



T.C.
UFUK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
PSİKOLOJİ PROGRAMI

**KENDİNİ NESNELEŞTİRME KURAMI BAĞLAMINDA
GÖRÜNÜME YÖNELİK SOSYAL TUTUMLAR VE BEDEN
İMGESİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN CİNSİYET VE YAŞAM YERİ
AÇISINDAN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

REYHAN PEKTAŞ

TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. EDA KARACAN

ANKARA

2021

T.C.
UFUK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
PSİKOLOJİ PROGRAMI

**KENDİNİ NESNELEŞTİRME KURAMI BAĞLAMINDA
GÖRÜNÜME YÖNELİK SOSYAL TUTUMLAR VE BEDEN
İMGESİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN CİNSİYET VE YAŞAM YERİ
AÇISINDAN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

REYHAN PEKTAŞ

TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. EDA KARACAN

ANKARA, 2021

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin kâğıt ve elektronik kopyalarının Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

☒ Tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.

24.09.2021

Reyhan PEKTAŞ

TEŞEKKÜR

Bilgilerini ve eleştirilerini sabırla paylaşan değerli hocam ve danışmanım Doç. Dr. Eda Karacan’a, yardımlarına ihtiyaç duyduğum her an yanımda olan tüm dostlarıma ve bana duydukları güvenle yaşamıma anlam katan aileme teşekkürlerimi sunarım...



ÖZET

PEKTAŞ, Reyhan. Kendini Nesneleştirme Kuramı Bağlamında Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar ve Beden İmgesi Arasındaki İlişkinin Cinsiyet ve Yaşam Yeri Açısından İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2021.

Kişilerin beden algısını oluştururken referans aldığı standartların belirlenmesinde kültür, medya, kitle iletişim araçları, aile, arkadaş grubu, fiziksel faktörler, ergenlik dönemi ve benlik saygısı gibi unsurların rolü büyüktür. Dolayısıyla yaşam boyunca değişime uğrayan beden, fiziksel olduğu kadar kültürel bir olgudur ve pek çok farklı bağlamda incelenmesi mümkündür. Fredrickson ve Roberts (1997) tarafından oluşturulan nesneleştirme kuramı, özellikle kadınların kendi fiziksel benliklerine ilişkin bakış açılarının temelini genel anlamda kültürün etkisi ile içselleştirdikleri varsayımına dayanır. Bu tez çalışmasında da kentsel ve kırsal alanda yaşayan kadın ve erkeklerde nesneleştirilmiş beden bilinci, vücut algısı, depresyon ve görünüme yönelik sosyal tutumlar arasındaki ilişkileri incelemek amaçlanmıştır. Çalışmanın örneklemini kırsal ve kentsel alanda yaşayan 18 yaş üstü kadın ve erkeklerden oluşan toplam 611 kişi oluşturmaktadır. Çalışmada katılımcılara çevrimiçi Demografik Bilgi Formu, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Vücut Algısı Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği ve Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre cinsiyete bağlı olarak kadınların beden izlemesi, beden utancı ile ince ve yağlı vücudun içselleştirilmesi erkeklerden daha fazla iken kaslılığın içselleştirilmesi, genel çekiciliğin içselleştirilmesi, akran önemi ile depresyon düzeyi kadınlara kıyasla erkeklerde daha yüksek bulunmuştur. Ancak, yaşam yerine (kırsal/kentsel) göre araştırma değişkenleri açısından herhangi bir farklılık elde edilmemiştir. Katılımcıların yaşlarına göre ise yalnızca 36 ve üzeri yaş grubunun, daha genç yaş grubuna (18-25 yaş) kıyasla genel çekiciliğin içselleştirilmesinde etki gücü çok yüksek olmayan görece olarak daha yüksek puanlar aldığı belirlenmiştir. Ayrıca hem kentsel hem de kırsal alanda yaşayan katılımcılarda genel çekiciliğin içselleştirilmesi beden memnuniyetini pozitif yönde yordarken; aile baskısı negatif yönde yordamıştır. Kadın ve erkek örnekleme ise beden memnuniyetini farklı değişkenler yordamaktadır. Çalışmanın sonuçları literatür ışığında tartışılmış, mevcut literatürle olan benzerlik ve farklılıkları ayrıntılı olarak ele alınmıştır.

Anahtar Sözcükler: Kendini Nesneleştirme, Vücut Algısı, Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar, Kırsal Alan, Kentsel Alan, Depresyon

ABSTRACT

PEKTAŞ, Reyhan. Investigation Of The Relationship Between Social Attitudes Towards Appearance And Body Image In Terms Of Gender And Living Place In The Context Of Self-Objectification Theory, Master's Thesis, Ankara, 2021.

