunun en erken örneklerini Paleolitik çağın kadın figürlerinde gözlemlenebilir. Normal oranların üstünde vücut hatları ile doğum yapan kadın ya da bereketi sembolize ettiği düşünülen bu figürlerinin günümüz algısı dışında olumlu bir algı ile betimlendiğini değerlendirebiliriz.

Antik Grek ve Roma kaynaklarına bakıldığında ise artık Obezite'nin sadece olumlu yönleriyle algılandığını değil aynı zamanda bir sağlık sorunu olarak da ele alındığını görürüz. Örneğin Tıp'ın babası olarak Bilinen Hipokrat MÖ. 5. yy da Obezite'nin hastalıklara neden olabileceğini belirtmiştir (Christopoulou-Aletra&Papavramidou, 2004). Hipokrat'ın öğretilerinin ardından, MS. 2. yy da yine Hipokrat kadar meşhur olan Romanın en meşhur sağlıkçılarından Galen'in de obeziteyi bir sağlık sorunu olarak görüp, tedavisi üzerine çalışmalar yaptığını görürüz (Papavramidou ve ark., 2004). Bahsi geçen iki büyük sağlıkçıdan sonra da antik çağlarda obezite ve tedavileri üzerine çalışmalar yapılmış ve obezite insanlık tarihi içerisinde bir sağlık sorunu olarak yerini almıştır (Okka & Durduran, 2013).

Şüphesiz obezitenin tarihi toplumların yeme alışkanlıklarına göre şekillenmeye devam ediyor. Örneğin, Sander Gilman (2013), kültürel tarih ile obeziteyi incelediği kitabında, yeme biçimi ile direkt olarak ilişkisi olan bu hastalığı değerlendirirken, özellikle 21. yy da yeme biçiminin geçmiş yüzyıllara göre çok daha hızlı değişim gösterdiğini söylüyor. Bu değişim, olumsuz bir sonuç olarak obeziteyi dünya çapında bir hastalık haline getirmiştir ki DSÖ (2001) yılında "Globesity" kavramı ile obeziteyi, dünya popülasyonunu tehdit eden yeni nesil yaygın hastalık olarak ilan etmiştir (Kuntz, 2003). Bu yıldan itibaren, insanlık tarihi ile paralel gelişen obezite günümüzdeki son halini almış ve bilim tarihi sayfasında önemli bir yer teşkil etmeye devam etmiştir.

2.1.2. Obeziteye Yol Açan Etmenler

2.1.2.1. Genetik Etmenler

Obezite, genellikle çevresel ve genetik faktörlerin etkileşimi ile ortaya çıkan komplike bir hastalık olarak nitelendirilmektedir. Fakat bazı istisnai durumlarda, sadece tek bir genin mutasyonuna bağlı olarak 'monojen' obezitenin geliştiği rapor edilmiştir. 'Melanokortin-4 reseptörü' (MC4R) bozukluğu monojen obezitenin bilinen en yaygın sebebidir ve kimi zaman poligenik obezitenin gelişmesinde önemli bir rol oynadığı düşünülmektedir (Valetteve ark., 2013). MC4R hipotalamik çekirdekte yer alan leptin-melanokortin sinyalleşme sisteminde oreksijenik ve anoreksijenik sinyaller aracılığı ile vücuda alınan gıda kontrolünde görev almaktadır.

Bu sebeple bu reseptördeki bozulmaların yeme davranışını etkilediği düşünülmektedir. Fakat Valette ve arkadaşları (2013) geniş bir yelpazeyi kapsayan yeme bozukluklarının MC4R geni ile olan ilişkisini incelediklerinde çok net bir sebep-sonuç ilişkisine rastlanamadığını belirtmiştir. Bu sebeple, araştırma yöntemlerinin geliştirilerek bu genin mutasyonuna bağlı yeme alışkanlıklarındaki davranışsal sonuçlar ile ilgili daha fazla çalışmanın yapılması gerekliliğini savunulmaktadır.

Öte yandan, teknolojinin kazandığı ivme ile son yıllarda artan epigenom belirleme çalışmaları, obezitede epigenomun etkilerini araştıran çalışmalarda da hızlı bir artışa yol açtı. Epigenetik haritada önemli rol oynadığı bilinen çocukluk ve ergenlik dönemindeki çevresel faktörlerin, kalıcı epigenetik değişimlere yol açarak ileriki hayatta obezite riskini de artırdığı öngörülmektedir (vanDijk ve ark., 2015). vanDijk ve arkadaşlarının konu ile ilgili 2008 ve 2013 yılları arasında yayınlanmış 46 çalışma üzerinde yaptıkları meta-analizde, global gen metilasyonu ile obezite arasında tutarlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Diğer yandan, özellikle kan hücrelerinde, farklı şekillerde metilize olmuş bazı obezite-ilişkili genler tespit edilmiştir. Önemli olarak, doğumda var olan belirli metilasyon ipuçları ile sonraki hayatta obezite arasında ilişkiler gözlenmiştir. Ayrıca, kilo kaybı tedavisi çalışmalarında tutarlı olarak belirli bölgelerde metilasyon değişimleri gözlenmiştir.

2.1.2.2. Çevresel Faktörler

Yapılan çalışmalarla genetik etmenlerin yanında bazı çevresel etmenlerin de obeziteyi artırdığı ortaya konmuştur. Ayrıca çevremizdeki birçok şey gibi kolaylıkla sahip olabileceğimiz, düşük fiyatlı, anlık yüksek enerji veren ve lezzetli gıdaların aşırı derecede bulunmasıyla birlikte, fastfood beslenme şekli de yaygınlaşmaktadır. Tüm bunların ışığında, fastfood beslenme şeklinin yaygınlaştığı günümüz koşullarında, çevresel faktörlerin önemi vurgulanmaktadır (Güngör, 2014; Schrauwen & Westerterp, 2000).

2.1.2.3. Fiziksel Etmenler

Fastfood beslenme şeklinin düşük fiziksel hareketle birleşimi neticesinde, yüksek enerjili beslenmeye karşı düşük enerji tüketimi ortaya çıkmaktadır. Obezitenin oluşumu ve gelişimi sürecinde, yüksek enerji alımı ile düşük enerji tüketiminin düzeyi karakterizedir. Bu nedenle, 2000 yılında Schrauwen&Westerterp'in yaptığı çalışmada, obeziteprevalansının bir nedeni olarak fiziksel aktivite azlığı gösterilmiş ve obeziteyi engellemek amacıyla fiziksel aktivitenin artırılmasının mantıklı olduğu vurgulanmıştır. Gedik'in 2003 yılında yaptığı çalışmada ise günümüzde teknolojinin hayatımızdaki sedanter yaşamı desteklediği ve dolayısıyla fiziksel aktivite düzeyinin azalmasına yol açtığı vurgulanmıştır. Ayrıca aynı çalışmada düşük fiziksel aktivite seviyesi az ise, alınan günlük enerjiyi düşürmenin yeterli olmadığını ve obeziteye neden olduğunu ortaya koymuştur (Gedik, 2003).

2.1.2.4. Psikolojik Etmenler

Obezitenin biçimlenme sürecindepsikolojik faktörlerinde etkisi büyüktür. Ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkiler, ev ortamında yaşanan olumsuz problemler, çocuğun arkadaşları tarafından dışlanması ve okul başarısızlıkları kişinin psikolojisini etkilemekte ve bu da bireyde beslenme bozukluklarına sebep olmaktadır. Obez çocuklarda, çocukluktan erişkinliğe geçiş sürecinde arkadaş edinememe ve akranlarıyla birlikte grup etkinliklerine katılamama gibi psikolojik sorunlar obezite düzeyini artırmaktadır. (Fiore ve ark., 2006; Parlak ve Çetinkaya, 2006)

Kaya'nın (2016) yaptığı çalışmada stres, aile yakınlarındaki kayıp, depresyon ve travmatik durumların kilo alımını desteklediği ortaya konulmuştur. Ayrıca Canetti ve arkadaşlarının (2002) yaptıkları çalışmada emosyonel yeme kavramı ile bireylerin ruhsal durumları arasındaki ilişki araştırılmış ve bireylerin yemek seçimi, yemek yeme sıklığı ile ruhsal durumları arasında anlamlı korelasyon olduğu vurgulanmıştır. Emosyonel yeme duygularla ilişkili yeme olarak ifade edilmektedir.

2.1.2.5. Demografik Etmenler

Yapılan çalışmalar, obezitenin tüm yaş gruplarındaki kişilerde görüldüğünü, bununla birlikte yaşın ilerlemesi ve obezitenin artışı arasında doğru orantı bulunduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca vücuttaki yağ dokusu ile obezite arasında doğru orantılı bir artış gözlemlenmekte ve yağ dokusu artışının en hızlı 1-6 yaş ile ergenlik dönemlerinde olduğu ifade edilmektedir (Günöz, 2001; Köksal ve Özel, 2012). Unusan'ın (2004) çalışmasına göre, ergenlik döneminde kızların beden algısına daha çok dikkat ettiği gözlemlenmiş ve dolayısıyla bu dönemde erkeklerde obezite görülme oranının daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur.

Parlak ve Çetinkaya'nın (2006) yaptığı çalışmada, demografik etmenlerden biri olan cinsiyete göre obezite durumu incelenmiş, kadınların erkeklere göre obez olma ihtimallerinin olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte kadınların yağ oranlarının bazı hormonlara ve gebelik gibi durumlara bağlı olarak değişiklik gösterdiği ve obeziteye sebep olduğu ortaya konulmuştur.

2.1.3. Obeziteyi Açıklayan Kuramlar

2.1.3.1. Öğrenme Kuramı ve Obezite

Öğrenme kuramına göre kişinin yaşamı boyunca kazandığı yeme alışkanlıklarının büyük bir çoğunluğunu erken çocukluk dönemindeki tecrübeler etkilemektedir.

.Erken çocukluk çağında bir davranış model olarak öğrenme sıkça gözlemlenen bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu durum şişman ebeveynlerin yanlış beslenme alışkanlıkları noktasında çocukları tarafından model alındıklarını ortaya koymaktadır (Aktaran: Tekdemir, 2013).

Öğrenme kuramının ortaya koyduğu bir başka perspektif ise, kişinin açlık ve keyifsizlik duyguları arasında ayırt etme zorluğu yaşaması ve dolayısıyla bunu

yemek yeme davranışıyla bastırma eğiliminde olmasıdır. Yemek yeme davranışı kişinin anlık tatmin düzeyini artırmakla birlikte, sonrasında alınan aşırı kilo olumsuz beden algısı, mutsuzluk , kendi kendine kızma davranışı gibi birçok olumsuz etkiyi beraberinde getirmektedir. Olumsuz etkiler sonucunda yeme davranışı daha da fazla artmakta ve yemek yeme davranışı sevginin bir simgesi haline gelmektedir. Sonuç olarak, kişinin psikolojik olarak yaşadığı sıkıntılı durumlarda kaçış ve rahatlama amacıyla yemek yeme davranışı göstermesi ve sonrasında yaşanan olumsuz duygularla birlikte yeniden daha fazla yemek yemeye yönelmesi aşırı kilonun kısır döngüsünü ortaya koymaktadır. (Aktaran: Aydoğan,2017)

2.1.3.2. Psikanalitik Kuram ve Obezite

Psikanalitik kurama göre, aşırı yemek tüketimi psikoseksüel gelişim dönemlerinden oral döneme takılı kalma ile bağlantılıdır. Freud'un libido kuramına göre, oral dönemde libido(haz) bölgesi ağız, dudak ve dil olarak belirtilmiştir. Çocukluk dönemlerinde oral faaliyetler (parmak emme, yemek yeme vb.) sevgiye ve bağlılığa eşdeğer olduğundan ötürü, sonraki dönemlerde sevgi, bağlılık, güvenlik gibi gereksinimlerin yerini aşırı yemek yeme davranışı almaktadır. Kişinin yaşamındaki olumsuz duyguların yarattığı boşluğu yemek yeme davranışı ile tamamlamaktadır.Bir başka çalışmaya göre, ebeveynlerin bebeklik dönemindeki ağlama, huzursuzluk gibi tepkilere karşılık biberon, meme vb. malzemeleri kullanmaları çocukların oral doyum ve yaşam açıklığına karşı şartlanmasını sağlayarak, gelecekte strese maruz kaldığı anlarda oral doyuma ulaşmaya çalışmasına sebep olmaktadır (Aktaran: Tezcan, 2009).

Psikoanalitik teorilere göre bir başka perspektif ise, aşırı yemek yeme davranışının motive edici ve kompulsif nitelikler barındırdığı kabul edilmektedir. Aynı zamanda anksiyete ve depresyon durumlarında baş etme mekanizması olduğu vurgulanmaktadır (Hamulu, 1999).

Obezitenin dinamiklerinden özellikle vurgulanan bir etki de ebeveyn yaklaşımı olarak görülmektedir. Ebeveynlerin çocuklarına karşı baskın bir tutumda olması, açlık-tokluk hislerine ait kararları noktasında da bu baskıyı sergilemesi obeziteyi artırmaktadır (Odağ, 1999).

Egonun yeme bozuklukları noktasında ortaya çıkardığı savunma mekanizmaları ile çocukların alışkanlık ve dürtü bozukluğu noktasında kullandığı mekanizmaların aynı olduğu ortaya konulmuş ve obez kişilerin ego yapılarına bakıldığında birçok savunma mekanizmasının önemli yere sahip olduğu çalışmalarda vurgulanmıştır. Bu mekanizmalar arasında en çok ortaya çıkan inkar mekanizmasıdır. Obez bireylerin, çevreden korunma amacıyla da savunma mekanizmalarını kullandıkları bilinmekte ve daha derine inildiğinde bu mekanizmaların altında depresyon olduğu ortaya koyulmaktadır (Aktaran: Tezcan, 2009).

