

Beden İmgesi ve Yeme Davranışı Bozuklukları ile Medya İlişkisi

S. Halime ASLAN *

ÖZET

Bu çalışmada amaç beden imgesi ve yeme davranışı bozuklukları ile medyanın ilişkisini araştırmaktır. Çalışmaya K.Maraş Sağlık Yüksek Okulu'nda okuyan 131 kız öğrenci katılmıştır. Çalışmada Yeme Tutum Testi (YTT), Beden İmgesi Doyumu Ölçeği (BİDÖ) ve medya imgelerinin öğrencilerin beden imgesi ve zayıflığı ideal olarak benimsemesi üzerine etkilerini sorgulayan bir form kullanılmıştır. Sonuç olarak, medya imgelerinin bedenlerini gerçek ideal olarak gören, medya imgelerinin bedenlerini kendi ya da arkadaşlarının bedenleri ile karşılaştıran öğrencilerin YTT puanları daha yüksek, BİDÖ puanları daha düşüktür. Medya imgelerinin gerçek ideal olarak görülmesi ve kendi ya da arkadaşlarının bedenlerini medya imajları ile karşılaştırma, zayıflığın ideal olarak benimsenmesiyle ilişkili bulunmuştur. Ayrıca diyet yapma, aşırı yeme, yemekten önce ve sonra suçluluk duyma gibi yeme tutum ve davranışıyla ilgili kimi bozuklukların da medya imgelerinin gerçek ideal olarak görülmesi ve bu imgelerle kendi ya da arkadaşlarının bedenlerini karşılaştırma ile ilişkili olduğu belirlenmiştir. Sonuçlar medya imgelerinin kız öğrencilerin beden imgesi ve yeme davranışları üzerinde etkisi olduğunu desteklemektedir.

Anahtar kelimeler: Kız öğrenciler, medya imgeleri, yeme davranışı, beden imgesi

Düşünen Adam; 2001, 14(1): 41-47

SUMMARY

The aim of this study was to examine the relationship between media and, eating behavior and body image disturbances. 131 female students from K. Maraş Health College participated in the study. The Eating Attitudes Test (EAT), Body Image Satisfaction Questionnaire (BISQ) and, a from based on the impact of media images on students' body image and thin ideal endorsement were used. As a result, the students who saw media images as realistic ideal, and compared self and close friends' bodies with media images had higher scores on EAT and lower scores on BISQ. Seeing media images as realistic ideal and comparing the bodies of oneself or friends to media image bodies were found to be related to endorsing a thin ideal. Some eating attitude and behavior disturbances, such as dieting, binge-eating, feeling guilty before and after eating were found to be related to seeing media images as realistic ideal and comparing the bodies of oneself or friends to media image bodies. Results suggest that media images affect female students' body image and eating behaviors.

Key words: Female students, media images, eating behavior, body image

GİRİŞ

APA'ya (1994) göre yeme bozukluklarının genel toplumdaki yaygınlığı % 0.5-% 3 arasındadır (2).

Yüksek okul öğrencisi kızların ise % 4-% 22'sinin anorektik ya da bulimik davranışlara girdiği bildirilmektedir (5,13,18). Yeme bozukluklarının ortaya çıkışında ve sürmesinde sosyokültürel etkenlerin

* KSÜ Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı

önemli rolü olduğu ileri sürülmektedir. Bu sosyokültürel baskılar, kadın cinsiyet rolünde fiziksel görünüme odaklanması, kadınlara aşırı zayıflığın "ideal" beden imgesi olarak sunulması ve kadının toplumsal başarısında fiziksel görünümünün öneminin vurgulanması olarak sıralanabilir. Bu sosyokültürel baskıların topluma iletilmesinde en güçlü aracı ile medyadır (17). Medya toplum üzerinde zayıflık, estetik ölçüler ve değerlerle ilgili önemli etkiler oluşturmaktadır. Medyada zayıflık genellikle idealize edilmekte, zayıf-ince olmak kadında çekiçilik, toplumsal kabul görme, başarı elde etme ve kendini denetleme yetisiyle birlikte anılmaktadır (10). Zayıflık yönündeki bu aşırı baskılar ve pekiştirmeler sonucunda kadınlarda sürekli olarak diyet yapma, yediklerinden kurtulmak için kusma, diüretik ya da laksatif kullanma gibi yeme davranışı bozuklukları ortaya çıkmaktadır (15).