Factors such as culture, media, mass media, family, group of friends, physical factors, adolescence, and self-esteem have a great role in determining the standards that people refer to when creating their body image. Therefore, the body, which changes life, is as much a cultural phenomenon as it is physical, and it is possible to examine it in many different contexts. The objectification theory created by Fredrickson and Roberts (1997) is based on the assumption that women, in particular, internalize their perspectives on their physical selves with the influence of culture in general. This thesis, it is aimed to examine the relationships between objectified body awareness, body image, depression, and social attitudes towards the appearance in men and women living in urban and rural areas. The sample of the study consists of a total of 611 people, consisting of men and women over the age of 18, living in rural and urban areas. In the study, the online Demographic Information Form, Objectified Body Consciousness Scale, Body Perception Scale, Beck Depression Scale, and Social Attitudes towards Appearance Scale were applied to the participants. According to the results obtained, depending on gender, women's body monitoring, body shame, and internalization of the thin and fat body were higher than men, while internalization of muscularity, internalization of general attractiveness, peer importance, and depression levels were found to be higher in men compared to women. However, no difference was found in terms of research variables according to living place (rural/urban). According to the age of the participants, it was determined that only the 36 and over age group received relatively higher scores, which were not very influential, in internalizing the general attractiveness compared to the younger age group (18-25 years old). In addition, internalization of general attractiveness predicted body satisfaction positively in both urban and rural participants; family pressure was predicted negatively. Body satisfaction is predicted by different variables in male and female samples. The results of the study were discussed in the light of the literature, and the similarities and differences with the existing literature were discussed in detail.

Keywords: Self-objectification, Body Image, Social Attitudes Towards Appearance, Rural Area, Urban Area, Depression

İÇİNDEKİLER

BİLDİRİM	i
TEŞEKKÜR	ii
ÖZET.....	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER	v
TABLOLAR DİZİNİ	vii
GİRİŞ	1
1. BÖLÜM.....	4
1.1 Beden Algısı.....	4
1.2. Nesneleştirme Kuramı ve Kendini Nesneleştirme	7
1.2.1. Kendini Nesneleştirme ve Beden İmgesini Anlamaya Yönelik Yaklaşımlar	10
1.3. Beden İmgesi, Kendini Nesneleştirme ve Toplumsal Cinsiyet.....	11
1.4. Araştırmanın Amacı ve Hipotezler	13
2. BÖLÜM.....	15
YÖNTEM.....	15
2.1. Katılımcılar	15
2.2. Veri Toplama Araçları	16
2.2.1. Demografik Bilgi Formu.....	16
2.2.2. Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği.....	16
2.2.3. Vücut Algısı Ölçeği	17
2.2.4. Beck Depresyon Ölçeği	17
2.2.5. Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar Ölçeği (SATAQ-4R)	18
2.3. İşlem ve Veri Analizi	18
3. BÖLÜM.....	19
BULGULAR.....	19
3.1. Değişkenlere Ait Tanımlayıcı İstatistikler	19
3.2. Cinsiyet, Yaş ve Yaşanan Yere Bağlı Farklılıklar	20
3.3. Cinsiyet Bakımından Değişkenler Arası İlişkiler	24
3.4. Yaşanan Yer Bakımından Değişkenler Arası İlişkiler.....	27
3.5. Beden Memnuniyetinin Yordayıcılarının Tespitine Yönelik Bulgular.....	30
3.5.1. Kadınlar ve Erkeklerde Beden Memnuniyetinin Yordayıcılarının Tespitine Yönelik Bulgular.....	30

3.5.2. Kentsel Alanda ve Kırsal Alanda Beden Memnuniyetinin Yordayıcılarının Tespitine Yönelik Bulgular.....	33
4. BÖLÜM.....	36
TARTIŞMA	36
4.1. Cinsiyete İlişkin Bulguların Tartışılması	36
4.2. Yaşam Yerine İlişkin Bulguların Tartışılması	43
4.3. Yaşa İlişkin Bulguların Tartışılması	45
4.4. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Gelecek Çalışmalar İçin Öneriler	47
KAYNAKÇA	48
EKLER.....	60
EK 1. ONAM FORMU	60
EK 2. DEMOGRAFİK BİLGİLER	61
EK 3. NESNELEŞTİRİLMİŞ BEDEN BİLİNCİ ÖLÇEĞİ	63
EK 4. VÜCUT ALGISI ÖLÇEĞİ.....	64
EK 5. BECK DEPRESYON ÖLÇEĞİ	66
EK 6. GÖRÜNÜME YÖNELİK SOSYAL TUTUMLAR ÖLÇEĞİ.....	68