2.2. Benlik Saygısı ve Obezite

Benlik saygısı, kişinin öznel olarak kendi değerini ölçmesi anlamına gelmektedir. Bu sebeple benlik algısı, nesnel bir gerçekliği yansıtmaktan ziyade insandan insana değişiklik gösteren bir algıdır (Baumeister ve ark., 2003). Yüksek benlik saygısı, kişinin çoğu yönden kendini olumlu bir şekilde değerlendirmesi olarak nitelendirilebilirken, düşük benlik saygısı ise kendi hakkında çoğunlukla olumsuz duygu ve inanışlara sahip olma durumu olarak tanımlanabilir.

Tek başına bir psikolojik kavram olarak ‘benlik saygısı’nın ele alınışı ilk olarak 1892 yılında yayınlanan filozof ve psikolog William James’in “Psychology: Thebriefcourse” adlı kitabına dayanmaktadır. Eski teorilerin çoğunda benlik saygısı insanın temel ihtiyaç veya motivasyonu olarak nitelendirilmiştir. Abraham Maslow, ihtiyaçlar hiyerarşisi teorisinin dördüncü basamağına benlik saygısı ihtiyacını yerleştirerek bu kavramı iki gruba ayırmıştır: kendine güven, sevgi, yeteneklerin farkındalığını kapsayan öz-saygı; ve kişi olarak başarılanlar (statü, prestij vb.) ile başkalarının saygı ve takdirini kazanma isteği. Maslow’a göre kişiler benlik saygısı ihtiyacını karşılamadığı takdirde onu aramaya devam edecektir ve bu arayış devam ettiği sürece gelişmeyecek ve son basamak olan ‘kendini gerçekleştirme’ basamağına ulaşamayacaktır (Maslow, 1987).

Benlik saygısı, hayatın ilk yıllarında ortaya çıkıp sonrasında gelişen ve zaman içinde oturan, daha çok stabil olarak nitelendirilen bir kavramdır. Harter (1990),

çocukluk döneminde benlik saygısının farklı bir dizi gruplara ayrılarak sonrasında kişinin genelleyici tek bir izlenimi benimsediğini gözlemlemiştir (Aktaran: Akhter&Hossain, 2012). Yapılan araştırmalar, ailenin benlik saygısı üzerinde önemli bir etkisi olduğunu göstermektedir. Olumlu benlik saygısına sahip olan çocukların aileleriyle olan iletişimlerinin güçlü olduğu, ailelerin çocukları duygularını dışa vurmak için teşvik ettiği ve demokratik bir kontrolün hakim olduğu ortaya konmuştur. Diğer yandan, sosyoekonomik statü, babanın eğitim ve gelir seviyesi, yaş ve cinsiyet gibi faktörlerin de benlik saygısı ile ilişkisi olduğu öngörülmektedir. Örneğin Rosenberg ve Pearlin (1978) yaptıkları çalışmada çocukların benlik saygısı ile ailelerinin sosyal sınıfı arasında hiçbir ilişki bulmazken, ergenlik döneminde bu ilişkinin gözlemlenebildiği ve yetişkin yaşlarda ise daha çok arttığı bulgusuna ulaşmışlardır (Aktaran: Akhter&Hossain, 2012).

Her ne kadar benlik saygısının düşük olmasının obezitenin bir sonucu olarak mı yoksa sebebi olarak mı ele alınması gerektiği bilimsel olarak bir kesinlik kazanmamış olsa da, yapılan çalışmalar benlik saygısı ve obezite arasında bir ilişki olduğunu kanıtlıyor. Örneğin, yapılan bilimsel çalışmalar obezite tanısı konmuş hastalarda gözlemlenen düşük benlik saygısının, sağlıklı bireylerde gözlemlenenen daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. (Annis, ve ark., 2004; Hamurcu, ve ark., 2015). Buna ek olarak, düşük benlik saygısını, obezitenin sebepleri arasında gösterecek olursak, yemek yeme isteğindeki aşırılığın da düşük benlik saygısı ile ilişkilendirile bilindiği görülmüştür (LoCoco ve ark., 2011).

Araştırmalar benlik saygısı ve obezite ilişkisini vurgulamaktadır bu yüzden obez bireylerin tedavisi esnasında benlik saygısının artırılmasına yönelik çalışmalar önemli bir yer tutmaktadır.

2.3. Beden Algısı ve Obezite

Günümüzde obezite her ne kadar bir sağlık sorunu olarak karşımıza çıksa da, obez kişilerde hastalığın dış görünüş ile alakalı kısmı kişilerin daha çok rahatsızlık duydukları unsurlar içerisinde yer almaktadır. Bu durum kişinin düşük benlik algısına sahip olup, doğal olarak benlik saygısı problemlerine dönüşüp, özellikle

obezite ve tedavisinde göz ardı edilmemesi gereken önemli bir problem haline geliyor. Beden saygısı ve obezite ile direkt bağlantılı olan beden algısı obez bireyin anlaşılması ve tedavisi için önem teşkil etmesinden dolayı bu bölümde ele alınmaktadır.

Beden algısı kısaca kişinin kendi zihninde oluşturduğu vücut yapısının yine kendince değerlendirilmesi gibi tamamen subjektif değerlendirmeye bağlı bir algıdır ve sosyal çevreye göre değişkenlik göstermektedir (Hamurcu, 2015). JaquesLacan'ınpsikanalitik ayna kuramı göre 1.5 yaşlarında çocuk kendisi ve diğer bireyler arasında karşılaştırmaya başlar ve 5 li yaşlarında diğer bireyleri kilo ve görüntülerine göre değerlendirmeye başlar (Ata, ve ark., 2014).

Küçük yaşlardan beri etkileşim içinde olduğumuz masallar ve filmlerdeki güzel, yakışıklı ve genel algıya hitap eden mükemmel vücut hatlarına sahip kahramanlar, prens ve prensesler aslında oluşmakta olan beden algısını da etkiler. Beden algısı bireyin içinde bulunduğu dönem, coğrafya veya ekonomik durum gibi farklı değişkenlere göre de şekillenebilir. Örneğin 1960'lı yıllarda başlayan ve günümüzde de basın ve popüler kültür yolu ile etkisini gösteren "güzel kadın zayıf kadındır" algısının (Aslan, 2004) antik çağlarda farklılık gösterdiğini, aşk ve güzellik tanrıçası olarak algılanan Afrodite'nin betimlemelerinde daha dolgun vücut hatlarına sahip olarak betimlendiğinin gözlemleyebiliriz. Aynı zamanda bireyin etnisitesinin de beden algısını etkileyen faktörler içerisinde yer aldığını görebilmekteyiz. Buna örnek vermek gerekirse, siyahi kadınlar kendilerinin kilolu olarak algılasalar bile çekici bulmaya devam ediyor, yani benlik algısı kilolu olmasına rağmen yüksek olabiliyor.

Obez bireyler üzerinde yapılan beden algısı çalışmaları, bireylerin kendi vücut yapılarından dolayı mutsuz olduklarını göstermiştir ve bu mutsuluğun sebebi olarak da bireylerin vücut ağırlıkları yerine, beden algılarının olduğu öne sürülmüştür (Karakaya, ve ark., 2012). Bedenin olumsuz algılanması sonucu olarak da birey kendini ve sağlığını olumsuz etkileyecek eylemlerde de bulunabilir (Ata, ve ark., 2014). Bu olumsuz etkiler obezitenin tedavisini olumsuz yönde etkileyebileceği gibi beden algısının bireyde olumlu yanıt bulması da kişinin obez olma riskini arttırmaktadır. Normal kilonun üstündeki birey kendi beden algısını normal ölçülerde

algıladığı zaman, bulunduğu durum için bir önlem almaya gerek duymayacak ve bu da onun obezite riskinin arttıracaktır (Paeratakul ve ark., 2002).

Obez bireylerin beden algısı, daha önce de tekrarlandığı gibi kişinin benlik saygısının düzeltilmesinde ve tedavisinde çok önemli bir rol oynamaktadır.

2.4. Yapılan Araştırmalar

Literatür taramada; benlik saygısı ve beden algısı yakın ilişkisi olan kavramlar olmakla birlikte, aralarında sebep sonuç ilişkisi etkileşimi bulunmaktadır. Obez kişilerde gözlenen düşük benlik saygısının ve olumsuz beden algısının sebep mi yoksa sonuç mu olduğu konusunda tartışmalar devam etmektedir. Yapılan araştırmalar; Obezitenin; demografik, sosyal, biyolojik, psikolojik ve çevresel etmenler ile çeşitli düzeylerde ilişkili olduğunu ve psikolojik etmenler arasında yer alan benlik saygısı ve beden algısının, obezite ile ilişkisi yapılan çalışmalarda gözlemlenmektedir. (Armağan 2013; Ata ve ark., 2014, Hamurcu ve ark., 2015; Tezcan, 2009;).

Hamurcu 18 Aralık 2013 – 5 Ocak 2014 tarihleri arasında internet sitesi üzerinden 816 kişiden topladığı veriler sonucunda BKİ kategorisine göre obezite ile beden algısı arasında ters orantılı ilişki olduğunu saptamıştır (Hamurcu, 2014).

Bünyesinde Obezite Merkezi yer alan hastanelerde tedavi gören random bir şekilde obez tanısı almış kişiler arasında yapılan ve yaşları 25 ile 45 arasında BKİ 30 ve üzeri olan 150 obez kadın katılımcıdan oluşan bir çalışmada, obez kadınlarda düşük benlik saygısı beden memnuniyetsizliği ile ilişkili olduğu, ayrıca, obez kadınlarda sosyokültürel tutumlar, BKİ ve eğitimin benlik saygısı ile beden imgesi arasındaki ilişkide anlamlı bir biçimleyici etkisi olduğu bulgulanmıştır (Armağan, 2013).

2009 yılında 18- 65 yaş arasında FloranceNightingale Hastanesi (FNH) Endokrinoloji ve Kardiyoloji Polikliniği'ne başvuran obezite tanısı almış arka arkaya 50 birey ve FloranceNightingaleHatanesine başvuran hastaların obez olmayan yakınları arasından oluşan 50 kişi ile toplamda 100 bireyin katıldığı deney kontrol grubu oluşturularak yapılan araştırmada obez ve sağlıklı bireyler ikiye ayrılmış ve

bu çalışmada obez bireylerin benlik saygılarının düşük olduğu, bu kişilerin kendilerini fiziki açıdan beğenmedikleri saptanmıştır. Ayrıca başkalarının travmaya maruz kalmasına şahit olma, anne-babanın duygusal ihmali, babanın bedensel istismarı, aile dışı cinsel taciz ve cinsel istismara maruz kalma obezite ile ilişkili bulunmuştur (Tezcan, 2009)

Arif ve arkadaşlarının 2014 yılında Ankara Gölbaşı ilçe merkezinde her iki cinsten 25 – 65 yaş arası 1241 bireyin katıldığı araştırmada, obez olmayan katılımcıların daha doğru beden algısına sahip oldukları, ancak obez katılımcıların kendilerini daha normal görmeye çalıştıkları, elde edilen sonuçlarda bulgulanmıştır (Ata, Vural ve Keskin, 2014).

Werrij ve arkadaşlarının (2006) yaptığı Hollanda topluluk merkezinde kilo vermek amaçlı bireysel veya grup tedavisine başvuran 166 aşırı kilolu ve obez kişinin katıldığı bir araştırmada, aşırı kilolu ve obez hastalarda benlik saygısının sağlıklı olan bireylerden daha düşük olduğu bulgulanmıştır.

Gelişmiş ülkelerde yapılan literatür taramada, beden kitle indeksi 30 ve üzeri olan bireylerin, benlik saygısı ile beden algısı arasında anlamlı pozitif korelasyon olduğu saptanmıştır. Aynı tarama sonucunda obezite ile genel psikolojik belirtiler (depresyon, anksiyete, obsesif kompulsif bozukluk) arasında doğrudan bir ilişki olduğu görülmektedir. Obezite'nin psikolojik belirtilere bağlı, olumsuz benlik saygısı ve beden algısı geliştirdiği bulgular arasındadır (Greenberg, ve ark., 2005;Herbozo ve ark., 2015 Sarwer ve ark., 2005).

2015 yılında Meksikada 8 – 11 yaş arasında gönüllü katılımı 270 öğrenciyle yapılan bir araştırmada çocukların% 12.22'sinde obezite olduğunu ve bu çocukların %94'ünün benlik saygısının düşük olduğu tespit etmiştir (Javier ve ark., 2015).

Gündüz 2016 yılında Avcılar Murat Kölük Devlet Hastanesinde 18 – 55 yaş üzeri, menapoza girmemiş 103 obez kadın üzerinde obezite derecelerinin problemli yeme davranışı ilişkisibelirlemek üzere bir çalışma yapmıştır. Araştırmaya katılanların duygusal durumlarının iştahlarını arttığı yönde yemedavranışını değiştirdiği bulunmuştur (Gündüz, 2016).

Değirmenci ve arkadaşlarının 2015 yılında Pamukkale üniversitesi Tıp Fakültesi Endokrinoloji Polikliniğine obezite tedavisi için başvuran 52 yetişkin kadınla yapılan bir araştırmada, beden kütle indeksi 30 ve üzeri olan bireylerin

depresyon sıklığı, olumsuz beden algısı ve yeme bozukluklarının arttığı, yaşam kalitesinin kötüleştiği saptanmıştır (Değirmenci ve ark., 2015).

Eylül 2014 ile Aralık 2014 tarihleri arasında, Fatih Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi Beslenme ve Diyetetik Polikliniği'ne başvuran 30 ve üzeri olan 157 birey ile beden kitle indeksi normal vücut ağırlığında olan 157 toplam 314 bireyin katıldığı çalışmada çocukluk çağı fiziksel ve ruhsal travmatik yaşantılarının, erişkinlik dönemindeki obezite ile ilişkisi olduğu ifade edilmektedir (Mutlu, 2015).