TV programları ve gözde kadın dergilerinde sunulan "ideal" beden imgesi ölçüleri yıldan yıla giderek incelmemekte, TV reklamlarında, programlarında ya da dergi reklamlarında ya da makalelerinde yer alan diyet türleri, diyet ürünleri, mekanik beden geliştirme araçları, zayıf olma-zayıf kalma ya da beden biçimini düzeltme-koruma ile ilgili yazılar çoğunlukla kadınları hedef kitle olarak almaktadır. Kadın dergilerindeki diyet yiyeceklerin reklamları erkek dergilerindekinin 63 katı olarak bulunmuştur (15). Bir başka çalışmada kadın dergilerinde kilo vermeyi teşvik eden makale ve reklamların erkek dergilerindekilere göre 10.5 kat fazla olduğu bildirilmiştir ki bu oran yeme bozukluklarının cinsiyet oranlarıyla benzer görünmektedir (10 kadına 1 erkek) (1).

Medyada zayıflığın ideal olarak yineleyici bir biçimde sunulması, kadınların "ideal zayıflık stereotipini içselleştirmesine yol açmaktadır. Bu içselleştirme kadınların beden doyumsuzluğunu artırmakta ve yeme davranışında bozuklukla sonuçlanmaktadır, çünkü hedef olarak sunulan beden ölçüleri gerçekle bağdaşmamaktadır (17). Medyanın bu konuda etkisi öylesine güçlüdür ki, bedeninden hoşnut olsa bile, birçok kadın sahip olduğu ölçüleri korumak uğruna yeme davranışında bozukluklara yönelebilmektedir (17). Medyada sunulan "ideal" beden imgeleri, kadınlarda yeme davranışı ve beden imgesi sorunlarının yanı sıra bedenine/kendine güvensizlik, suçluluk ve utanç duyguları, mutsuzluk, kaygı ve depresyona da

yol açabilmektedir. Bu olumsuz duyguların da, özellikle bulimik belirtilerle ilişkili olduğu bildirilmektedir (16).

Medyanın beden imgesi ve yeme davranışı üzerindeki en büyük etkisinin, özellikle kendi toplumsal gerçeklerinden henüz emin olmayan, kendi kimliklerini oluşturmak için çevrenin görüşlerine, iletilerine ve dışardan gelen bilgi ve uyarılara aşırı duyarlı, öğrenme, gelişme ve özdeşim sürecindeki ergenler üzerinde olduğu bildirilmektedir (4,8,12). Medya ergenlik dönemindeki kızlara kendilerini karşılaştıracak imgeler sunmakta, ergenleri kendilerini bu imgelerle kıyaslamaya yöneltmekte, kimi zaman sunulan bu imgeler özdeşim örneği rolünü de oynayabilmektedir (4,10). "Toplumsal karşılaştırma kuramı" adı verilen bu kurama göre, kişiler kendilerini ya da yakınlarını ulaşmayı amaçladıkları ve hedefleri olarak algıladıkları imgelerle karşılaştığında otomatik olarak gerçekleşir ve sonuçta da kişi hedefe ulaşmak için motive olur (4). Ergenlik döneminde medyada sunulan bu aşırı zayıf imgelerle kendini karşılaştıran kızlarda, eğer bu imgelerini gerçek idealer olarak da görüyorsa beden doyumsuzluğu, zayıflıkla aşırı uğraşma ve yeme davranışında bozukluklar ortaya çıkabilmektedir (4). Kişinin bu imgelere duyarlılığı ve kıyaslamayı yapma düzeyi ise zayıflığı ideal olarak benimsemesiyle ilişkilidir. Çünkü zayıflığı "ideal" olarak benimseyen kişiler, hedefleri doğrultusunda otomatik kıyaslamayı daha çok yapmaktadırlar (4).

Bu verilerden yola çıkarak bu araştırmada:

1. Medyayla ilgili, günlük TV izleme süresi, en çok izlenen program ve moda ile ilgili bir dergi okuyup okumama gibi değişkenlerin yeme davranışı ve beden imgesi üzerine etkileri.
2. Toplumsal karşılaştırma kuramına göre, medya imgeleriyle kendi ya da arkadaşlarının bedenlerini kıyaslamamanın yeme davranışı ve beden imgesi üzerine etkileri.
3. Zayıflığı "ideal" olarak benimsemenin yeme davranışı ve beden imgesi üzerine etkilerinin araştırılması amaçlanmıştır.