TABLÖLER DİZİNİ

Tablo 1: Katılımcıların Sosyo-demografik Özelliklerine İlişkin Bilgiler	15
Tablo 2: Değişkenlere Ait Tanımlayıcı İstatistikler	20
Tablo 3: Cinsiyete Göre Değişkenlere Ait Puan Ortalamalarındaki Farklılıkların Karşılaştırılması	20
Tablo 4: Yaşanan Yere Göre Değişkenlere Ait Puan Ortalamalarındaki Farklılıkların Karşılaştırılması	22
Tablo 5: Yaş Gruplarına Göre Değişkenlere Ait Puan Ortalamalarındaki Farklılıkların Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	23
Tablo 6: Cinsiyetlere Göre Değişkenler Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi Sonuçları	25
Tablo 7: Yaşanan Yere Göre Değişkenler Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi Sonuçları	28
Tablo 8: Erkeklerde Beden Memnuniyeti Puanlarının Yordayıcıları Olarak BKİ, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci ve Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar	31
Tablo 9: Kadınlarda Beden Memnuniyeti Puanlarının Yordayıcıları Olarak BKİ, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci ve Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar	32
Tablo 10: Kentsel Alanda Beden Memnuniyeti Puanlarının Yordayıcıları Olarak BKİ, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci ve Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar	34
Tablo 11: Kırsal Alanda Beden Memnuniyeti Puanlarının Yordayıcıları Olarak BKİ, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci ve Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar	35

GİRİŞ

Kişinin bedeni, onu oluşturan asli parçalardan biridir ve belki de kişiye ait dışarıdan en çok görünen kısımdır. Bu nedenle ‘beden’, sosyal ilişkilerde başkalarının ilgi odağı olabildiği gibi onların değerlendirmelerine de açıktır. Dolayısıyla, birçok işlevinin yanında ‘beden’ aynı zamanda sosyal bir nesne olarak da değerlendirilebilmektedir (Cash ve Fleming, 2002). Bu doğrultuda fiziksel görünüm; cinsiyet, yaş ve etnik kökene yönelik ipuçlarına dikkat çekerek kişiye sosyal dünyasında kimlik kazandırmaktadır (Cash ve Fleming, 2002).

Bedenin yaşam boyu sürekli olarak gelişim göstermesi, kişilerin beden imgesinde de hayat boyu süren bir değişim oluşturmaktadır (Cash, Theriault ve Annis, 2004). Bireyin fiziksel görünümüne yönelik bilgileri, yaşam boyunca edindiği bireysel ve kişilerarası deneyimlerinden oluşmaktadır. Ancak psikososyal açıdan bakıldığında, bireylerin görünüşlerine yönelik öznel deneyimlerinin, nasıl göründükleri hakkındaki nesnel yorumlamalardan ya da bedenlerinin sosyal gerçekliğinden çok daha güçlü olduğu görülmektedir. Beden imgesini oluşturan bu öznel deneyimler, vücuda, özellikle de fiziksel görünüme yönelik psikolojik deneyimlerle ilişkilendirilmektedir (Cash ve ark., 2004).

Beden imgesi, toplumsal cinsiyet temelinde kadın ve erkek bedenine yüklenen anlamları da etkilemekte; bu anlamlar ise toplumsal cinsiyet deneyimlerinin şekillenmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Bu doğrultuda, kadın bedeni üzerinde kurulan hegemonya feminist çalışmalarda ele alınmış, bu tür çalışmalar özellikle 1980’li yıllarda yaygınlaşmıştır. 1990’larda ise ilk olarak Fredrickson ve Roberts (1997) “*kendini nesneleştirme*” kavramını, nesneleştirilmenin içselleştirilerek “kişinin kendi benliğine verdiği değeri kilo, vücut ölçüleri, fiziksel ve cinsel çekicilik, sıkı kaslar gibi fiziksel özellikleri ile değerlendirmesi” olarak ele almıştır.

Kendini nesneleştirme eğilimi, genelde dış görünüme odaklanma üzerinden değerlendirilmektedir. Kişilerin kiloları, fiziksel ve cinsel çekicilikleri, beden ölçüleri gibi dış görünüşleriyle ilgili özelliklerini; zinde, güçlü ve sağlıklı olma durumları, fiziksel koordinasyonları, enerji düzeyleri gibi bedenlerinin işlevselliğiyle ilgili özelliklerinden daha değerli gördükleri ölçüde kendilerini nesneleştirdikleri kabul edilmektedir (Howell, Mora, Horowitz ve Leventhal, 2005). Bu konudaki literatür incelendiğinde özellikle kadınların maruz kaldığı birçok sorunun cinsel nesneleştirme kaynaklı olduğu görülmekte (Fischer, Bettendorf ve Wang, 2011) ve birçok toplumda hemen hemen bütün kadınların farklı oranlarda da olsa cinsel nesneleştirmeye maruz kaldıkları, literatürden açıkça anlaşılmaktadır (Doğan, 2016;

Howell ve ark., 2005; Yağmurcu ve Tosun, 2018). Ancak, Kendini Nesneleştirme kuramına göre, kişilerin kendilerini ne oranda nesneleştirecekleri ve bunu ne oranda içselleştirecekleri; toplumdaki statüleri, etnik kökenleri, yaşları, cinsel yönelimleri ve sahip oldukları fiziksel ve bireysel özelliklere göre farklılık göstermektedir (Fredrickson ve Roberts, 1997). Buradan kendini nesneleştirme eğiliminin kültürel ve bireysel farklılıklara göre farklılık gösterebildiği anlaşılmaktadır. Bu durumda kişinin, cinsel nesneleştirmenin vurgulamak istediği kültüre dayalı mesajları içselleştirdikçe kendini daha fazla nesneleştireceği ve kendini nesneleştirdikçe bunun sonuçlarından daha fazla etkileneceği söylenebilmektedir.