15 Nisan - 30 Mayıs tarihleri arasında İstanbulda , 87 obez ve 57 obez olmayan 144 kadınla yapılan çalışmada obez bireylerde depresyon ve benlik saygısı düzeylerine bakılmıştır. Obez kadınların %42,5'inin depresif, %58,6'sının benlik saygısının düşük olduğu bulgular arasındadır (Pınar, 2002).

Son yıllarda obeziteyi araştıran çalışmalar hızla artmaktadır. Literatüre bakıldığında Sarısoy ve arkadaşlarının mayıs 2011 - 2012 yılları arasında Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi Endokrinoloji Polikliniği'ne başvuran, yaş ve cinsiyet bakımından birbiriyle aynı 152 kişi ile deney kontrol grubu oluşturularak bir çalışma yapılmıştır. 76 obezite hasta ile 76 sağlıklı gönüllü üzerinde yapılan araştırmada, obezite hastalarında dürtüsellik ile benlik saygısı arasında negatif korelasyon bulunmuştur (Sarısoy ve ark., 2013).

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışma nicel araştırma yöntemiyle hazırlanmıştır ve çalışmanın deseni Korrelasyonel(ilişkisel) araştırma desendir. Korrelasyonel(ilişkisel) araştırmalarda en az iki değişkenin birbirleriyle olan ilişkisinin müdahale edilmeksizin ortaya çıkarılması hedeflenmiştir (Karasar, 2016).

Bu çalışmada katılımcıların beden algıları ile benlik saygılarının ortaya çıkarılması hedeflendiğinden ilişkisel desen kullanılmıştır.

3.2. Evren ve Örneklem

Bu çalışmanın evreni, Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyetinde yaşayan 18- 60 yaş aralığındaki, beden kitle indeksi 30 ve üzeri olan bireyleri kapsamaktadır.

Örneklem ise KKTC’de Lefkoşa, Mağusa ve Girne bölgelerinde yaşayan18-60 yaş aralığındaki, beden kitle indeksi 30 ve üzeri olan bireylerden amaca dönük örneklem yöntemiyle seçilmiş ve özel diyetisyen kliniklerine başvuran obez bireylerden çalışmaya katılmayı kabul eden 50 kişiyle görüşülmüştür.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak iki ölçek ve bir demografik bilgi formu kullanılacaktır. Demografik bilgi formu araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Kullanılan ölçekler; ‘Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği’ ve ‘Beden Algısı Ölçeği’ olmakla birlikte, ölçeklerle ilgili gerekli bilgiler aşağıdaki gibidir:

3.3.1. Rosenberg benlik saygısı ölçeği (RBSÖ)

M. Rosenberg tarafından 1965 yılında geliştirilip, FisunÇuhadaroğlu(1986) tarafından ölçeğin geçerlilik- güvenilirlik çalışması yapılmıştır. 63 maddeden oluşan ölçeğin 12 alt testi vardır. Benlik saygısını ölçmeye yönelik olarak, ölçeğin ilk “10” maddesi kullanılacaktır.Puanın yüksek olması benlik saygısının düşük, az olması

benlik saygısının yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenirlik katsayısı 75 olarak tespit edilmiştir (Altıok, Ek ve Koruklu, 2010).

3.3.2. Beden Algısı Ölçeği (BAÖ)

Secord ve Jourand tarafından 1953'te geliştirilmiş, Geçerlilik ve güvenilirliği Hovardaoğlu tarafından 1989 yılında yapılmıştır. Ölçek 40 maddeden oluşup , her bir madde bir uzuv ya da vücudun bir bölümü (kol, bacak, yüz gibi) ya da bir fonksiyonu (cinsel faaliyet düzeyi gibi) ile ilgilidir. Her bir madde için 1'den 5'e kadar puanlanan "Hiç beğenmiyorum", "Beğenmiyorum", "Kararsızım", "Beğeniyorum" ve "Çok beğeniyorum" şeklinde cevap seçeneği bulunan ölçeğin toplam puanı 40 ile 200 arasında olup, alınan puanın yüksekliği doyum düzeyinin yüksekliğini ifade etmektedir. Ölçeğin kesme puanı 135'tir. 135'in altında puan alanların beden algısı düşük grup olarak belirlenmiştir (Tezcan, 2009).

Araştırmacı tarafından yapılan iç tutarlılık testi sonuçlarına göre ölçeğe ilişkin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı 0,94 hesaplanmıştır.

3.4. Verilerin toplanması

Çalışmada veri toplama aracı olarak düzenlenen soru formunun saha uygulaması özel diyetisyen kliniklerinde 1 Eylül 2017 – 30 Ekim 2017 tarihleri arasında yapılmıştır. Potansiyel katılımcılara uygulama yapılmadan önce çalışma hakkında detaylı bilgi verilmiş ve çalışmaya katılma konusunda rızaları sorulmuştur. Soru formu Çalışmaya dahil olmayı kabul eden obez bireyler ile yüz yüze görüşme tekniği kullanılarak uygulanmıştır.

3.5. Verilerin istatistiksel değerlendirilmesi

Araştırma verilerinin istatistiksel çözümlenmesinde Statistical PackageforSocialSciences (SPSS) paket programının 22.'nci sürümü kullanılmıştır.

Araştırmaya katılan obez bireylerin yaş, cinsiyet, uyruk, eğitim durumu, aylık gelir gibi tanıtıcı özellikleri frekans analizi kullanılarak belirlenmiş olup, bulgular frekans dağılım tabloları ile gösterilmiştir.

Katılımcıların boy uzunluğu, vct ağırlığı ve beden kütle indeksi gibi antropometrik ölçümlerine ait tanımlayıcı istatistikler verilmiştir.

Araştırmaya dahil edilen obez bireylerin fazla kilo bir sağlık sorunudur, fazla kilo estetik güzel görünmeyi engeller, fazla kilolu kişilerde sosyal yaşamdan uzaklaşma daha sık görülür ve fazla kilolu kişilerde anksiyete ve depresyon gibi psikolojik rahatsızlıklar daha sık görülür ifadelerine verdikleri yanıtları dağılımı frekans analizi saptanmıştır.

Obez bireylerin beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı lklerinden alınan puanlara ait ortalama, standart sapma ve minimum-maksimum gibi tanımlayıcı istatistikler verilmiştir.

Katılımcıların tanıtıcı özelliklerine göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı lklerinden aldıkları puanların normal dağılıma uyumu Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilks testleri ile incelenmiş ve veri setinin normal dağılıma uymadığı tespit edilmiştir. Bu sonuçlar doğrultusunda karşılaştırmalarda parametrik olmayan hipotez ölçükleri kullanılmıştır. Katılımcıların tanıtıcı özelliklerine göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı lklerinden aldıkları puanların karşılaştırılmasında bağımsız değişkenin iki kategoriden meydana gelmesi durumunda Mann-Whitney U testi, ikiden fazla kategoriden meydana gelmesi durumunda ise Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Kruskal-Wallis testi sonucunda bağımsız değişkenin kategorileri arasındaki ayrımın hangi kategorilerden dolayı olduğu Mann-Whitney U testi ile belirlenmiştir.

Obez bireylerin antropometrik ölçümleri ile lk puanları arasındaki korelasyonların saptanması amacıyla Spearman korelasyon analizi kullanılmış, cinsiyet, yaş, BKİ ve Rosenberg benlik saygısı puanlarının beden algısı puanlarını yordamasına ilişkin regresyon analizi yapılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1.

Katılımcıların tanıtıcı özelliklerine göre dağılımı

| Tanıtıcı Özellikler | Sayı (n) | Yüzde (%) |
|----------------------------|-----------------|------------------|
| Yaş grubu | | |
| 30 yaş ve altı | 19 | 38,00 |
| 31-40 yaş arası | 18 | 36,00 |
| 41 yaş ve üzeri | 13 | 26,00 |
| Cinsiyet | | |
| Kadın | 34 | 68,00 |
| Erkek | 16 | 32,00 |
| Uyruk | | |
| KKTC | 40 | 80,00 |
| TC | 10 | 20,00 |
| Eğitim durumu | | |
| Lise ve altı | 19 | 38,00 |
| Lisans/Lisansüstü | 31 | 62,00 |
| Çalışma durumu | | |
| Çalışan | 40 | 80,00 |
| Çalışmayan | 10 | 20,00 |
| Ekonomik durum | | |
| 3500 TL ve altı | 36 | 72,00 |
| 3501 TL ve üzeri | 14 | 28,00 |
| Baba eğitim durumu | | |
| İlköğretim ve altı | 23 | 46,00 |
| Lise | 22 | 44,00 |
| Lisans | 5 | 10,00 |
| Anne eğitim durumu | | |
| İlköğretim ve altı | 22 | 44,00 |
| Lise | 24 | 48,00 |
| Lisans | 4 | 8,00 |
| Toplam | 50 | 100,00 |

Tablo 1.'de araştırma kapsamına dahil olan obez bireylerin tanıtıcı özelliklerine göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 1. incelendiğinde araştırmaya katılan obez bireylerin %38,0'inin 30 yaş ve altı, %36,0'sının 31-40 yaş arası, %26,0'sının 41 yaş ve üzeri yaş grubunda olduğu, %68,0'inin kadın, %32,0'sinin erkek olduğu, %80,0'inin KKTC, %20,0'sinin TC vatandaşı olduğu görülmüştür. Obez bireylerin %38,0'inin lise ve altı düzeyde, %62,0'sinin lisans/lisansüstü düzeyinde eğitime sahip olduğu, %80,0'inin çalıştığı, %72,0'sinin 3500 TL ve altında, %28,0'inin 3501 TL ve üstünde aylık gelire sahip olduğu tespit edilmiştir. Araştırmaya dahil edilen obez bireylerin %46,0'sının babasının ilköğretim ve altı, %44,0'ünün lise ve %10,0'unun lisans düzeyinde eğitilmiş olduğu, %44,0'ünün annesinin ilköğretim ve altı, %48,0'inin lise ve %8,0'inin lisans mezunu olduğu saptanmıştır.

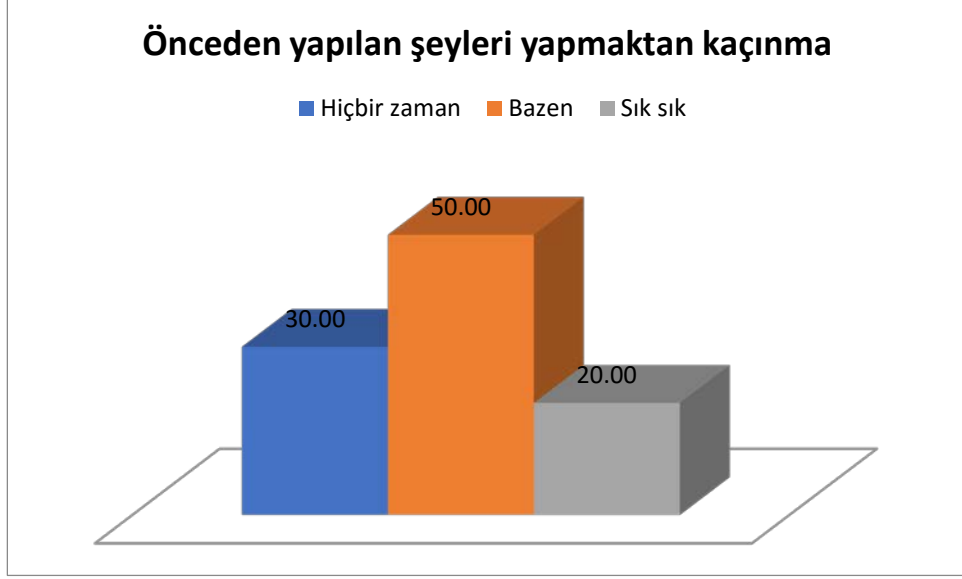
Tablo 2.

Katılımcıların antropometrik ölçümlerine ait tanımlayıcı istatistikler

| Antropometrik ölçümler | n | \bar{x} | s | Min | Max |
|-------------------------------|----------|-----------------------------|----------|------------|------------|
| Boy uzunluğu (cm) | 50 | 165,08 | 9,12 | 150,00 | 189,00 |
| Vücut Ağırlığı (kg) | 50 | 89,41 | 9,42 | 68,00 | 110,00 |
| BKI (kg/m ²) | 50 | 32,94 | 2,34 | 30,23 | 39,06 |

Tablo 2.'de araştırma kapsamına alınan obez bireylerin antropometrik ölçümlerine ait ortalama, standart sapma, en küçük ve en büyük değer gibi tanımlayıcı istatistikler verilmiştir.

Tablo 2. incelendiğinde araştırmaya katılan obez bireylerin boy uzunlukları ortalamasının $165,08 \pm 9,12$ cm, vücut ağırlıkları ortalamasının $89,41 \pm 9,42$ kg ve beden kütle indeksi değerlerinin ortalamasının $32,94 \pm 2,34$ olduğu tespit edilmiştir.



Şekil I. Katılımcıların daha önce yaptıkları şeyleri kilo aldıktan sonra yapmaktan kaçınma durumlarının dağılımı

Şekil I.'de verilen obez bireylerin daha önce yaptıkları şeyleri kilo aldıktan sonra yapmaktan kaçınma durumlarının dağılımına ilişkin sonuçlar incelendiğinde, obez bireylerin %50,0'sinin bazen ve %20,0'si sık sık daha önce yaptıkları şeyleri kilo aldıktan sonra yapmaktan kaçındıklarını, %30,0'u ise hiçbir zaman kaçınmadıklarını ifade etmiştir.

Tablo 3.