YÖNTEM

K.Maraş Sağlık Yüksek Okulu Müdürlüğü'nden ve ilgili dersin öğretim üyesinden izin alınarak, çalışmanın amacı açıklandıktan sonra, ölçekler ders saati başlangıcında gönüllülere doldurtulmuştur. O gün derste bulunmayan öğrenciler dışında tüm öğrenciler çalışmaya katılmayı kabul etmişlerdir.

Örneklem: Çalışmaya K.Maraş Sağlık Yüksek Okulu'nda okuyan 131 kız öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin yaşları 16-24 arasında, yaş ortalaması 19.3 ± 1.4 'dür. 113'ünün (% 86.3) annesi okur-yazar ya da ilkokul çıkışlı, 15'inin (% 11.5) ortaokul ya da lise, 3'ünün (% 2.3) yüksek okul çıkışlıdır. Babaların ise 60'ı (% 45.8) okur-yazar ya da ilkokul çıkışlı, 55'i (% 42.0) ortaokul ya da lise, 16'sı (% 12.2) yüksek okul çıkışlıdır.

Kullanılan ölçekler

1. *Sosyodemografik özellikleri, medya ve yemeye ilgili davranışları sorgulama formu:* Bu formda öğrencinin yaşı, anne-baba eğitimi, günlük televizyon izleme süresi, televizyonda özellikle izlediği programlar, moda ile ilgili (Elle, Cosmopolitan, Vogue, Marie Claire, Amica, Elele vd.) herhangi bir dergi okuyup okumadığı, diyet yapma, kusma, aşırı yeme, yemekten önce ve sonra suçluluk duyma gibi yeme tutum ve davranışıyla ilgili sorular yer almaktadır.

2. *Yeme Tutum Testi (YTT):* Yeme davranışındaki bozuklukları taramak amacıyla Garner ve Garfinkel (9) tarafından geliştirilmiştir. 40 maddeden oluşan, 6'lı likert tipi bir öz bildirim ölçeğidir. Türkiye'de geçerlik ve güvenilirlik çalışması Savaşır ve Erol (1989) tarafından yapılmıştır (14). YTT ile yapılan çalışmalarda 30 ve üzerinde puan alanların yalnızca % 7'sinin normal olduğu, geri kalan % 93'ünün yeme davranışı bozukluğu gösterdiği yayınlanmıştır (9).

3. *Beden İmgesi Doyumu Ölçeği (BİDÖ):* Berscheid ve arkadaşları (1973) tarafından geliştirilmiş, erkekler için 27, kızlar için 26 beden bölgesini içeren, 5'li likert tipi bir öz bildirim ölçeğidir (3). Ülkemizde geçerlik ve güvenilirlik çalışması Çok (1990) tarafından yapılmıştır (6).

4. *Medya imgelerini kendi bedeni ya da ar-*

kadaşlarının bedeninin karşılaştırma ve medya imgelerini gerçek idealler olarak görme ile ilgili maddeleri içeren form (MEDYA): Botta'nın çalışmasında (1999) kullandığı ölçekler örnek alınarak hazırlanmıştır, 11 maddeden oluşmaktadır. Her madde "hiçbir zaman", "nadiren", "bazen", "çoğu zaman" ve "her zaman" olmak üzere 5'li likert tipi değerlendirilmektedir (4). İlk 4 madde medya imgelerini arkadaşlarının bedenleriyle karşılaştırmayla ilgilidir (MEDYA-I). Örnek: "Televizyondaki dizi filmleri, filmleri ya da klipleri izlerken, oyuncuların bedenlerinin, arkadaşlarınızın bedenlerinden niçin bu kadar farklı olduğunu düşündüğünüz olur mu?". 5-7. maddeler medya imgelerini kendi bedeniyle karşılaştırmayla ilgilidir (MEDYA-II). Örnek: "Bedenimi moda dergilerinde yer alan mankenlerin ya da oyuncuların bedenleriyle karşılaştırdım." MEDYA I ve MEDYA II'ye ait maddeler sosyal karşılaştırma ile ilgili maddelerdir. 8-11. maddeler ise medya imgelerini gerçek idealler olarak görmeye ilgilidir (MEDYA-III). Örnek: "TV filmlerinde ya da kliplerde gördüğüm kadınların bedenleri benim için ideal olanı yansıtır."