Toplumsal cinsiyet ve buna bağlı olarak oluşturulan beden imgesinin ve üretilen cinsiyet rollerinin feminist kuramcılar tarafından şiddetli eleştirilere maruz kaldığı görülmektedir. Buna karşın gerek toplumsal cinsiyetin gerekse toplumsal cinsiyete bağlı olarak oluşturulan beden imgesinin, bugünün modern toplumlarında ağırlığı yoğun olarak hissedilen birer gerçeklik olduğu açıktır. Toplumsal cinsiyet normları bağlamında oluşturulan belli beden imgesi özellikleri de kadın ve erkekleri olumsuz bir yönde etkilemekte, benlik saygılarını düşürmektedir (Pop, 2016). Bu bağlamda, bu çalışmada kendini nesneleştirme kuramı toplumsal cinsiyet perspektifinden ele alınacak ve toplumsal cinsiyete bakış açılarının özellikle sosyokültürel açıdan farklılaşacağı düşünülen kırsal ve kentsel alan karşılaştırması yapılacaktır. Her ne kadar kırsal ve kentsel alanların tanımı toplumlara göre farklılık göstermekte ise de (Çiftçi ve Aydın, 2015), literatüre bakıldığında kırsal alanın nüfusun az, tarımın egemen geçim kaynağı olduğu (Urry, 1999; akt. Çiftçi ve Aydın, 2015), eğitimin, istihdamın ve teknolojiye erişimin nispeten yetersiz olduğu (T.C. Kalkınma Bakanlığı, 2018) yaşam alanları ile karakterize olduğu görülürken; kentsel alanın ise sosyal hizmetlerin, teknolojik gelişmelerin, eğitim imkanlarının daha iyi ve nüfusun daha yoğun olduğu, bağımlılıkların azalarak uygarlığın yükseldiği yaşam alanları şeklinde tanımlandığı görülmektedir (Koyuncu, 2011). Öte yandan Türkiye’de kırsal-kentsel ayrımının genel olarak nüfusa göre belirlendiği söylenebilir. Her ne kadar beden memnuniyeti cinsiyet bağlamında ele alınmış olsa da rastlanıldığı kadarıyla yaşam yerine bağlı olarak bir değerlendirme söz konusu değildir. Buradan hareketle kendini nesneleştirme bağlamında kırsal ve kentsel alan farklılaşmasının ne yönde gerçekleşeceği araştırmanın temel sorularından birini oluşturmaktadır. Literatürde, erkeklerin de kendini nesneleştirme deneyimleri yaşadıkları rapor edilse de sıklıkla kadınların belirgin olarak daha fazla kendini nesneleştirmeye maruz kaldıkları görülmektedir (Klonoff, 2000; Murnen ve Smolak, 2000; Roberts ve Gettman, 2004; Swim, Hyers, Cohen ve Ferguson, 2001). Ayrıca kendini nesneleştirme kuramı erkek örneklemden daha çok kadın örneklemle ele alınmıştır.

Dolayısıyla, bu çalışmada kendini nesneleştirme ve beden imajı arasındaki ilişki hem kadın ve erkek örnekleme hem de kırsal ve kentsel alan bağlamında karşılaştırılması planlanmıştır. Bu anlamda, özellikle erkeklerin de kendini nesneleştirme bağlamında incelemenin ve yaşam yerine bağlı farklılıkların da ele alınmasının alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu tez çalışması, beş bölüm halinde düzenlenmiştir. Giriş bölümünü takip eden ikinci bölüm yöntem hakkındadır. Bu bölümde araştırmanın örnekleme, katılımcılara ilişkin demografik bilgiler ve veri toplama araçları yer almaktadır. Üçüncü bölüm çalışmanın bulgularına yöneliktir. Bu bölümde amaca ve araştırma hipotezlerine yönelik kullanılan ölçeklere dayalı analiz sonuçları yer almaktadır. Dördüncü ve son bölüm, analiz sonucu elde edilen bulgulara ilişkin tartışmaların ve önerilerin yer aldığı kısımdır.



1. BÖLÜM

1.1. Beden Algısı

Beden algısı ya da beden imgesi, beden bütününe, parçalarına veya bedeni oluşturan parçaların işlevlerine yönelik imgeler, fanteziler ve anlamlardan oluşur (Krueger, 2002; akt. Dökmen, 2009). Beden algısı, bir insanın fiziksel ve sosyal açıdan vücudunu nasıl gördüğü ve ona yönelik nasıl bir tutum sergilediğiyle ilişkilidir. Bu bağlamda beden algısının, kişinin deneyimleri kadar hayal ettikleri ve idealleştirdikleri de ilgili olduğu söylenmektedir (Grogan, 2005; Ricciardelli ve Yager, 2016).