Katılımcıların fazla kiloya ilişkin görüşlerinin dağılımı

| | Katılıyorum | | Kararsızım | | Katılmıyorum | |
|---|-------------|-------|------------|-------|--------------|-------|
| | n | % | n | % | n | % |
| Fazla kilo bir sağlık sorunudur | 45 | 90,00 | 3 | 6,00 | 2 | 4,00 |
| Fazla kilo estetik güzel görünmeyi engeller | 38 | 76,00 | 5 | 10,00 | 7 | 14,00 |
| Fazla kilolu kişilerde sosyal yaşamdan uzaklaşma daha sık görülür | 36 | 72,00 | 7 | 14,00 | 7 | 14,00 |
| Fazla kilolu kişilerde anksiyete ve depresyon gibi psikolojik rahatsızlıklar daha sık görülür | 24 | 48,00 | 18 | 36,00 | 8 | 16,00 |

Tablo 3.'te araştırma kapsamına alınan obez bireylerin fazla kiloya ilişkin görüşlerinin dağılımı verilmiştir.

Tablo 3. incelendiğinde obez bireylerin %90,'ının "*Fazla kilo bir sağlık sorunudur.*" önermesine, %76,0'sının "*Fazla kilo estetik güzel görünmeyi engeller.*", %72'sinin "*Fazla kilolu kişilerde sosyal yaşamdan uzaklaşma daha sık görülür.*" ve %48'inin "*Fazla kilolu kişilerde anksiyete ve depresyon gibi psikolojik rahatsızlıklar daha sık görülür.*" önermelerine katılıyorum şeklinde yanıt verdikleri saptanmıştır.

Tablo 4.

Katılımcıların BA ve RBSÖ'den aldıkları puanlara ait tanımlayıcı istatistikler

| Ölçekler | n | \bar{x} | s | Min | Max |
|-----------------|----------|-----------------------------|----------|------------|------------|
| BAÖ | 50 | 144,40 | 23,72 | 97 | 197 |
| RBS | 50 | 1,25 | 0,87 | 0 | 3,59 |

Tablo 4.'te araştırmaya dahil edilen obez bireylerin beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanlara ait tanımlayıcı istatistikler verilmiştir.

Tablo 4. incelendiğinde araştırma kapsamına alınan obez kişilerin beden algısı ölçeğinden ortalama $144,40 \pm 23,72$ puan aldıkları, ölçekten alınan en düşük puanın 97 ve en yüksek puanın 197 olduğu tespit edilmiştir.

Obez bireylerin Rosenberg benlik saygısı puan ortalaması $1,25 \pm 0,87$ 'dir. Ölçekten alınan düşük puan 0, en yüksek puan ise 3,59'dur.

Tablo 5.

Katılımcıların yaş gruplarına göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması

| Ölçekler | Yaş grubu | n | \bar{x} | s | Medyan | Sıra Ort. | X ² | p |
|------------|-----------------|----|-----------|-------|--------|-----------|----------------|------|
| BAÖ | 30 yaş ve altı | 19 | 147,15 | 24,43 | 143,00 | 27,34 | 5,34 | 0,07 |
| | 31-40 yaş arası | 18 | 135,77 | 24,10 | 135,00 | 19,47 | | |
| | 41 yaş ve üzeri | 13 | 152,30 | 19,70 | 148,00 | 31,15 | | |
| RBS | 30 yaş ve altı | 19 | 1,25 | 0,70 | 1,25 | 25,97 | 2,68 | 0,26 |
| | 31-40 yaş arası | 18 | 1,51 | 1,14 | 1,42 | 28,81 | | |
| | 41 yaş ve üzeri | 13 | 0,90 | 0,51 | 0,75 | 20,23 | | |

Tablo 5.'te araştırma kapsamına alınan obez bireylerin yaş gruplarına göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilmiştir.

Tablo 5. incelendiğinde araştırmaya dahil edilen obez bireylerin yaş gruplarına göre beden algısı ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). 41 yaş ve üzeri yaş grubunda olan katılımcıların beden algısı puanları diğer yaş gruplarında yer alan katılımcılardan yüksek olsa da bu ayrım istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir.

Obez bireylerin yaş gruplarına göre Rosenberg benlik saygısı puanları karşılaştırıldığında, 30 yaş ve altı, 31-40 yaş arası ve 41 yaş ve üzeri yaş grubunda yer alan katılımcıların benlik saygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). 41 yaş ve üzeri katılımcıların benlik saygısı puanları diğer yaş gruplarında yer alan katılımcılardan düşük olsa da bu ayrım manidar düzeyde değildir.

Tablo 6.

Katılımcıların cinsiyetlerine göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması

| Ölçekler | Cinsiyet | n | \bar{x} | s | Medyan | Sıra Ort. | Sıra Top. | Z | p |
|------------|----------|----|-----------|-------|--------|-----------|-----------|-------|-------|
| BAÖ | Kadın | 34 | 142,73 | 25,19 | 140,00 | 24,34 | 827,50 | -0,82 | 0,41 |
| | Erkek | 16 | 147,93 | 20,55 | 142,50 | 27,97 | 447,50 | | |
| RBS | Kadın | 34 | 1,43 | 0,83 | 1,29 | 28,65 | 974,00 | -2,24 | 0,03* |
| | Erkek | 16 | 0,89 | 0,85 | 0,50 | 18,81 | 301,00 | | |

* $p < 0,05$

Tablo 6.'da araştırma kapsamına alınan obez bireylerin yaş gruplarına göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçları verilmiştir.

Araştırma kapsamına alınan obez bireylerin cinsiyetlerine göre beden algısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$). Kadınların beden algısı puanları erkeklere göre yüksek olsa da bu ayrım istatistiksel olarak manidar düzeyde değildir.

Kadın katılımcıların Rosenberg benlik saygısı puan ortalaması $1,43 \pm 0,83$, erkeklerin ise $0,89 \pm 0,85$ 'dir. Araştırma kapsamına alınan obez bireylerin cinsiyetlerine göre Rosenberg benlik saygısı puanları arasındaki farkın istatistiksel olarak manidar düzeyde olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). Kadın katılımcıların benlik saygısı erkeklere göre anlamlı düzeyde daha düşüktür. Başka bir ifadeyle Kadın katılımcıların benlik saygıları erkekle göre daha düşüktür.

Tablo 7.

Katılımcıların uyruklarına göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması

| Ölçekler | Uyruk | n | \bar{x} | s | Medyan | Sıra Ort. | Sıra Top. | Z | p |
|------------|-------|-------|-----------|-------|--------|-----------|-----------|-------|------|
| BAÖ | KKTC | 40,00 | 143,62 | 24,46 | 140,00 | 24,99 | 999,50 | -0,50 | 0,62 |
| | TC | 10,00 | 147,50 | 21,38 | 147,00 | 27,55 | 275,50 | | |
| RBS | KKTC | 40,00 | 1,27 | 0,90 | 1,25 | 25,70 | 1028,00 | -0,20 | 0,85 |
| | TC | 10,00 | 1,19 | 0,77 | 1,25 | 24,70 | 247,00 | | |

Araştırma kapsamına alınan obez bireylerin uyruklarına göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan Mann-Whitney U testi sonuçları Tablo 7.'de verilmiştir.

Tablo 7. incelendiğinde araştırma kapsamına alınan obez bireylerin uyruklarına göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden almış oldukları puanlar arasında istatistiksel olarak manidar bir ayrım olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). KKTC ve TC uyruklu katılımcıların beden algısı ve benlik saygısı puanları benzerdir.

Tablo 8.

Katılımcıların eğitim durumlarına göre BA ve RBSÖ'denaldıkları puanların karşılaştırılması

| Ölçekler | Eğitim durumu | n | \bar{x} | s | Medyan | Sıra Ort. | Sıra Top. | Z | p |
|------------|-------------------|-------|-----------|-------|--------|-----------|-----------|------|------|
| BAÖ | Lise ve altı | 19,00 | 142,15 | 22,17 | 141,00 | 24,66 | 468,50 | 0,10 | 0,75 |
| | Lisans/Lisansüstü | 31,00 | 145,77 | 24,88 | 142,00 | 26,02 | 806,50 | | |
| RBS | Lise ve altı | 19,00 | 1,28 | 0,95 | 1,25 | 25,50 | 484,50 | 0,00 | 1,00 |
| | Lisans/Lisansüstü | 31,00 | 1,24 | 0,83 | 1,25 | 25,50 | 790,50 | | |

Tablo 8.'de obez bireylerin eğitim durumlarına göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan Mann-Whitney U testi sonuçları verilmiş olup, lise ve altı düzeyde ve lisans/lisansüstü düzeyde eğitim almış bireylerin beden algısı ve benlik saygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ayrım olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Tablo 9.

Katılımcıların çalışma durumlarına göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması

| Ölçekler | Çalışma Durumu | n | \bar{x} | s | Medyan | Sıra Ort. | Sıra Top. | Z | p |
|------------|----------------|-------|-----------|-------|--------|-----------|-----------|-------|------|
| BAÖ | Çalışan | 40,00 | 142,72 | 22,97 | 139,00 | 24,31 | 972,50 | -1,15 | 0,25 |
| | Çalışmayan | 10,00 | 151,10 | 26,72 | 152,00 | 30,25 | 302,50 | | |
| RBS | Çalışan | 40,00 | 1,19 | 0,92 | 0,92 | 23,94 | 957,50 | -1,53 | 0,13 |
| | Çalışmayan | 10,00 | 1,52 | 0,56 | 1,34 | 31,75 | 317,50 | | |

Tablo 9.'da çalışmaya dahil edilen obez bireylerin çalışma durumlarına göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan Mann-Whitney U testi sonuçları verilmiştir.

Tablo 9. incelendiğinde araştırmaya kapsamına alınan obez bireylerin çalışma durumuna göre beden algısı ve ölçeğinden almış oldukları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ayrım olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Çalışmayan bireylerin beden algısı ölçeğinden aldıkları puanlar çalışanlara göre yüksek olsa da bu ayrım istatistiksel olarak manidar seviyede değildir.

Araştırmaya katılan obez bireylerin çalışma durumlarına göre Rosenberg benlik saygısı ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki ayrımın istatistiksel olarak manidar olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Çalışan katılımcıların benlik saygısı puanları çalışmayanlara göre düşük olsa da bu farkın anlamlı düzeyde olmadığı görülmüştür.

Tablo 10.

Katılımcıların aylık gelirlerine göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması

| Ölçekler | Aylık gelir | n | \bar{x} | s | Medyan | Sıra Ort. | Sıra Top. | Z | p |
|------------|------------------|-------|-----------|-------|--------|-----------|-----------|-------|------|
| BAÖ | 3500 TL ve altı | 36,00 | 142,61 | 23,08 | 140,00 | 24,74 | 890,50 | -0,59 | 0,55 |
| | 3501 TL ve üzeri | 14,00 | 149,00 | 25,59 | 145,00 | 27,46 | 384,50 | | |
| RBS | 3500 TL ve altı | 36,00 | 1,19 | 0,87 | 1,25 | 24,31 | 875,00 | -0,93 | 0,35 |
| | 3501 TL ve üzeri | 14,00 | 1,42 | 0,87 | 1,33 | 28,57 | 400,00 | | |

Tablo 10.'da obez bireylerin aylık gelirlerine göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan Mann-Whitney U testi sonuçları verilmiştir.

Tablo 10. incelendiğinde çalışma kapsamına dahil olan obez bireylerin aylık gelirlerine göre beden algısı ve benlik saygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ayrım olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Tablo 11.

Katılımcıların baba eğitim durumlarına göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması

| Ölçekler | Baba eğitim durumu | n | \bar{x} | s | Medyan | Sıra Ort. | X ² | p |
|------------|--------------------|----|-----------|-------|--------|-----------|----------------|------|
| BAÖ | İlkokul ve altı | 23 | 148,04 | 24,81 | 143,00 | 27,76 | 1,12 | 0,57 |
| | Lise | 22 | 142,04 | 22,89 | 138,50 | 23,98 | | |
| | Lisans | 5 | 138,00 | 24,43 | 135,00 | 21,80 | | |
| RBS | İlkokul ve altı | 23 | 1,25 | 0,88 | 1,25 | 25,39 | 1,88 | 0,39 |
| | Lise | 22 | 1,13 | 0,79 | 1,04 | 23,77 | | |
| | Lisans | 5 | 1,80 | 1,11 | 1,83 | 33,60 | | |

Tablo 11.'de araştırma kapsamına alınan obez bireylerin baba eğitim durumlarına göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan Kruskal-Wallis testi sonuçları verilmiştir.

Tablo 11. incelendiğinde çalışmaya dahil edilen obez bireylerin baba eğitim durumuna göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak manidar bir ayrım olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Eğitim durumlarına bakılmaksızın obez bireylerin beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı puanları benzerdir.

Tablo 12.

Katılımcıların anne eğitim durumuna göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması

| Ölçekler | Anne eğitim durumu | n | \bar{x} | s | Medyan | Sıra Ort. | X ² | p |
|------------|--------------------|----|-----------|-------|--------|-----------|----------------|------|
| BAÖ | İlkokul ve altı | 22 | 143,90 | 22,44 | 140,00 | 24,98 | 0,15 | 0,93 |
| | Lise | 24 | 144,37 | 24,14 | 141,50 | 25,56 | | |
| | Lisans | 4 | 147,25 | 34,39 | 152,00 | 28,00 | | |
| RBS | İlkokul ve altı | 22 | 1,38 | 0,90 | 1,29 | 27,80 | 0,99 | 0,61 |
| | Lise | 24 | 1,15 | 0,82 | 1,04 | 23,71 | | |
| | Lisans | 4 | 1,19 | 1,11 | 1,04 | 23,63 | | |

Tablo 12.'de obez bireylerin anne eğitim durumlarına göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan Mann-Whitney U testi sonuçları verilmiş olup, anne eğitim durumlarına göre obez bireylerin beden algısı ve benlik saygısı puanları arasında istatistiksel olarak manidar bir ayrım olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Anne eğitim durumlarına bakılmaksızın katılımcıların beden algısı ve benlik saygısı puanları benzerdir.