Ölçeğin maddeler arası korelasyonu 0.65-0.72, rohbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.89, Spearman-Brown iki yarım güvenilirlik katsayısı ise 0.77 olarak bulunmuştur.

5. *Zayıflığı ideal olarak benimsemeye ilgili form (İDEAL):* Stice ve arkadaşları (1994) tarafından geliştirilmiştir (17). İdeal kadın bedenini yansıtan stereotipleri içeren, "Tamamen katılıyorum", "Çoğu zaman katılıyorum", "Bazen katılıyorum", "Nadiren katılıyorum" ve "Hiçbir zaman katılmıyorum" olarak işaretlenen 5'li likert tipi, 6 maddeden oluşmaktadır. Örnek: "İdeal bir kadın zayıf olmalıdır." Ölçeğin maddeler arası korelasyonu 0.49-0.60, Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.80 Spearman-Brown iki yarım güvenilirlik katsayısı 0.78 olarak bulunmuştur.

6. *Beden Kitle İndeksi (BKİ):* Kişinin kilosunun boyuna oranını tanımlamak için kullanılan bir terimdir. Şişmanlığın ya da zayıflığın geçerli ve güvenilir bir göstergesi olarak kabul edilmektedir. Kilo (kg)/boy (m²) formülüyle hesaplanmaktadır. Ölçeklerin, öğrencilerin boy, kilo ve BKİ'lerinin alt ve üst sınırları ve ortalamaları Tablo 1'de görülmektedir.

Tablo 1. Örneklemde beden ağırlığı, boy, BKİ, günlük TV izleme süresi ve ölçek puanlarının sınırları ve ortalamaları.

	Alt sınır	Üst sınır	Ortalama
Beden ağırlığı (kg)	40	71	53.6±6.4
Boy (cm)	148	175	161.5±5.3
BKİ (kg/m ²)	16.0	26.2	20.5±2.1
YTT	3	49	18.1±7.3
BİDÖ	61	127	99.0±13.4
MEDYA-I	4	20	10.2±3.6
MEDYA-II	3	15	5.2±2.8
MEDYA-III	4	20	10.01±3.3
İDEAL	6	30	17.6±5.0
TV izleme süresi /gün (saat olarak)	0	9	3.0±2.1

MEDYA-I: Medya imgelerini arkadaşlarının bedenleriyle karşılaştırma

MEDYA-II: Medya imgelerini kendi bedenleriyle karşılaştırma

MEDYA-III: Medya imgelerini gerçek idealler olarak görme

İDEAL: Zayıflığı ideal olarak benimseme olarak kısıtlıdır.

Tablo 2. Öğrencilerin izlediği TV programları.

Program	N	%
Müzik klipleri	35	26.7
Belgeseller	22	16.8
Haberler	19	14.5
Moda-magazin	17	13.0
Sanat, siyaset tartışmaları	15	11.5
Yerli dizi filmler	12	9.2
Talk-show	6	4.6
Yabancı dizi filmler	2	1.5

BULGULAR

Medya ile ilgili değişkenlerle analizler: Medya ile ilgili değişkenler olarak, günlük TV izleme süresi, TV'de en çok izlediği program türü ve moda ilgili dergi okuyup okumadığı sorgulanmıştır. Günlük TV izleme süresi ortalama Tablo 1'de yer almaktadır. Öğrencilerden 3'ü (% 2.3) hiç TV izlemediğini belirtmiştir. Diğerlerin en çok izlediği program türleri Tablo 2'de verilmiştir. Günlük TV izleme süresi MEDYA-II puanları ile ilişkili bulunmuştur ($r: 0.18, p<0.05$); daha uzun süre TV izleyenler medya imgelerini kendi bedenleriyle daha çok karşılaştırmaktadırlar. En çok izlenen programlara göre değerlendirildiğinde, "zayıf imgelerin" yer aldığı düşünülen müzik klipleri, moda-magazin programları, yabancı dizi filmler ya da mankenlerin rol aldığı yerli dizi filmleri izlediğini bildirenlerin ($n:66$), belgesel, haber, sanat programlarını izlediğini bildirenlere ($n:62$) göre YTT puanlarının daha yüksek olduğu ($19.8±7.6$

Tablo 3. Ölçekler arası ve fark BKİ değeri ile korelasyonlar.