Beden imgesinin kişinin fiziksel özellikleri ile ilgili duygu, düşünce ve davranışlarının temsili olan, çok boyutlu bir yapı olduğu birçok araştırmacı tarafından kabul edilmektedir (Muth ve Cash, 1997; Pruzinsky ve Cash, 2004). Birey, yaşamın herhangi bir noktasında farklı beden bölümlerini, çekiciliği ya da beden ölçülerini eşzamanlı olarak gözleyebilir. Beden imgesinin görsel yanı, bireyin genel olarak kendi dış görünümünde gördüğü formdan ibarettir. Kişinin dış görünümüne yönelik düşünceleri beden imgesinin bilişsel yanını; kilo, boy ve diğer bedensel niteliklerle ilgili hissettikleri duygusal yanını ve bedenini algılayıp kontrol etmeye yönelik davranışları ise kinestetik yanını oluşturmakla birlikte, bu boyutların hepsi bir bütündür. Ayrıca kişinin yaşam boyu bedeniyle ilgili memnuniyet, üzüntü ve eleştiri içeren deneyimleri de beden imgesinin tarihsel yanını oluşturmaktadır (Freedman, 1993). Bu sebeple, beden imgesi; algısal, tutumsal ve etkiel bileşenleri kapsayan çok boyutlu bir yapıdır. Bu boyutlardaki bozukluklar *beden imgesi kaygısı* olarak ifade edilmekte ve kişide dış görünüme aşırı değer vermeye ya da beden memnuniyetsizliğine yol açarak yaşam kalitesini ve psikolojik sağlığı olumsuz etkileyebilmektedir (Striegel-Moore ve Franko, 2002). Beden memnuniyetsizliğinin cinsiyetler arası farklılık gösterdiğini söyleyen çalışmalar mevcuttur. Örneğin; İspanya'da ergenlik çağındaki katılımcılarla yapılan bir çalışmada kadınlarla erkeklerin memnuniyetsizlik yönünden farklılık gösterdiği; kadınların ince olmayı arzuladığı, erkeklerin ise hem kilo alma hem kas oranını artırma konusunda istek duyduğu tespit edilmiştir (Elosua ve Hermosilla, 2013). Buna karşın kadınlarla erkekler arasında beden memnuniyeti açısından çok fark olmadığını; asıl farkın memnuniyetin odağı olduğunu belirten çalışmalar da vardır (Silberstein, Striegel-Moore, Timko ve Rodin, 1988). Buna göre aslında hem kadınların hem de erkeklerin beden memnuniyetinin 'tam' olmadığı; öte yandan erkeklerde beden memnuniyetsizliği ile özgüven arasında ilişki mevcut değilken kadınlarda beden memnuniyetsizliği ile özgüven düşüklüğü arasında anlamlı bir ilişkinin mevcut olduğu

belirlenmektedir (Silberstein ve ark., 1988). Dolayısıyla beden imgesi, özellikle gençlerin gelişiminde önemli bir belirleyici olarak görülmektedir (Arslangiray, 2013; Croll ve ark., 2012; Markey ve Markey, 2010). Genel anlamda, beden algısının olumlu olması yüksek benlik saygısıyla; olumsuz olması ise düşük benlik saygısıyla bağlantılıdır (Jung ve Lee, 2006; Pop, 2016). Bireyler olumlu beden algısı ile kendilerine ve başkalarına karşı daha olumlu davranış göstermekte, sosyal ilişkilerde daha başarılı olabilmektedir (Erkal ve Pek, 1993; Karadamar, Yiğit ve Sungur, 2015; Sarıkaya, 2015; Singh, Ashok, Binu, Parsekar ve Bhumika, 2015; Yiğit, 2010). Olumsuz beden algısına sahip olmak ise özellikle ergenlik döneminde gençleri kaygı bozuklukları, depresyon, yeme bozuklukları gibi çeşitli psikolojik bozukluklara itebilmektedir (Aktaş, Aştı, Bakanoğlu ve Çelebioğlu 2010; Dolgun, İnal ve Uğurlu, 2011).

Beden algısı, kültürün bireye sunduğu ideal vücut modellerinden son derece etkilenebilmektedir. Örneğin, Jung ve Lee (2006), bir grup Koreli ve Amerikalı kadın lisans öğrencisi ile yaptığı çalışmada, Koreli öğrencilerin, Amerikalı öğrencilere kıyasla görünümüne daha çok önem verdiğini ve benlik saygılarının da daha düşük olduğunu; buna karşın Amerikalı kız öğrencilerin Koreli öğrencilere kıyasla daha çok yeme bozukluğuna sahip olduğunu tespit etmiştir. Bugün özellikle batı kaynaklı kültürlenme ile oluşan beden algısı, birçok toplumda medyanın da etkisiyle referans değerler haline gelmiştir (Lim, 2018). Birçok batı toplumu özelinde fiziksel incelik, güzel olmakla eşleştirilmekte; kadınlara ince ve güzel olmak, erkeklere ise uzun ve kaslı olmak özendirilmektedir (Mandleco ve McCoy, 2007). Kadınlar için zayıf olma, çağdaş güzellik anlayışının temel taşıdır. Erkekler için ise kaslı/güçlü bir vücuda sahip olmak önemli görülmektedir. Toplumun kadın için idealleştirdiği beden imgesi zayıflık, güzel yüz ve uzun boyken; erkeğin ideal beden imgesi geniş omuz, uzun boy, üçgen vücut olarak tanımlanmaktadır (Tiggemann, 2002).