Tablo 13.

Katılımcıların zayıflama için ilaç kullanma göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması

| Ölçekler | İlaç kullanımı | n | \bar{x} | s | Medyan | Sıra Ort. | Sıra Top. | Z | p |
|------------|----------------|-------|-----------|-------|--------|-----------|-----------|-------|------|
| BAÖ | Kullanan | 4,00 | 124,50 | 23,06 | 118,50 | 12,63 | 50,50 | -1,84 | 0,07 |
| | Kullanmayan | 46,00 | 146,15 | 23,19 | 141,50 | 26,62 | 1224,50 | | |
| RBS | Kullanan | 4,00 | 1,58 | 0,84 | 1,42 | 32,63 | 130,50 | -1,03 | 0,31 |
| | Kullanmayan | 46,00 | 1,23 | 0,87 | 1,25 | 24,88 | 1144,50 | | |

Tablo 13.'te araştırmaya katılan obez bireylerin zayıflama için ilaç kullanma göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları verilmiştir.

Tablo 13. incelendiğinde çalışma kapsamına dahil edilen zayıflama için ilaç kullanan ve kullanmayan bireylerin beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak manidar bir ayırım olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Tablo 14.**Katılımcıların önceden yapılan şeyleri yapmaktan kaçınma durumlarına göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması**

| Ölçekler | Kaçınma | n | \bar{x} | s | Medyan | Sıra Ort. | X ² | p | Fark |
|------------|--------------|----|-----------|-------|--------|-----------|----------------|-------|------|
| BAÖ | Hiçbir zaman | 15 | 159,53 | 22,72 | 164,00 | 34,27 | 20,30 | 0,00* | 1-2 |
| | Bazen | 25 | 146,48 | 17,59 | 142,00 | 27,26 | | | 1-3 |
| | Sık sık | 10 | 116,50 | 13,27 | 115,00 | 7,95 | | | 2-3 |
| RBS | Hiçbir zaman | 15 | 1,13 | 0,77 | 1,25 | 23,97 | 12,29 | 0,00* | 1-3 |
| | Bazen | 25 | 0,96 | 0,62 | 0,75 | 20,78 | | | 2-3 |
| | Sık sık | 10 | 2,18 | 0,97 | 2,34 | 39,60 | | | |

* $p < 0,05$

Tablo 14.'te araştırma kapsamına dahil edilen önceden yapılan şeyleri yapmaktan kaçınma durumlarına göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis testi sonuçları verilmiştir.

Önceden yapılan şeyleri yapmaktan hiçbir zaman kaçınmayan obez bireyler beden algısı ölçeğinden ortalama $159,53 \pm 22,72$ puan, bazen kaçınanlar ortalama $146,48 \pm 17,59$ puan ve sık sık kaçınanlar ortalama $116,50 \pm 13,27$ puan almıştır. Araştırmaya dahil edilen obez bireylerin önceden yapılan şeyleri yapmaktan kaçınma durumlarına göre beden algısı ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki ayrımın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Önceden yapılan şeyleri yapmaktan sık sık kaçınan katılımcıların beden algısı puanları, hiçbir zaman kaçınmayan ve bazen kaçınanlara göre anlamlı düzeyde düşüktür. Ayrıca önceden yapılan şeyleri yapmaktan bazen kaçınanların beden algısı puanları hiçbir zaman kaçınmayanlardan daha düşüktür.

Önceden yapılan şeyleri yapmaktan hiçbir zaman kaçınmayan obez bireylerin Rosenberg benlik saygısı puan ortalaması $1,13 \pm 0,77$, bazen kaçınanların $0,96 \pm 0,62$ ve sık sık kaçınanların $2,18 \pm 0,97$ 'dir. Araştırmaya alınan obez bireylerin önceden yapılan şeyleri yapmaktan kaçınma durumlarına göre Rosenberg benlik saygısı puanları arasındaki ayrımın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). Bu ayrım Önceden yapılan şeyleri yapmaktan sık sık kaçınan katılımcılardan

kaynaklanmaktadır. Önceden yapılan şeyleri yapmaktan sık sık kaçınanların benlik saygısı puanları diğer katılımcılara göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Tablo 15.

Katılımcıların fazla kilonun sağlık sorunu olmasına ait görüşlerine göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması

| Ölçekler | Sağlık Sorundur | n | \bar{x} | s | Medyan | Sıra Ort. | X ² | p |
|------------|-----------------|----|-----------|-------|--------|-----------|----------------|------|
| BAÖ | Katılıyorum | 45 | 142,77 | 23,91 | 139,00 | 24,42 | 2,48 | 0,29 |
| | Kararsızım | 3 | 159,00 | 9,54 | 158,00 | 36,00 | | |
| | Katılmıyorum | 2 | 159,00 | 32,53 | 159,00 | 34,00 | | |
| RBS | Katılıyorum | 45 | 1,32 | 0,86 | 1,25 | 26,70 | 4,99 | 0,08 |
| | Kararsızım | 3 | 1,03 | 0,71 | 0,75 | 22,00 | | |
| | Katılmıyorum | 2 | 0,13 | 0,18 | 0,13 | 3,75 | | |

Tablo 15.'de araştırmaya dahil edilen obezbireylerin fazla kilonun sağlık sorunu olmasına ilişkin görüşlerine göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan Kruskal-Wallis testi sonuçları verilmiştir.

Obezbireylerin fazla kilonun sağlık sorunu olmasına ilişkin görüşlerine göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanları arasında istatistiksel olarak manidar bir ayrım olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Tablo 16.

Katılımcıların fazla kilo estetik olarak güzel görünmeyi engeller ifadesine ilişkin görüşlerine göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması

| Ölçekler | Güzel görünmeyi engeller | n | \bar{x} | s | Medyan | Sıra Ort. | X ² | p |
|------------|--------------------------|----|-----------|-------|--------|-----------|----------------|------|
| BAÖ | Tamamen katılıyorum | 38 | 140,94 | 23,92 | 137,50 | 23,32 | 5,12 | 0,08 |
| | Katılıyorum | 5 | 145,60 | 19,17 | 146,00 | 26,20 | | |
| | Katılmıyorum | 7 | 162,28 | 19,27 | 170,00 | 36,86 | | |
| RBS | Tamamen katılıyorum | 38 | 1,41 | 0,90 | 1,33 | 28,12 | 5,18 | 0,07 |
| | Katılıyorum | 5 | 0,77 | 0,65 | 0,75 | 16,70 | | |
| | Katılmıyorum | 7 | 0,77 | 0,44 | 0,83 | 17,57 | | |

Araştırmaya dahil edilen obezbireylerin fazla kilo estetik olarak güzel görünmeyi engeller ifadesine ilişkin görüşlerine göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan Kruskal-Wallis testi sonuçları Tablo 16.'da verilmiştir.

Obezbireylerin fazla kilo estetik olarak güzel görünmeyi engeller ifadesine ilişkin görüşlerine göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanları arasında istatistiksel olarak manidar bir ayrım olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Fazla kilo estetik olarak güzel görünmeyi engeller ifadesine tamamen katılıyorum şeklinde yanıt veren katılımcıların beden algısı puanları diğer katılımcılara göre düşük, Rosenberg benlik saygısı puanları diğer katılımcılara nazaran yüksek olsa da bu ayrım istatistiksel olarak manidar değildir.

Tablo 17.

Katılımcıların fazla kilolu bireylerin sosyal yaşamdan uzaklaştığını düşünme durumlarına göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması

| Ölçekler | Yaşamdan uzaklaşma daha sık görülür | n | \bar{x} | s | Medyan | Sıra Ort. | X^2 | p |
|------------|-------------------------------------|----|-----------|-------|--------|-----------|-------|------|
| BAÖ | Tamamen katılıyorum | 36 | 141,30 | 21,91 | 139,00 | 23,86 | 3,00 | 0,22 |
| | Katılıyorum | 7 | 143,14 | 23,75 | 150,00 | 25,14 | | |
| | Katılmıyorum | 7 | 161,57 | 28,75 | 173,00 | 34,29 | | |
| RBS | Tamamen katılıyorum | 36 | 1,26 | 0,91 | 1,25 | 25,54 | 3,93 | 0,14 |
| | Katılıyorum | 7 | 1,69 | 0,79 | 1,92 | 33,07 | | |
| | Katılmıyorum | 7 | 0,77 | 0,46 | 0,75 | 17,71 | | |

Tablo 17.'de araştırmaya dahil edilen fazla kilolu bireylerin sosyal yaşamdan uzaklaştığını düşünme durumlarına göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan Kruskal-Wallis testi sonuçları verilmiştir.

Tablo 17. incelendiğinde katılımcıların fazla kilolu bireylerin sosyal yaşamdan uzaklaştığını düşünme durumlarına göre beden algısı ölçeğinden almış oldukları puanlar arasındaki ayrımın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır. Fazla kilolu bireylerin sosyal yaşamdan uzaklaştığını düşünmeyen katılımcıların ölçek puanları diğer katılımcılara göre yüksek olsa da bu ayrım istatistiksel olarak manidar düzeyde değildir.

Katılımcıların fazla kilolu bireylerin sosyal yaşamdan uzaklaştığını düşünme durumlarına göre Rosenberg benlik saygısı ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak manidar bir ayrım olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Fazla kilolu bireylerin sosyal yaşamdan uzaklaştığını düşünmeyen katılımcıların benlik saygısı puanları diğer katılımcılara göre düşük olsa da bu ayrım istatistiksel olarak manidar bulunmamıştır.

Tablo 18.

Katılımcıların fazla kilolu bireylerde psikolojik rahatsızlıkların daha sık görülmesine ilişkin görüşlerine göre BA ve RBSÖ'den aldıkları puanların karşılaştırılması

| Ölçekler | Psikolojik rahatsızlıklar daha sık görülür | n | x | s | Medyan | Sıra Ort. | X2 | p |
|------------|--|----|--------|-------|--------|-----------|------|------|
| BAÖ | Tamamen katılıyorum | 24 | 140,33 | 21,90 | 138,50 | 23,50 | 4,43 | 0,11 |
| | Katılıyorum | 18 | 142,44 | 25,15 | 139,00 | 23,75 | | |
| | Katılmıyorum | 8 | 161,00 | 21,11 | 170,00 | 35,44 | | |
| RBS | Tamamen katılıyorum | 24 | 1,46 | 0,90 | 1,25 | 28,60 | 2,33 | 0,31 |
| | Katılıyorum | 18 | 1,12 | 0,79 | 0,75 | 23,50 | | |
| | Katılmıyorum | 8 | 0,97 | 0,89 | 0,67 | 20,69 | | |

Tablo 18.'te katılımcıların fazla kilolu bireylerde psikolojik rahatsızlıkların daha sık görülmesine ilişkin görüşlerine göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan Kruskal-Wallis testi sonuçları verilmiştir.

Tablo 18. incelendiğinde katılımcıların fazla kilolu bireylerde psikolojik rahatsızlıkların daha sık görülmesine ilişkin görüşlerine göre beden algısı ve Rosenberg benlik saygısı ölçeklerinden aldıkları puanları arasında istatistiksel olarak manidar bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Bu ifadeye tamamen katılıyorum şeklinde yanıt veren katılımcıların beden algısı puanları diğer katılımcılara göre düşük, Rosenberg benlik saygısı puanları diğer katılımcılara göre yüksek olsa da bu ayrım istatistiksel olarak manidar değildir.

Tablo 19.

Katılımcıların antropometrik ölçümleri, BAÖ ve RBSÖ puanları arasındaki korelasyonlar

| | | Boy uzunluğu (cm) | Vücut ağırlığı (kg) | BKI | BAÖ | RBS |
|---------------------|---|-------------------|---------------------|------|-------|------|
| Boy uzunluğu (cm) | r | 1,00 | | | | |
| | p | . | | | | |
| Vücut ağırlığı (kg) | r | 0,78 | 1,00 | | | |
| | p | 0,00* | . | | | |
| BKI | r | -0,28 | 0,29 | 1,00 | | |
| | p | 0,05 | 0,04* | . | | |
| BAÖ | r | 0,13 | 0,22 | 0,11 | 1,00 | |
| | p | 0,38 | 0,12 | 0,46 | . | |
| RBS | r | -0,27 | 0,32 | 0,03 | -0,30 | 1,00 |
| | p | 0,05 | 0,03* | 0,83 | 0,04* | . |

* $p < 0,05$

Tablo 19.'da araştırma kapsamına alınan obez bireylerin antropometrik ölçümleri, beden algısı ölçeği ve Rosenberg benlik saygısı ölçeği puanları arasındaki korelasyonların saptanması için yapılan Spearman korelasyon analizi sonuçları verilmiştir.

Tablo 19. incelendiğinde, araştırmaya dahil edil obez bireylerin vücut ağırlıkları ile Rosenberg benlik saygısı ölçeği puanları arasında istatistiksel olarakmanidar bir korelasyon olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). Bu korelasyon pozitif yönlü olup, katılımcıların vücut ağırlıkları arttıkça Rosenberg benlik saygısı ölçeği puanları azalmaktadır.

Obez bireylerin beden algısı ölçeğinden aldıkları puanlar ile Rosenberg benlik saygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif korelasyon olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). Obez bireylerin beden algısı ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça, Rosenberg benlik saygısı puanları azalmaktadır.

Tablo 20.