	MEDYA-I	MEDYA-II	MEDYA-III	İDEAL
YTT	$r:0.36^{**}$	$r:0.27^{**}$	$r:0.23^{**}$	$r:0.06$ AD
BİDÖ	$r:-0.29^{**}$	$r:-0.20^{**}$	$r:-0.30^{**}$	$r:-0.11$ AD
MEDYA-I	1.0	$r:0.82^{**}$	$r:0.44^{**}$	$r:0.26^{**}$
MEDYA-II		1.0	$r:0.34^{**}$	$r:0.27^{**}$
MEDYA-III			1.0	$r:0.41^{**}$
FARK BKİ	$r:0.23^{**}$	$r:0.23^{**}$	$r:0.23^{**}$	$r:0.25^{**}$

AD: $p>0.05$ * : $p<0.05$ ** : $p<0.01$

FARK BKİ: Öğrencinin "idealindeki BKİ-sahip olduğu BKİ" olarak hesaplanmıştır.

Tablo 4. Diyet yapan ve yapmayan öğrencilerin medya ile ilgili ölçek puanları.

	Diyet yapan (N:45)	Diyet yapmayan (N:86)	Analiz (t-testi)
MEDYA-I	11.8±3.9	9.4±3.2	3.7****
MEDYA-II	6.2±2.9	4.7±2.6	2.9***
MEDYA-III	11.0±3.7	9.6±3.0	2.2*
İDEAL	18.8±4.8	16.9±5.1	2.1*

sd: 129 * : $p<0.03$ *** : $p<0.005$ **** : $p<0.001$

ve $16.7±6.8, t:2.4, p<0.01, sd: 126$), BİDÖ puanlarının ise farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Moda dergisi okuyanların ($n: 14$) ise okumayanlara ($n:117$) göre yalnızca MEDYA-I puanları farklılaşmaktadır ($12.5±3.7$ ve $9.9±3.5, t:2.5, p<0.01, sd:129$). Bu sonuca göre, moda dergisi okuyan öğrenciler, medya imgeleriyle arkadaşlarının bedenlerini daha çok kıyaslamaktadırlar.

Yeme davranışı bozukluklarıyla ilişkiler: Son bir yıldır diyet yaptığını bildiren öğrencilerin diyet yapmadığını bildirenlere göre, kendilerinin ve arkadaşlarının bedenlerini medya imgelerinininkile daha çok karşılaştırdıkları, medya imgelerinin bedenlerini daha çok gerçek ideal olarak gördükleri ve zayıflığı ideal olarak daha çok benimsedikleri görülmektedir (Tablo 4). Zorlayarak kusması olanların ($n:40$) ise olmayanlara göre ($n:111$), medya imgelerini daha çok gerçek idealler olarak gördükleri belirlenmiştir (MEDYA-III puanları: $11.7±3.6$ ve $9.8±3.2, t:2.3, p<0.05, sd:129$), diğer puanları ise farklılık göstermemiştir.

Aşırı yemesi olanlarla olmayanlar karşılaştırıldığında, aşırı yemesi olanların kendilerinin ve arkadaşlarının bedenlerini medya imgeleriyle daha çok

Tablo 5. Aşırı yemesi olan ve olmayan öğrencilerin medya ile ilgili ölçek puanları.

	Aşırı yemesi olan (N:56)	Aşırı yemesi olmayan (N:75)	Analiz (t-testi)
MEDYA-I	11.8±3.5	9.1±3.3	4.5****
MEDYA-II	5.9±3.0	4.7±2.6	2.4**
MEDYA-III	10.7±3.5	9.6±3.2	1.8 AD
İDEAL	18.5±5.0	16.9±5.0	1.8 AD

sd: 129 AD:p>0.05 ** : p<0.005 ****: p<0.001

Tablo 6. Yemekten önce suçluluk duygusu olan ve olmayan öğrencilerin medya ile ilgili ölçek puanları.