Kişilerin beden algısını oluştururken referans aldığı standartların belirlenmesinde medyanın ve kitle iletişim araçlarının rolü büyüktür. Medyanın beden algısına yönelik bir ideal belirlemesi ve belirlediği ideallik kriterlerine ulaşmayı sağlayacak yönlendirmelerde bulunması, bireylerin beden algısı üzerinde etkili olmaktadır (Eşiyok Sönmez ve Özgen, 2017). Medya araçlarının sayısının ve öneminin artmasıyla, kişilerin sürekli olarak bedenlerine ilişkin baskılara maruz kaldığı ve bu baskıların özellikle sosyal medya platformlarında sıklıkla karşılaşılan “ince ve ideal” bedene sahip bireylerin paylaşımlarıyla birlikte arttığı söylenmektedir (Bayköse ve Esin, 2019). Öte yandan sosyal medya, günümüzde yaygınlaşan internet kullanımı ile birlikte en etkili medya aracı olarak görülse bile, beden algısı

perspektifinden bakıldığında geleneksel medyanın ideal beden imgesini yaratmada daha etkili olduğu belirlenmiştir (Eşiyok Sönmez ve Özgen, 2017). Kitle iletişim araçları içerisinde özellikle televizyon ve dergilerin toplumun geneline hitap etmesinin bu sonuç üzerinde etkili olduğunu söylemek mümkündür. Kişi bu kanallar yoluyla “iyi ve ideal” olan bedenin, nasıl görüldüğü hakkında görüşlerini belirleyebilmektedir (Yaktıl Oğuz, 2005). Beden algısı üzerindeki bu medya etkisinin genel olarak kişilerin beden algısını belirgin bir şekilde olumsuz etkilediği, fakat küçük yaş gruplarında olumlu etkilerin de görülebileceği ayrıca belirtilmektedir (Haspolat, 2016). Bu bağlamda, beden algısı ve etkileri özellikle çocuk ve ergenlerde dikkatle ele alınmalı, özellikle medyanın beden algısı konusundaki olumsuz etkileri gözden kaçırılmamalıdır.

Ailenin, arkadaş grubunun, rol modellerin, fiziksel faktörlerin, ergenlik döneminin ve benlik saygısının da beden algısının oluşumda önemli etkileri olduğu birçok çalışma tarafından ortaya konulmuştur (Aslan, 2004; Clark ve Tiggeman, 2008; Kakeshita ve Almeida, 2006; Mandleco ve McCoy, 2007; Van Vonderen ve Kinnaly, 2012). Ailenin çocuğun vücuduna karşı olumsuz tutumları ve eleştirileri, çocukta beden memnuniyetsizliği oluşturabilmekte ve bu durum çocuğun benlik saygısını negatif etkileyebilmektedir. Ayrıca ailede anne ve kız kardeşlerin de kendi bedenlerine yönelik olumsuz duygular hissetmeleri, çocuklar ve gençler için kötü örnek olabilmektedir (Hautala, 2011; Lev-Ari, Baumgarten-Katz ve Zohar, 2014). Özellikle akran ilişkilerinin önem kazandığı ergenlik döneminde okul arkadaşları arasında büyük etkileşim yaşanmakta; gençler, izledikleri dizi ve filmlerde ya da okudukları dergilerde gördükleri kişileri model alarak onlara benzemeyi hayal etmektedir (Ricciardelli ve Yager, 2016). Bu modellerin etkileri daha çok kız çocukları ve kadınlar üzerinde olmaktadır. Kadının kendini güzel olarak atfetmesi, onun dışı kimliğinin onayı; dışarıdan güzel görülmesi ise onun dışılığa yönelik sosyal beklentilerinin karşılanması ve diğer kişilerce onaylanması anlamına gelmektedir (Striegel-Moore ve Franko, 2002). Dolayısıyla, toplumdaki ideal vücut ölçülerinin dışında olmanın, özellikle çocuklarda ve gençlerde kendi bedenlerine ilişkin negatif algılara ve memnuniyetsizliğe neden olduğu ve sonuçta yeme bozuklukları gibi sorunlara yol açtığı literatürde de sıklıkla belirtilmektedir (Ackard ve Peterson, 2001; Arslangiray, 2013; Oktan ve Şahin, 2010; Tiggemann ve Miller, 2010). Yapılan bir araştırmada, katılımcıların yaşı arttıkça geniş beden ölçülerine gösterilen toleransın da arttığı sonucuna varılmıştır (Rand ve Wright, 2000). Bu sebeple, özellikle çocuk ve gençlerde ideal vücut ölçüsü konusundaki takıntılar dikkate alınmalıdır. Batı kültüründe ideal olarak tarif edilen figürün kapsamı oldukça dardır ve bu kapsamın dışında kalan bireyler ön yargıyla karşılaşmaktadır. Zayıf olmak başarılı, genç ve