Katılımcıların cinsiyet, yaş, BKI ve RBS puanlarının BA puanlarını yordamasına ilişkin Regresyon analizi sonuçları

| | Std. Edilmemiş Katsayılar | | Standartize Katsayılar | t | p |
|-----------------------|---------------------------|------------|------------------------|-------|-------|
| | B | Std. Error | Beta | | |
| Sabit | 135,06 | 52,41 | | 2,58 | 0,01* |
| Benlik Saygısı | -9,00 | 4,03 | -0,33 | -2,23 | 0,03* |
| Yaş | -0,20 | 0,36 | -0,08 | -0,55 | 0,58 |
| Cinsiyet ^a | 0,92 | 7,55 | 0,02 | 0,12 | 0,90 |
| BKI | 0,80 | 1,46 | 0,08 | 0,54 | 0,59 |

* $p < 0,05$, $R^2 = 0,0119$

a=Erkek bireyler referans alınmıştır.

Tablo 20. 'de araştırmaya dahil edilen obez bireylerin cinsiyet, yaş, BKI ve Rosenberg benlik saygısı puanlarının beden algısı puanlarını yordamasına ilişkin Regresyon analizi sonuçları verilmiştir.

Tablo 20. incelendiğinde modele dahil edilen obez bireylere ait yaş, cinsiyet ve BKI değerlerinin beden algısı ölçeğinden alınan puanları istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordamadığı tespit edilmiştir. Katılımcıların Rosenberg benlik saygısı puanlarının beden algısı puanlarını istatistiksel olarak manidardüzeyde yordadığı saptanmıştır ($p < 0,05$). Benlik saygısı puanlarındaki bir birimlik artış katılımcıların beden algısı puanlarını 9 birim azaltmaktadır.

TARTIŞMA

Global anlamda toplumların ortak sorunsalı haline gelen obezite, bilimsel araştırmalarda önemli bir konu olarak çok sık karşımıza çıkmaktadır.

Yapılan araştırmalar; obezitenin; demografik, sosyal, biyolojik, psikolojik ve çevresel etmenler ile çeşitli düzeylerde ilişkili olduğunu ve psikolojik etmenler arasında yer alan benlik saygısı ve beden algısının, obezite ile ilişkisi yapılan çalışmalarda gözlemlenmektedir. (Armağan 2013; Ata ve ark., 2014; Hamurcu ve ark., 2015; Tezcan, 2009). Bununla birlikte yine literatüre bakıldığında, benlik saygısı ve beden algısı yakın ilişkisi olan kavramlar olmakla birlikte, aralarında sebep sonuç ilişkisi etkileşimi bulunduğu gözlemlenmiştir. Obez bireylerde gözlenen düşük benlik saygısının ve olumsuz beden algısının neden mi yoksa sonuç mu olduğuyla ilgili tartişmalar devam etmektedir. Obez bireyin, geçmiş yaşantısı, ekonomik durumu, ailesi ve mensubu olduğu topluluk kişinin benlik algısını derinden etkilerken, obez bireyler üzerinde yapılan çalışmalarda da göz ardı edilmemesi gereken önemli konulardan biri durumunda yer almaktadır ve günümüz obezite çalışmalarında önemli bir yer tutmaktadır. Tüm bunların işığında, yapılan çalışmada KKTC sınırları içinde bulunan obez erişkinlerin benlik saygısı ve beden algısı ile ilişkisine bakılmıştır.

Yapılan çalışmada ilk olarak araştırma kapsamına alınan obez bireylerin yaş gruplarına göre beden algısı ve RBS ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması yapılmış, sonuçlar incelendiğinde araştırmaya dahil edilen obez bireylerin yaş gruplarına göre beden algısı ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak manidar bir ayırım olmadığı saptanmıştır. 41 yaş ve üzeri yaş grubunda yer alan katılımcıların beden algısı puanları diğer yaş gruplarında yer alan katılımcılardan yüksek olsa da bu ayırım istatistiksel olarak anlamı derecede değildir.

Literatüre bakıldığında yapılan çalışmalar, ergenlik döneminde kızların kilolarına daha çok dikkat ettiği gözlemlenmiş ve dolayısıyla bu dönemde erkeklerde obezite görölme oranının daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur. Bu çalışma incelendiğinde, ergenlik dönemi yaş grubundaki kızların kilolarına dikkat ettikleri, dolayısıyla beden algısının, benlik saygısını yordama özelliği dikkate alındığında o yaş grubundaki kız çocuklarının benlik saygısının da yüksek olduğu söylenebilir (Unusan, 2004).

Yapılan çalışmada ikinci olarak, araştırma kapsamına alınan obez bireylerin cinsiyetlerine göre beden algısı ve RBS ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması yapılmıştır. Araştırma kapsamına alınan obez bireylerin cinsiyetlerine göre beden algısı puanları arasında istatistiksel olarak manidar bir ayırım olmadığı saptanmıştır. Araştırma kapsamına dahil edilen obez bireylerin cinsiyetlerine göre RBS puanları arasındaki ayırımın istatistiksel olarak manidar düzeyde olduğu saptanmıştır. Kadın katılımcıların benlik saygısı erkeklere göre anlamlı düzeyde daha düşüktür.

Literatüre bakıldığında Parlak ve Çetinkaya'nın (2007) yaptığı çalışmada, demografik etmenlerden biri olan cinsiyete göre obezite durumu incelenmiş, kadınların erkeklere göre obez olma ihtimallerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte kadınların yağ oranlarının bazı hormonlara ve gebelik gibi durumlara bağlı olarak değişiklik gösterdiği ve obeziteyeneden olduğu ortaya konulmuştur. Unusan (2004) yaptığı çalışma incelendiğinde, ergenlik döneminde kız çocuklarının benlik saygısının daha yüksek olduğu söylenebilir. Araştırmamız ile bu sonucun farklılık göstermesi örneklemin yaş grubu ortalamasının daha yüksek olmasından kaynaklandığı ve ergenlik dönemindeki kızlara özel bir durum olabileceği düşünülmektedir.

Yapılan çalışmada obez bireylerin uyruklarına göre beden algısı ve RBS ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması yapılmış, istatistiksel olarak manidar bir ayırım olmadığı saptanmıştır. KKTC ve TC uyruklu katılımcıların beden algısı ve benlik saygısı puanları benzerdir. Özetle çalışmaya alınmış olan obez bireylerde T.C. ve K.K.T.C. uyruklu olması bakımından karşılaştırdığımızda beden algısı ve benlik saygısı açısından ayırım bulunamamıştır.

Literatüre bakıldığında, katılımcıların uyruklarına göre beden algısı ve benlik saygısı karşılaştırılmasına rastlanılmamaktadır.

Yapılan çalışmada, obez bireylerin eğitim durumlarına göre beden algısı ve RBS ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması yapılmış, sonuçlar incelendiğinde lise ve altı düzeyde ve lisans/lisansüstü düzeyde eğitim almış bireylerin beden algısı ve benlik saygısı puanları arasında istatistiksel olarak manidar bir ayırım olmadığı saptanmıştır.

Literatüre bakıldığında, BKİ 30 ve üzeri olan 150 kadınla yapılmış bir çalışmada sosyokültürel tutumlar, BKİ ve eğitimin benlik saygısı ile beden algısı arasındaki ilişkide manidar bir biçimleyici etkisi olduğu bulgulanmıştır (Armağan, 2013).

Yapılan çalışmada, araştırmaya katılan obez bireylerin çalışıp çalışmama durumlarına göre gelir düzeylerine göre beden algısı ve benlik saygısı arasında manidar bir fark bulunmamıştır.

Literatür taramada, sosyoekonomik statü, babanın eğitim ve gelir seviyesi, yaş ve cinsiyet gibi faktörlerin de benlik saygısı ile ilişkisi olduğu öngörülmektedir. Örneğin Rosenberg ve Pearlin (1978) yaptıkları çalışmada çocukların benlik saygısı ile ailelerinin sosyal sınıfı arasında hiçbir ilişki bulmazken, ergenlik döneminde bu ilişkinin gözlemlenebildiği ve yetişkin yaşlarda ise daha çok arttığı bulgusuna ulaşmışlardır (Akhter&Hossain, 2012).

Yapılan çalışmada araştırma kapsamına alınan obez bireylerin baba eğitim durumlarına göre beden algısı ve RBS ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması yapılmış, istatistiksel olarak manidar bir ayırım olmadığı saptanmıştır. Benzer şekilde obez bireylerin anne eğitim durumlarına göre beden algısı ve RBS ölçeklerinden aldıkları puanların karşılaştırılması yapılmış, istatistiksel olarak manidar bir ayırım olmadığı saptanmıştır. Anne eğitim durumlarına bakılmaksızın katılımcıların beden algısı ve benlik saygısı puanları benzerdir. Eğitim durumlarına bakılmaksızın obez bireylerin beden algısı ve RBS puanları benzer puanlar dar bir aralıktadağılmaktadır.

Literatüre bakıldığında Meryem ve Said (2007) 2007 yılında Konya il merkezindeki ergenlik öncesi ve ergen çocuklarda aşırı ağırlık ve şişmanlık durumunun demografik özelliklerle ilişkisi incelendiğinde annenin ve babanın eğitim durumu çocuğun aşırı ağır olmasını etkilemediği sonucuna ulaşmıştır. Bu çalışmanın bulguları ile yapılan çalışmanın bulguları birbirini destekler niteliktedir.

Yapılan çalışmada, araştırma kapsamına alınan obez bireylerin zayıflamak için ilaç kullanan ve kullanmayanların beden algısı ve benlik saygısı arasında karşılaştırma yapılmış, ancak sonuçlar incelendiğinde aralarında anlamlı bir fark

bulunmamıştır. Ayrıca katılımcıların obeziteyi algılama biçimi ile beden algısı ve benlik saygısı karşılaştırılmış ve katılımcıların obeziteyi algılama biçiminin, beden algısı ve benlik saygısını etkilemediği sonucuna varılmıştır.

Literatüre bakıldığında, zayıflama ilacı kullanan ve kullanmayan obez bireylerin benlik saygısı ve beden algısının karşılaştırılması konusunda herhangi bir çalışma bulunmamıştır. Ayrıca katılımcıların obeziteyi algılama biçimi ile beden algısı ve benlik saygısı arasında yapılmış olan bir çalışmaya rastlanamamıştır.

Yapılan çalışmada BKİ, beden algısı ve benlik saygısı arasında herhangi bir ilişki bulunmamıştır. Literatüre bakıldığında Armağan'ın (2013) yaptığı çalışmada BKİ 30 ve üzeri olan 150 obez kadından oluşan bir çalışmada, obez kadınlarda düşük benlik saygısı beden memnuniyetsizliği ile ilişkili olduğu görülmektedir. Gelişmiş ülkelerde yapılmış olan çalışmalara bakıldığında BKİ 30 ve üzeri olan bireylerin, benlik saygısı ile beden algısı arasında ilişki olduğu saptanmıştır (Greenberg ve ark., 2005; Herbozo ve ark., 2015; Sarwer ve ark., 2005). Ulusal ve uluslararası arenada yapılan çalışmalar bizim çalışmamızdan farklı olarak BKİ ile benlik saygısı ve beden algısı arasında ilişki saptamıştır.

Yapılan çalışmada BKİ ile beden algısı ve benlik saygısı arasında ilişki bulunmamasının iki nedeni olduğu düşünülmektedir. Birinci neden olarak örneklemin yeterli olmaması gösterilebilir. İçerisindeki cinsiyet oranlarına göre dikkat edilerek daha büyük bir örneklem seçilmiş olması BKİ ile beden algısı ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi saha spesifik olarak görülmesini sağlayabileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte, beden algısı bireyin içinde bulunduğu dönem, coğrafya veya ekonomik durum gibi farklı değişkenlere göre de şekillenebilir. Örneğin 1960'lı yıllarda başlayan ve günümüzde de basın ve popüler kültür yolu ile etkisini gösteren "güzel kadın zayıf kadındır" algısının (Aslan, 2004) antik çağlarda farklılık gösterdiğini, aşk ve güzellik tanrıçası olarak algılanan Afrodite'nin betimlemelerinde daha dolgun vücut hatlarına sahip olarak betimlendiğinin gözlemleyebiliriz. Aynı zamanda bireyin etnisitesinin de beden algısını etkileyen faktörler içerisinde yer aldığını görebilmekteyiz. Buna örnek vermek gerekirse, siyahi kadınlar kendilerinin kilolu olarak algılasalar bile çekici bulmaya devam ediyor, yani benlik algısı kilolu olmasına rağmen yüksek olabiliyor. Tüm bunların ışığında yaşadığımız dönem, coğrafya veya ekonomik durum gibi çeşitli faktörlerin

diğer ülkelerdeki bireylerle farklılıklar gösterdiği ve bu nedenle de BKİ ile beden algısı arasında ilişki bulunmaması normal olarak görülmektedir. Yapılan çalışmanın bulgularına bakıldığında beden algısı ve benlik saygısının kendi içinde ilişkili olduğu, olumlu beden algısına sahip olan kişilerde benlik saygısının da yüksek olduğu bulunmuştur. Beden algısı ile benlik saygısının ilişkili olması beklenen bir sonuç olarak görülmekte ve çalışmanın güvenilirliğini desteklemektedir.

Son olarak literatüre bütüncül bir bakış açısıyla bakarsak,obezite ile benlik saygısı, obezite ile beden algısı ve benlik saygısı ile beden algısı ayrı ayrı incelendiğinde, aralarında ilişki olduğugözlemlenmektedir.Ayrıca yapılan regresyon analizinde beden algısını yordama bakımından yaş, cinsiyet, uyruk, eğitim durumu, ekonomik durum, baba eğitim durumu, anne eğitim durumu incelendiğinde, sadece benlik saygısı beden algısını yordayıcı olarak bulunmuştur. Bu bulguya dayanarak benlik saygısı yüksek olan kişinin beden algısının daha kaliteli olduğu ortaya konulmaktadır.Obezite ile beden algısı ve benlik saygısı konusunda araştırma yapmak isteyen araştırmacıların daha büyük bir örneklem grubu seçerek daha anlamlı sonuçlara varılabileceği düşünülmekte, dolayısıyla ileriki araştırma ve araştırmacıların bu noktalara dikkat etmesi önerilmektedir.