	Yemekten önce suçluluk duygusu olan (N:12)	Yemekten önce suçluluk duygusu olmayan (N:119)	Analiz (t-testi)
MEDYA-I	14±3.3	9.8±3.4	4.4***
MEDYA-II	7.0±3.6	5.1±2.7	2.3*
MEDYA-III	11.4±3.7	10.0±3.3	1.4 AD
İDEAL	18.8±5.5	17.4±5.0	0.9 AD

sd: 129 AD:p>0.05 * : p<0.05 ****: p<0.001

karşılaştırdıkları belirlenmiştir (Tablo 5). Benzer biçimde, yemekten önce suçluluk duygusu olanlar da olmayanlara göre, kendilerinin ve arkadaşlarının bedenlerini medya imgelerinininkiyle daha çok karşılaştırmaktadırlar (Tablo 6). Yemekten sonra suçluluk duyanların ise duymalara göre, kendilerinin ve arkadaşlarının bedenlerini medya imgelerinin bedenleriyle daha çok karşılaştırdıkları, medya imgelerini daha çok gerçek idealler olarak gördükleri ve zayıflığı ideal olarak daha çok benimsedikleri bulunmuştur (Tablo 7).

Ölçeklerarası korelasyonlar: YTT puanları MEDYA-I (medya imgelerinin bedenlerini arkadaşlarının bedenleriyle karşılaştırma), MEDYA-II (medya imgelerinin bedenlerini kendi bedeniyle karşılaştırma) ve MEDYA-III (medya imgelerini gerçek ideal olarak görme) puanlarıyla pozitif korelasyon gösterirken, BİDÖ puanları aynı ölçeklerin puanlarıyla negatif korelasyon göstermektedir (Tablo 3).

YTT'de kesim puanı olan 30 ve üzerinde alan öğrencilere bakıldığında, bu öğrencilerin kendilerinin ve arkadaşlarının bedenlerini medya imgelerinin bedenleriyle daha çok karşılaştırdıkları ve medya imgelerini daha çok gerçek idealler olarak gördükleri bulunmuştur (Tablo 8).

Tablo 7. Yemekten sonra suçluluk duygusu olan ve olmayan öğrencilerin medya ile ilgili ölçek puanları.

	Yemekten sonra suçluluk duygusu olan (N:24)	Yemekten sonra suçluluk duygusu olmayan (N:107)	Analiz (t-testi)
MEDYA-I	13.7±2.9	9.4±3.3	5.8****
MEDYA-II	7.5±3.5	4.7±2.4	4.6*
MEDYA-III	11.5±3.1	9.8±3.3	2.3*
İDEAL	19.3±5.0	17.2±5.0	2.0*

sd: 129 * : p<0.05 ****: p<0.001

Tablo 8. YTT'de kesim puanına göre ölçek puanları.

	YTT<30 (N:123)	YTT≥30 (N:75)	Analiz (t-testi)
BİDÖ	100.3±13.0	80.0±14.3	4.3****
MEDYA-I	10.0±3.5	13.4±4.1	3.0**
MEDYA-II	5.0±2.7	8.1±3.6	3.1***
MEDYA-III	9.9±3.3	12.6±2.7	2.2*
İDEAL	17.4±5.0	19.4±5.4	1.1 AD

sd: 129 AD:p>0.05 * : p<0.005 ** : p<0.01
: p<0.005 *: p<0.01

BKİ ile ilişkiler: BKİ değerleri hiçbir ölçek puanıyla korelasyon göstermemektedir. ICD-10'a (7) göre anoreksiya indeksi olan BKİ'nin % 17.5 değerinin altında olan 9 öğrencinin ölçek puanlarının diğer öğrencilerden farklı olmadığı görülmüştür. Ayrıca öğrencilerin sahip olmayı istedikleri beden ağırlıkları ve boylarına göre, ideallerindeki BKİ'leri hesaplanmış, bu değer sahip oldukları BKİ değerinden çıkarılarak, aradaki fark bulunmuştur. Bu fark değerinde öğrencinin beden doyumsuzluğunun bir göstergesi olabileceği, bu değer arttıkça öğrencinin bedeninden doyumsuzluğunun da o denli fazla olacağı düşünülmektedir. Bu değer, MEDYA-I, MEDYA-II ve İDEAL puanlarıyla pozitif korelasyon gösterdiği görülmektedir (Tablo 3). TV'de zayıf imgelerin yer aldığı programları izleyen kız öğrencilerin de bu fark değerinin daha yüksek olduğu, yani sahip oldukları BKİ ile sahip olmayı istedikleri BKİ arasındaki farkın daha yüksek olduğu bulunmuştur (2.8±1.6 ve 1.7±1.5, t:3.8, p<0.001, sd:126).