mutlu olmakla ilişkilendirilirken; fazla kilolu olmak düşük irade, kontrol eksikliği ve tembel olmayla ilişkilendirilmektedir (Grogan, 2008). Bununla birlikte, kişinin zayıf bir bedene kavuşması ve kilo kaybederek bir tür dönüşüm mitini gerçekleştirebilmesi; beden ölçüsündeki bir değişimden öte, onun sosyal statüsünde bir değişiklik vaat etmektedir (Striegel-Moore ve Franko, 2002). Bu sebeple özellikle ergenlik dönemindeki gençlerin, arkadaşları arasında sosyal kabullerini arttırmak ve toplumun kabul ettiği güzellik ölçülerine kavuşmak amacıyla çok fazla çaba sarf ettikleri, zaman zaman sağlıklarını bozacak ölçüde ciddi diyet ve uygulamalara başvurdukları görülmektedir (Voelker, Reel ve Greenleaf, 2015). Öte yandan olgunlaşma dönemleri ve yaşanan olaylar da genç kız ve erkeklerde beden algısını etkilemektedir. Erkekler için erken olgunlaşma, kasların gelişmesini ve boy uzamasını tetikleyerek toplumda onları avantajlı konuma getirerek olumlu benlik saygısına oluşturmalarını sağlarken, genç kızlar için erken olgunlaşma bir dezavantaj olmaktadır. Genç kızlarda görülen erken boy uzaması, memelerin çıkması gibi fiziksel değişimler kendiliklerine olan güvenlerini kötü etkileyebilmekte ve bu kitleyi vaktinde olgunlaşan ya da geç olgunlaşan akranlarına göre daha fazla psikolojik problemlere sürükleyebilmektedir (Gül ve Güneş, 2009; Mandleco ve McCoy, 2007). Bahsedilen tüm bu unsurların, beden algısının oluşumunda ve gelişiminde etkili oldukları ve birbirleriyle etkileşimde bulundukları görülmektedir.

1.2. Nesneleştirme Kuramı ve Kendini Nesneleştirme

1990'lı yılların ortalarına kadar kadın psikolojisini ele alan sosyokültürel yaklaşımlar, çalışmalarında kadın bedenini temel almayı gözden kaçırmışlardır (Fredrickson, Roberts, Noll, Quinn ve Twenge, 1998). Kadın, özellikle son otuz yıldır, ulaşılması güç güzellik algısı ve sağlıksız ultra zayıflık gibi çeşitli nedenlerle araştırma konusu olarak ele alınmaya başlanmıştır (Esnaola, Rodriguez ve Goni, 2010). Toplumda kadın bedenini hedef alan cinsiyete özgü mesajlar özellikle ergenlik dönemindeki genç kadınları kolaylıkla etkilemektedir. Kadın bedeni, katı ve gerçekçi olmayan sosyokültürel ideallerin bir anlamda odak noktası olmuştur (Fredrickson ve ark., 1998). Kaschak (1992), kadın bedenine bakan gözlerde, kadının dış görünüşünün yansıtıldığını, değerlendirildiğini ve anlamlandırıldığını ifade etmiştir. Yine Kaschak'a göre, kadın bedeninin ve dış görünümünün nesneleştirilmesi ve aşağılanması ya da ona hayran olunması, benliğin parçalanmasına, azaltılmasına ya da gizlenmesine neden olabilmektedir. Kadın, ona bakan gözlerce tanımlanmış standartlara uysa da uymasa da utancı deneyimleyecektir (Kaschak, 1992). Bu doğrultuda kadın bedenini ele alan ilk araştırmacılardan McKinley ve Hyde (1996), "nesneleştirilmiş beden farkındalığı"ndan söz

etmişlerdir. McKinley ve Hyde'in sözünü ettiği nesneleştirilmiş beden farkındalığı, ergenlik boyunca cinselliği gelişen kız çocuğunun bedenine ilişkin gerçek dışı idealleri ve güzellik standartlarını içeren nesneleştirme yaşantılarını içselleştirerek, kendini izlemesi ve sonunda bedeninden utanması anlamına gelmektedir. Sosyo-kültürel standartları içselleştiren ve sürekli kendini izleyerek yetersizlik duygularıyla bedeninden utanç duyan kadın, nasıl görüldüğüne odaklanarak bedenini kontrol altında tutar. Bu açıdan '*nesneleştirilmiş beden farkındalığı*', kendini izlemeyi, bedeninden utanmayı ve dış görünüşün kontrol altında tutulması gerektiğine ilişkin inançları içermektedir (McKinley ve Hyde, 1996).