SONUÇ

Bu çalışmada BKİ ile beden algısı ve benlik saygısı arasında ilişki bulunmamıştır. Bunun bir nedeni örneklem sayısının düşük olması olabilir. Cinsiyet oranlarına dikkat edilerek daha büyük bir örneklem seçilmesi BKİ ile beden algısı ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi saha güvenilir tartışma imkânı verebilir. Bununla birlikte, beden algısı bireyin içinde bulunduğu dönem, coğrafya veya ekonomik durum gibi farklı değişkenlere göre de şekillenebilir. Tüm bunların ışığında yaşadığımız dönem, coğrafya veya ekonomik durum gibi çeşitli faktörler çalışmada BKİ ile beden algısı arasında ilişki bulunmamasına yol açmış olabilir. Çalışmamızda yapılan regresyon analizinde beden algısını yordama bakımından yaş, cinsiyet, uyruk, eğitim durumu, ekonomik durum, baba eğitim durumu, anne eğitim durumu incelendiğinde, sadece benlik saygısı beden algısını yordayıcı olarak bulunmuştur. Bu bulguya bakıldığında beden algısı ve benlik saygısının kendi içinde ilişkili olduğu, benlik saygısı yüksek olan kişilerde beden algısının daha olumlu olduğu bulunmuştur.

Psikoterapistler fazla kilolu danışanlarıyla çalışırken hatırlamalıdır ki beden algısını güçlendirmek için sadece kilo vermek ve medyanın dayattığı ölçülere sığmak gerekmemektedir, danışanların beden saygısını güçlendirmek de beden algısını düzeltebilmektedir

Kaynaklar

- Akhter, S., & Hossain, M. S. (2013). Determinants of Self-esteem and Social Responsibility among Undergraduates of Dhaka City: Effects of Gender, Family Pattern and University Type. *Journal of Business and Technology (Dhaka)*, 6(2), 21-33.
- Altıok, H. Ö., Ek, N., & Koruklu, N. (2010, Aralık). Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygı Düzeyi ile İlişkili Bazı Değişkenlerin İncelenmesi. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Bilim Dergisi*, 1(1).
- Annis, N. M., Cash, T. F., & Hrabosky, J. I. (2004). Body image and psychosocial differences among stable average weight, currently overweight, and formerly overweight women: the role of stigmatizing experiences. *Body image*, 1(2), 155-167.
- Arenas, J. J. S., & Martínez, A. O. R. (2015). Relationship between self-esteem and body image in children with obesity. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 6(1), 38-44.
- Armağan, A. (2013). *Obez Kadınlarda Benlik Saygısının Beden İmgesi Üzerindeki Etkisinde Biçimleyici Değişkenlerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans, T.C. Okan Üniversitesi, İstanbul.A
- Ata, A., Vural, A., & Keskin, F. (2014). Beden Algısı ve Obezite. *Ankara Medical Journal*, 14(3), 74-84.
- Aydoğan, H. (2017). *Obezite Olan ve Olmayan Bireylerde Benlik Saygısı ve Bağlanma Biçimi*. Yüksek Lisans Tezi, T.C. Üsküdar Üniversitesi, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles?. *Psychological science in the public interest*, 4(1), 1-44.
- Canetti, L., Bachar, E., & Berry, E. M. (2002). Food and emotion. *Behavioural processes*, 60(2), 157-164.

- Christopoulou-Aletra, H., & Papavramidou, N. (2004). Methods used by the Hippocratic physicians for weight reduction. *World journal of surgery*, 28(5), 513-517.
- Coco, G. L., Gullo, S., Salerno, L., & Iaconopelli, R. (2011). The association among interpersonal problems, binge behaviors, and self-esteem, in the assessment of obese individuals. *Comprehensive psychiatry*, 52(2), 164-170.
- Değirmenci, T., Oğuzhanoğlu, N. K., Varma, G. S., Özdel, O., & Fenkci, S. (2015). Psychological Symptoms in Obesity and Related Factors. *Nöro Psikiyatri Arşivi*, 52(1), 42.
- Deveci, A., Demet, M. M., Özmen, B., Özmen, E., & Hekimsoy, Z. (2005). Obez hastalarda psikopatoloji, aleksitimi ve benlik saygısı. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 6, 84-91.
- Ergin, A. B. (2014). Obezitenin Kadın Sağlığı ve Toplumsal Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi . *KASHED*, 1(1), 41-54.
- Fiore, H., Travis, S., Whalen, A., Auinger, P., & Ryan, S. (2006). Potentially protective factors associated with healthful body mass index in adolescents with obese and nonobese parents: a secondary data analysis of the third national health and nutrition examination survey, 1988-1994. *Journal of the American Dietetic Association*, 106(1), 55-64.
- Gedik, O. (2003). Obezite ve çevresel faktörler. *Turkish Journal of Endocrinology and Metabolism*, 2, 1-4.
- Gilman, S. L. (2008). *Fat: A cultural history of obesity*. Polity.
- Göksal, G., & Özel, H. G. (2012). *Çocukluk ve Ergenlik Döneminde Obezite* (2. b.). Ankara: Sağlık Bakanlığı Yayınları.
- Greenberg, I., Perna, F., Kaplan, M., & Sullivan, M. A. (2005). Behavioral and psychological factors in the assessment and treatment of obesity surgery patients. *Obesity*, 13(2), 244-249.

- Gündüz, G. K. (2016). *Obezite Tanısı Almış Kadınların Obezite Dereceleri ile Problemlili Yeme Davranışları Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, T.C.İstanbul Gelişim Üniversitesi , Psikoloji Ana Bilim Dalı , İstanbul.
- Güngör, E. Ö. (2014). *Üniveriste öğrencilerinde porsiyon algısı ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi* (Master's thesis, Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü)
- Hamulu, F. (1999). *Obezite Komplikasyonları* . İstanbul: Mart Matbaacılık.
- Hamurcu, P. (2014). *Obez Bireylerde Benlik Saygısı ve Beden Algısının Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, T.C. İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul.
- Hamurcu, P., Öner, C., Telatar, B., & Yeşildağ, Ş. (2015). Obezitenin Benlik Saygısı ve Beden Algısı Üzerine Etkisi. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 19(3), 122-128.
- Herbozo, S., Schaefer, L. M., & Thompson, J. K. (2015). A comparison of eating disorder psychopathology, appearance satisfaction, and self-esteem in overweight and obese women with and without binge eating. *Eating behaviors*, 17, 86-89.
- Karakaya, K., Baran, E., Tüzün, H., Göçmen, L., Erata, M., Arıkan, İ., & Yeşil, H. K. (2012). *Türkiye Beden Algısı Ağırlığı Araştırması*. (R. Akdağ, Dü.) Ankara : Sağlık Bakanlığı Yayınları.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Akademi Yayınları.
- Kumanyika, S., Wilson, J. F., & Guilford-Davenport, M. (1993). Weight-related attitudes and behaviors of black women. *Journal of the American Dietetic Association*, 93(4), 416-422.
- Kuntz, Tom 'What we said and what we meant, A to Z', The New York Times (December 28, 2003), p. 2.
- Maslow, A. H. (1987). *Motivation and Personality* (Third ed.). New York: Harper & Row
- Mond, J., Van den Berg, P., Boutelle, K., Hannan, P., & Neumark-Sztainer, D. (2011). Obesity, body dissatisfaction, and emotional well-being in early and

late adolescence: findings from the project EAT study. *Journal of Adolescent Health*, 48(4), 373-378.

Mutlu, H. (2015). *Çocukluk Çağı Travmalarının Erişkin Dönem Obezitesi ile İlişkisinin Belirlenmesi*. Doktora Tezi, Başkent Üniversitesi, Ankara.

Odağ, C. (1999). *Nevrozlar 1*. İzmir: Halime Odağ Vakfı Yayınları.

Okka, B., & Durduran, Y. (2013). Eski Yunan ve Bizans Döneminde Obezite. *Turkiye Klinikleri Journal of Medical Ethics-Law and History*, 21(3), 111-117.

Olmsted, M. P., & McFarlane, T. (2004). Body weight and body image. *BMC women's health*, 4(1), S5.

Paeratakul, S., White, M. A., Williamson, D. A., Ryan, D. H., & Bray, G. A. (2002). Sex, race/ethnicity, socioeconomic status, and BMI in relation to self ~~perception of body weight~~. *Obesity*, 10(5), 345-350.

Papavramidou, N. S., Papavramidis, S. T., & Christopoulou-Aletra, H. (2004). Galen on obesity: etiology, effects, and treatment. *World journal of surgery*, 28(6), 631-635.

Parlak, A., & Çetinkaya, Ş. (2007). Çocuklarda Obezitenin Oluşumunu Etkileyen Faktörler. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 2(5), 25-35.

Pınar, R. (2002). Obezlerde Depresyon Benlik Saygısı ve Beden İmajı : Karşılaştırmalı Bir Çalışma. *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 6(1), 30-41.

Philip, W., & James, T. (1998). What are the health risks? The medical consequences of obesity and its health risks. *Experimental and clinical endocrinology & diabetes*, 106(S 02), 1-6.

Sarısoy, G., Atmaca, A., Ecemiş, G., Gümüş, K., & Pazvantoğlu, O. (2013). Obezite Hastalarında Dürtüsellik ve Dürtüselliğin Beden Algısı ve Benlik Saygısı ile İlişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*(14), 53-61. doi:10.5455/apd.34469

Sarwer, D. B., Thompson, J. K., & Cash, T. F. (2005). Body image and obesity in adulthood. *Psychiatric Clinics*, 28(1), 69-87.

- Sarwer, D. B., Wadden, T. A., & Foster, G. D. (1998). Assessment of body image dissatisfaction in obese women: specificity, severity, and clinical significance. *Journal of consulting and clinical psychology*, 66(4), 651.
- Schrauwen, P., & Westerterp, K. R. (2000). The role of high-fat diets and physical activity in the regulation of body weight. *British Journal of Nutrition*, 84(4), 417-427.
- Schwartz, M. B., & Brownell, K. D. (2004). Obesity and body image. *Body image*, 1(1), 43-56.
- Taşan, E. (2005). Obezitenin Tanımı Değerlendirme Yöntemleri ve Epidemiyolojisi. *Türkiye Klinikleri Dahili Tıp Bilimleri Dergisi*, 1(37), 1-4.
- Tekdemir, S. Ç. (2013). *Bir Eğitim Ve Araştırma Hastanesinin Obezite Polikliniğine Başvuran Obez Bireylerin Beden Algılarının Benlik Saygısı Üzerine Etkisinin Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı , İstanbul.
- Telatar, B., Öner, C., Hamurcu, P., & Yeşildağ, Ş. (2015). The impact of obesity on self esteem and body image. *Turkish Journal of Family Practice*, 19(3), 122-128.
- Tezcan, B. (2009). *Obez Bireylerde Benlik Saygısı Beden Algısı ve Travmatik Yaşantılar*. Uzmanlık Tezi, Bakırköy Prof. Dr. MazhRuh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi , İstanbul.
- Uğuz, M. A., & Bodur, S. (2007). Konya il merkezindeki ergenlik öncesi ve ergen çocuklarda aşırı ağırlık ve şişmanlık durumunun demografik özelliklerle ilişkisi. *Genel Tıp Dergisi*, 17(1), 1-7.
- Üney, B. M. (2014). *Ergenlik Dönemi Obezitesinde Ruhsal İşleyişin Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, T.C. Okan Üniversitesi, İstanbul.
- Ünüsan, N. (2004). Fruit and Vegetable Consumption Among Turkish University Students. *International Journal for Vitamin and Nutrition Research*, 74(5), 341-348.

- Valette, M., Bellisle, F., Carette, C., Poitou, C., Dubern, B., Paradis, G., ... & Czernichow, S. (2013). Eating behaviour in obese patients with melanocortin-4 receptor mutations: a literature review. *International journal of obesity*, 37(8), 1027-1035.
- Van Dijk, S. J., Molloy, P. L., Varinli, H., Morrison, J. L., Muhlhausler, B. S., Buckley, M., ... & Tellam, R. L. (2015). Epigenetics and human obesity. *International Journal of Obesity*, 39(1), 85-97.
- Werrij, M. Q., Mulkens, S., Hospers, H. J., & Jansen, A. (2006). Overweight and obesity: the significance of a depressed mood. *Patient Education and Counseling*, 62(1), 126-131.
- World Health Organization. (2000). *Obesity: Preventing And Managing The Global Epidemic*. Geneva: WHO Library Cataloguing.
- World Health Organization. (2017, 01 10). <http://www.who.int/topics/obesity/en/>

AYDINLATILMIŐ ONAM

Bu alıŐma, Yakın Doğu Üniöersitesi Fen Edebiyat Fakóltesi Psikoloji Bölümü tarafından gerçekleŐtirilen bir çalıŐmadır.

Bu çalışmanın amacı benlik saygısı ve beden algısını incelemektir.

Anket tamamen bilimsel amaçlarla düzenlenmiŐtir. Anket formunda kimlik bilgileriniz yer almayacaktır. Size ait bilgiler kesinlikle gizli tutulacaktır. ÇalıŐmadan elde edilen veriler yalnızca istatistik veri olarak kullanılacaktır. Yanıtlarınızı içten ve doğru olarak vermeniz bu anket sonuçlarının toplum için yararlı bir bilgi olarak kullanılmasını sağlayacaktır.