TARTIŞMA

Bu çalışmanın sonuçları, medyanın yeme davranışı ve beden imgesi bozuklukları ile ilişkili olduğunu desteklemektedir. YTT puanları, örneklemden geçen ve genç kızların kendilerinin ya da arkadaşları-

nın bedenlerini medya imgelerinin bedenleriyle karşılaştırma düzeyine bağlı olarak yükselirken, BIDÖ puanları düşmektedir. Medyada sunulan zayıf imgeleri ne kadar çok gerçek ideal bedenler olarak görmekteyseler, kızların beden imgesi doyumunu o kadar düşmekte, yeme davranışı bozuklukları ise artmaktadır. Bu bulgular diğer çalışmalarda da elde edilmiş, medyada dış görünümün kadınlar için önemini çocukluk yaşlarından başlayarak vurgulandığı, böylelikle kadınların çekiciliği için neredeyse tek koşulun fiziksel görünüm olduğunun pekiştirildiği bildirilmiştir (4,10,11,15). Çocukluklarından beri ideal olarak sunulan bu zayıf imgeler, ergen ve genç kızlarda onlara özenmeye, onları örnek almaya yol açmaktadır (10). Ergenlik dönemindeki kızlar TV ya da moda dergilerinde yer alan modellere bakarken, kendi bedenlerinin nasıl görünmek zorunda olduğunu tanımlamakta, bu "mükemmel" imgeleri ulaşmaları gereken gerçek hedefleri olarak görmektedirler. Sonuçta kendilerinin ya da arkadaşlarının bedenlerini onlarınkilerle kıyaslamakta, ancak sunulan imgeler "gerçekçi" ölçülere sahip olmadığından, bu kıyaslamalarda kendilerini bir türlü yeterli bulamamaktadırlar (4). Çalışmamızda da bu toplumsal karşılaştırmayı daha çok yapan kızların bedenlerinden daha az doyum alırken, daha çok yeme davranışı bozukluğu gösterdiği belirlenmiştir.

Çalışmada, günlük TV izleme süresinin ya da moda dergisi okuyup okumamanın kızların kendilerinin (MEDYA-II) ya da arkadaşlarının (MEDYA-I) bedenlerini medya imgelerinininkiyle kıyaslamaları üzerine etkili olduğu, ancak yeme davranışı ve beden imgesi doyumunu etkilemediği bulunmuştur. TV izleme süresinden çok, zayıf imgelerin sunulduğu programları izleyenlerin YTT puanlarının daha yüksek, "ideal" olarak tanımladıkları ölçüleriyle sahip oldukları BKİ değerleri arasındaki fark daha açıktır. Yani bu kızlar kendileri için daha ince-uzun olmayı "ideal" olarak tanımlamaktadırlar. Bu bulgular, medyanın zayıf imgeler sunarak, ergenlerin ya da gençlerin bu imgeler gibi görünmek istemelerine yol açtığını, bu imgelerle kendilerini ya da arkadaşlarını kıyaslamaya yönelttiğini, sonuçta da beden imgesi doyumsuzluğunu ve yeme davranışı bozukluklarını artırdığını düşündürmektedir (4).

Çalışmada, diyet yapma, kusma, aşırı yeme, yemekten önce ya da sonra suçluluk duyma gibi yeme tu-

tum ve davranışındaki bozuklukların da medya imgeleriyle toplumsal karşılaştırma ve medya imgelerini gerçek idealler olarak görme ile ilişkili olduğu bulunmuştur. YTT'ya göre "hasta" olarak değerlendirilebilecek 30 puan ve üzerinde alan kızların da bu toplumsal karşılaştırmayı daha çok yaptıkları ve medya imgelerinin bedenlerini daha çok gerçek ideal olarak gördükleri belirlenmiştir. Bu bulgular da medyanın yeme davranışı üzerindeki güçlü etkisini ortaya koymaktadır. Bir çalışmada yalnızca 13 dakika boyunca moda dergilerine bakan bir grup üniversite öğrencisi kızla, aynı süre içinde haber içerikli dergilere bakanlar, bu süre sonunda beden imgesi doyumunu açısından karşılaştırıldığında, moda dergilerine bakan grubun beden imgesi doyumunun belirgin olarak düşük olduğu bulunmuştur (19). Yalnızca 13 dakikada bile beden imgesi doyumunun bu denli etkilenmesi ilginçtir. Medyada sunulan bu imgeler kadınların kendi bedenlerini onlarınkilerle kıyaslayarak, kendilerini olumsuz değerlendirmelerine, güven yitimine, suçluluk ve utanç duygularına yol açmaktadır (16,19). Sonuçta ideal olarak sunulan bu imgelerin ölçülerine ulaşmak için anorektik ve bulimik davranışlar, şişmanlık ve zayıflıkla uğraşımaya ortaya çıkmaktadır. Yani medya özendirme ve toplumsal karşılaştırma ile davranışsal motivasyona yol açmakta, kadınlar bu "ideal" duruma ulaşmak için "gereken" davranışlara başvurmaktadır (4,10).