Telefon numaranız anketörün denetlemesi ve anketin uygulandığının belirlenmesi amacıyla istenmektedir.

Yardımanız için çok teşekkür ederim.

Psikolog

Göral ÜÇAY

Yukardaki bilgileri ayrıntılı biçimde tümünü okudum ve anketin uygulanmasını onayladım.

İsim:

İmza:

Telefon:

BİLGİLENDİRME FORMU
OBEZİTENİN BENLİK SAYGISI VE BEDEN ALGISI ÜZERİNE ETKİSİ

Bu çalışmanın amacı benlik saygısı ve beden algısını incelemektir.

Bu çalışmada size bir demografik bilgi formu ve bir dizi ölçek sunduk. Demografik bilgi formu sizin yaş cinsiyet gibi demografik özellikleriniz hakkındaki soruları içermektedir. Ölçekler ise benlik saygısı ve beden algısı davranışının özelliklerini ölçmektedir.

Daha önce de belirtildiği gibi, ölçeklerde ve görüşmelerde verdiğiniz cevaplar kesinlikle gizli kalacaktır. Eğer çalışmayla ilgili herhangi bir şikayet, görüş veya sorunuz varsa bu çalışmanın araştırmacılarından biri olan Göral ÜÇAY ile iletişime geçmekten lütfen çekinmeyiniz (goralucay@hotmail.com 05338874477).

Eğer bu çalışmaya katılmak sizde belirli düzeyde stres yaratmışsa ve bir danışmanla konuşmak istiyorsanız, ücretsiz hizmet veren psikoloğa başvurabilirsiniz.

Eğer araştırmanın sonuçlarıyla ilgileniyorsanız..... tarihinden itibaren araştırmacıyla iletişime geçebilirsiniz.

Katıldığınızı içi tekrarteşekküredirim.

Psikolog,
Göral ÜÇAY,
Psikoloji Bölümü,
YakınDoğu Üniversitesi,
Lefkoşa.

BİLGİ FORMU

- 1- Yaşınız :
- 2- Cinsiyetiniz : a) Kadın b) Erkek
- 3- Uyuşgunuz : a) KKTC b) TC c) TC, KKTC d) Diğer
:.....
- 4- Boy :
- 5- Kilo :
- 6- Eğitim Durumunuz : a) İlkokul b)Ortaokul c) Lise
d) Üniversite e) Master /Doktora
- 7- Meslek : a)Öğrenci b) Memur c) İşçi d) Özel Sektör
e) Emekli f) İşsiz g) Ev Hanımı h) Diğer
.....
- 8- Ekonomik durum (TL): a) Asgari ve altı b) 1600 ve 3500
c)3500 - 7000 d)7000 ve üstü
- 9- Babanızın eğitim durumu : a) Okuma yazma yok b) İlkokul
c)Ortaokul d) Lise e) Üniversite
f) Master /Doktora
- 10- Annenizin eğitim durumu : a) Okuma yazma yok b) İlkokul c)Ortaokul
d) Lise e) Üniversite f) Master /Doktora
- 11- Kilo vermeye yönelik ilaç kullanımı: a) var b) yok
- 12- Fazla kilonuz nedeniyle eskiden yaptığınız ama şimdi yapmaktan kaçındığınız şeyler var mıdır ? (Örneğin her zaman gittiğiniz plaja gitmemek)
a) Hiçbirzaman b) Bazen c) Sık sık

13- Aşağıdaki ifadelere ne kadar katılıyorsunuz ?

- a) Tamamen Katılıyorum
- b) Katılıyorum
- c) Bilmiyorum
- d) Katılmıyorum
- e) Kesinlikle Katılmıyorum

- Fazla kilo bir sağlık sorunudur
- Fazla kilo estetik güzel görünmeyi engeller
- Fazla kilolu kişilerde sosyal yaşamdan uzaklaşma daha sık görülür
- Fazla kilolu kişilerde anksiyete ve depresyon gibi psikolojik rahatsızlıklar daha sık görülür

BEDEN ALGISI ÖRNEK MADDELER

Aşağıda çeşitli vücut özellikleri ve beğenip beğenmeme ifadeleri bulunmaktadır. Yapmanız gereken, bir vücut özelliğiniz hakkındaki duygularınızı bu ifadelere göre değerlendirmektir. Örneğin bir vücut özelliğinizi çok beğeniyorsanız, bu özellik için “çok beğeniyorum” ifadesinin bulunduğu kutuya “X” işareti koyunuz. Herhangi bir vücut özelliğinizi genel olarak beğenip beğenmediğinize göre duygularınızı değerlendiriniz.

| | ÇOK BEĞENİYORUM | OLDUKÇA BEĞENİYORUM | KARARSIZIM | PEK BEĞENMİYORUM | HİÇ BEĞENMİYORUM |
|-----------------------------|-----------------|---------------------|------------|------------------|------------------|
| 1.Saçlarım | | | | | |
| 2.Yüzümün rengi | | | | | |
| 3.İştahım | | | | | |
| 4. Ellerim | | | | | |
| 5. Vücudumdaki Kıl dağılımı | | | | | |
| 6. Burnum | | | | | |
| 7.Fiziksel Gücüm | | | | | |
| 8.İdrar-dışkı düzenim | | | | | |
| 9.Kas kuvvetim | | | | | |
| 10.Belim | | | | | |
| 11.Enerji düzeyim | | | | | |
| 12.Sırtım | | | | | |
| 13.Kulaklarım | | | | | |
| 14.Yaşım | | | | | |
| 15.Çenem | | | | | |
| 16.Vücut Yapım | | | | | |
| 17.Profilim | | | | | |
| 18.Boyum | | | | | |
| 19.Duyularımın keskinliği | | | | | |

| | ÇOK BEĞENİYORUM | OLDUKÇA BEĞENİYORUM | KARARSIZIM | PEK BEĞENMİYORUM | HİÇ BEĞENMİYORUM |
|--------------------------|-----------------|---------------------|------------|------------------|------------------|
| 20.Ağrıya dayanıklılığım | | | | | |
| 21.Omuzlarımın genişliği | | | | | |
| 22.Kollarım | | | | | |
| 23.Göğüslerim | | | | | |
| 24.Gözlerimin şekli | | | | | |
| 25.Sindirim sistemim | | | | | |
| 26.Kalçalarım | | | | | |
| 27.Hastalığa direncim | | | | | |
| 28. Bacaklarım | | | | | |
| 29.Dişlerimin şekli | | | | | |
| 30.Cinsel gücün | | | | | |
| 31.Ayaklarım | | | | | |
| 32.Uyku düzenim | | | | | |
| 33.Sesim | | | | | |
| 34.Sağlım | | | | | |
| 35.Cinsel faaliyetlerim | | | | | |
| 36.Dizlerim | | | | | |
| 37.Vücudumun duruş şekli | | | | | |
| 38.Yüzümün şekli | | | | | |
| 39.Kilom | | | | | |
| 40.Cinsel organlarım | | | | | |

ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖRNEK MADDELER

AÇIKLAMA

Lütfen her soruyu dikkatli bir şekilde okuyup, kendinize en uygun şıkkı (X) ile işaretleyiniz.

1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.
a.Doğrub.Çok Doğru c.Yanlışd.Çok yanlış
2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum
a.Doğrub.Çok Doğru c.Yanlışd.Çok yanlış
- 3.Genelde kendimi başarısız biri olarak görme eğilimindeyim.
a.Doğrub.Çok Doğru c.Yanlışd.Çok yanlış
4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.
a.Doğrub.Çok Doğru c.Yanlışd.Çok yanlış
5. Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.
a.Doğrub.Çok Doğru c.Yanlışd.Çok yanlış
6. Kendime karşı olumlu bir tutum içerisindeyim.
a.Doğrub.Çok Doğru c.Yanlışd.Çok yanlış
7. Genel olarak kendimden memnunum.
a.Doğrub.Çok Doğru c.Yanlışd.Çok yanlış
8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.
a.Doğrub.Çok Doğru c.Yanlışd.Çok yanlış
9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.
a.Doğrub.Çok Doğru c.Yanlışd.Çok yanlış
10. Bazen kendimin hiç de yeterli olmadığını düşünüyorum.
a.Doğrub.Çok Doğru c.Yanlışd.Çok yanlış

ÖZGEÇMİŞ

Adı Soyadı: Göral ÜÇAY

Doğum Tarihi: 07.05.1981

Adres :3. Etap Devlet Sosyal Konutları park street No:42 Taskinkoy, Nicosia,
Cyprus – Mersin 10 Turkey

Telefon: 0090 (533) 887 44 77

e-mail : goralucay@hotmail.com psygoral@yahoo.com

Öğrenim Durumu:

| Derece | Alan | Üniversite | Yıl |
|-----------|------------------|-------------------------|------|
| Lisans | Psikoloji | Yakın Doğu Üniversitesi | 2004 |
| Y. Lisans | Klinik Psikoloji | Yakın Doğu Üniversitesi | 2018 |

İş Tecrübesi

Eylül 2007 - Eylül 2013

Yakın doğu Üniversitesi

Atatürk Eğitim Fakültesi

Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık

Öğretim Görevlisi

Haziran 2005 – Mart 2006

KKTC Özel Eğitim Vakfı ÖZEV Özel Eğitim Okulu,

- Psikolog
- Wisc-r (wechsler çocuklar için zeka ölçęęi) ve AGTE (Ankara Gelişimsel Tarama Envanteri) testlerinin uygulanması
- Öğrenme bozukluğu olan çocuklara grup eğitimi
- Bireysel özel eğitim programı

Ekim 2004 - Nisan 2005

YILDIZ Zihinsel Engelliler ve Rehabilitasyon Merkezi

- Psikolog

Staj

Haziran 2009 – Eylül 2009

Şişli Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi

- Servis çalışmaları
- Vizitler
- Hasta görüşmeleri
- Seminerler
- Psikolojik test değerlendirmeleri

Ocak 2004 – Şubat 2004

Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastahanesi(Staj)

- Servis çalışmaları
- Vizitler
- Hasta görüşmeleri
- Seminerler
- Psikolojik test değerlendirmeleri

Eylül 2003 – Ekim 2003

Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastahanesi(Staj)

- Servis çalışmaları
- Vizitler
- Hasta görüşmeleri
- Seminerler
- Psikolojik test değerlendirmeleri

Eğitim

Mart 2008 : Cinsel Eğitim Tedavi ve Araştırma Derneği (CETAD)
1.Modül: Cinsellik Kavramı ve2. Modül: Cinsel İşlev Bozuklukları Eğitimi (74 saat)

Şubat 2008 : Gelişim Değerlendirme sertifikası, 32 saatlik Eğitim
(TürkPsikologlar Derneği, İstanbul Şubesi)

- Ekim 2006 - Haziran 2007 : Nottingham Trent University Postgraduate Diploma Program (Psychology, 200 saatlik ders)
- Eylül 2006 : Conflict Resolution Education / Peace Education International Conference and Workshops (Kuzey Kıbrıs Uzlaşım Derneği)
- Mart 2006 : Basic Course of Positive Psychotherapy (Cyprus Mental Health Institute, Positive Psychotherapy Center)
- Eylül/Ekim 2005 : Wisc – r Sertifikası (Wechsler Çocuklar için Zeka Ölçeği, 56 saatlik Eğitim, Türk psikologlar Derneği, İzmir Şubesi)
- Temmuz 2005 : Positive Psychotherapy (Cyprus Mental Health Institute)
- Mart 2005 – Nisan 2006 : Naadacbağımlılık 300 saatlik Danışmanlık Eğitimi (Cyprus Mental Health Institute)
- Aralık 2004 / Mayıs 2005 : Aile Terapisi Eğitimi (DBE, Davranış Bilimleri Enstitüsü, İstanbul)
- Şubat 2005 : Küçük Adımlar Sertifikası (Gelişimsel Geriliği Olan Çocuklar İçin Küçük Adımlar Erken Eğitim Programı, İstanbul)
- Mayıs 2004 : Yeme Bozukluklarının Psikanalitik Açısından Değerlendirilmesi (Türk Psikologlar Derneği, İstanbul Şubesi)
- Mart 2004 : Temel Uzlaşım Eğitimi (Uzlaşım Derneği)

- Haziran 2003 : SexualAbuseEducation(TurkishCypriotMental HealthOrganization)
- Nisan 2003 : Counseling of DrugAddictionEducation(Turkish CypriotMentalHealthOrganization)
- Şubat 2003 : Ulusal Nörobiyoloji Kış Okulu Eğitimi (Eubiyoloji Topluluğu

Bilimsel ve Mesleki Kuruluşlara Üyelikler

- Türk Psikologlar Derneği Üyesi
- Kuzey Kıbrıs Uzlaşım Derneği Üyesi



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ

BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

30.03.2017

Sayın Doç. Dr. Ebru Çakıcı,

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğumuz YDÜ/SB/2017/9 proje numaralı ve "Obezitenin Benlik Saygısı ve Beden Algısı Üzerine Etkisi" başlıklı proje önerisi kurumumuzca değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu yazı ile birlikte, başvuru formumuzda belirttiğimiz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

Yardımcı Doçent Doktor Direnç Kanol

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Raportörü

Direnç Kanol

Not: Eğer bir kuruma resmi bir kabul yazısı sunmak istiyorsanız, Yakın Doğu Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na bu yazı ile başvurup, kurulun başkanının imzasını taşıyan resmi bir yazı temin edebilirsiniz.

Göral Üçay

ORIGINALITY REPORT

13%

SIMILARITY INDEX

11%

INTERNET SOURCES

8%

PUBLICATIONS

%

STUDENT PAPERS

MATCH ALL SOURCES (ONLY SELECTED SOURCE PRINTED)

5%

★ docs.neu.edu.tr

Internet Source

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off