Sonuç olarak, medyanın ergenlik ve genç kızlık dönemindeki kızlarda beden imgesi doyumunu ve yeme davranışı üzerinde etkili olduğu söylenebilir. İleri çalışmalarda medyanın bu etkisinin kuramsal olarak açıklanması üzerinde araştırmalar yapılabilir. Ayrıca medya ile diğer sosyokültürel (anne-baba, eş, arkadaşlar) baskıların etkileşimi araştırılabilir. Bu araştırma kesitsel bir araştırmadır. Ancak zaman içinde bu değişkenler arasındaki ilişki ve bu ilişkinin ne yönde ve neler doğrultusunda değişme gösterdiği uzunlamasına çalışmalarla belirlenebilir.

KAYNAKLAR

1. Andersen AE, DiDomenico L: Diet vs. shape content of popular male and female magazines: a dose-response relationship to the incidence of eating disorders. *Int J Eat Disord* 11:283-287, 1992.
2. APA: American Psychiatric Association, Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 4th (ed), Washington DC, American Psychiatric Association Press, 1994.
3. Berscheid E, Walster E, Bohmstedt G: The happy American body: a survey report. *Psychology Today* (November): 119-131,

1973.

4. Botta RA: Television images and adolescent girls' body image disturbance. *J Communication* 49:22-41, 1999.
5. Collins M, Kreisberg J, Pertschuk M ve ark.: Bulimia in college women: prevalence and psychopathology. *J Adolesc Health Care* 3(2):144-158, 1982.
6. Çok F: Body image satisfaction in Turkish adolescent. *Adolescence* 98:409-413, 1990.
7. Dünya Sağlık Örgütü: ICD-10- Ruhsal ve Davranışsal Bozukluklar Sınıflandırması. Öztürk O, Uluğ B (eds): Türkiye Sinir ve Ruh Sağlığı Derneği, Medikomat, Ankara, 1993.
9. Garner DM, Garfinkel PE: The Eating Attitudes: an index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychol Med* 9:273-279, 1979.
10. Harrison K, Cantor J: The relationship between media consumption and eating disorders. *J Communication* 47:40-67, 1997.
11. Ogletree SM, Williams SW, Raffeld P ve ark: Female attractiveness and eating disorders: do children's television commercials play a role? *Sex Roles* 22:791-797, 1990.
12. Peirce K: Socialization of teenage girls through teen-magazine fiction: the making of a new woman or an old lady? *Sex Roles* 29:59-68, 1993.
13. Pyle RL, Neuman PA, Halvorson PA ve ark.: An ongoing cross-sectional study of the prevalence of eating disorders in freshman college students. *Int J Eat Disord* 10:667-677, 1990.
14. Savaşır I, Erol N: Yeme Tutum Testi: Anoreksiya nervoza belirtileriindeki. *Psikoloji Dergisi* 7(23):19-23, 1989.
15. Silverstein B, Perdue L, Peterson B ve ark: The role of the mass media in promoting a thin standard of bodily attractiveness for women. *Sex Roles* 14:519-532, 1986.
16. Stice E, Show HE: Adverse effects of the media portrayed thin-ideal on women and linkages to bulimic symptomatology. *J Soc Clin Psychol* 13:288-308, 1994.
17. Stice E, Schupak-Neuberg E, Show HE ve ark.: Relation of media exposure to eating disorder symptomatology: an examination of mediating mechanisms. *J Abnorm Psychol* 103:836-840, 1994.
18. Thompson MG, Schwartz DM: Life adjustment of women with anorexia nervosa and anorexic-like behavior. *Int J Eat Disord* 1:47-60, 1982.
19. Turner SL, Hamilton H, Jacobs M ve ark: The influence of fashion magazines on the body image satisfaction of college women: an exploratory analysis. *Adolescence* 32:603-614, 1997.

becya