Nesneleştirme sürecinin kuramsallaştırılması ise Fredrickson ve Roberts'a (1997) dayanır. Kuram, kadınların kendi fiziksel benliklerine ilişkin bakış açılarının temelini genel anlamda kültürün etkisi ile içselleştirdikleri varsayımına sahiptir. Buna göre kadınlar içselleştirdikleri bu bakış açısı ile kendi bedenlerini izlemeleri sonucu utanç ve kaygılarını arttırmakta ve bedenlerine ilişkin içsel farkındalıklarını azaltmaktadır. Bu bakış açısı, toplumun kültürel normlarını da içeren kadının nesneleştirilmesi, kadın bedenine ilişkin güzellik idealleri, kadın bedenine ilişkin salt cinsellik odaklı yaklaşımlar gibi durumları içermektedir. Tüm bu yaşantıları deneyimleyen kadın, bir süre sonra bu bakış açısını içselleştirerek kendi bedenini bu açıdan görmeye başlar. Fredrickson ve Roberts (1997) bu durumu kendini nesneleştirme kavramıyla açıklar. Kendini nesneleştiren kadın, bir süre sonra salt nesne olarak görmeye başladığı bedenini yetersiz bularak bedeninden utanmakta, fiziksel görünüşüyle ilgili kaygı yaşamaya başlamakta ve nihayetinde bedenine ilişkin farkındalığının gittikçe azalmasına sebep olmaktadır (Chrisler ve McCreary, 2010).

Bu kurama göre bir kültürde kadınların yüksek düzeyde nesneleştirilmesi, kadınların bu nesneleştirmeyi içselleştirmelerine, bir anlamda bedenlerini gözüaltına almayı alışkanlık haline getirmelerine neden olmaktadır (Chrisler ve McCreary, 2010). Fredrickson ve Roberts (1997) nesneleştirme kuramını cinsel nesneleştirme temelinde ele almaktadır. Kurama göre *cinsel nesneleştirme*, bir kadının bedenini ya da bedeninin belli bir bölümünü ve cinsel işlevlerini onun kişiliğinden ayırma ve onu yalnızca bir araç olarak görme durumudur. Cinsel nesneleştirme sürecinde, nesneleştirilen bedenin, kadının tüm benliğini temsil ettiği kabul edilerek, kadının varlığı yalnızca bedenine, dış görünüşüne indirgenmektedir. Nesneleştirme kuramının temel dayanağını oluşturan cinsel nesneleştirme, toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin en zararlı dışı vurumlarından biridir (Calogero, 2013).

Kendini nesneleştirme kuramı toplumsal cinsiyet rollerinin, sosyalizasyonun ve cinsel nesneleştirme yaşantılarının kadınlarda kendini izlemeyi ve nesneleştirmeyi desteklediğini ileri sürer (Moradi ve Huang, 2008). Fredrickson ve Roberts (1997) bu durumu şöyle açıklamıştır: Kadın bedeni her zaman değerlendirilme altındadır ve kaçınılmaz olarak nesneleştirilir. Kendini nesneleştirme, bireylerin bedenlerinin ne yaptığı ya da nasıl hissettirdiğinden ziyade, bedenlerinin başkalarına nasıl görüldüğü açısından kendilerini tanımlama eğilimleridir (Aubrey, Henson, Hopper ve Smith, 2009). Kültürel normların etkisiyle kadın, kendi bedeni üzerinden kaygılı bir hale girer. Bu durum kadınların fiziksel görünüşlerine dair ileri düzeyde dikkatli olma haliyle sonuçlanır (Fredrickson ve Roberts, 1997). Kendini nesneleştirme ile kadınlar, dikkatlerini diğer yaşam alanlarından çekip doğrudan dış görünüşlerine yönlendirerek toplumsal cinsiyet normlarını koruyan cinsiyetçi bir tutum sergilemiş olurlar (Calogero ve Jost, 2011).

Fredrickson ve Roberts'ın (1997) nesneleştirme kuramı, kadınların bedenlerinden erkekler kadar memnun olmayışının nedenine bir açıklama getirmektedir. Buna göre, iyi görünmek için algılanan baskı o kadar güçlüdür ki çoğu kadın baskın sosyo-kültürel tutumları içselleştirir. Kadınlar, erkeklerin bakış açısıyla veya medyada eğlence programlarında ve reklamlarda sürekli sunulan ideal beden görüntüleri yoluyla nesneleştirmeyi yaşamaktadır. Kurama göre, medyada yüksek düzeyde cinsel nesne görüntülerine maruz kalan kadınlar, yalnızca kadını nesneleştiren yaklaşımı benimsemekle kalmayıp; aynı zamanda görünüşlerine dayalı olarak kendilerini bir nesne gibi değerlendirmeye başlarlar (Grabe ve Hyde, 2009).

Kendini nesneleştirmeye mücadele bağlamında feminist yaklaşımlar da çeşitli tepkiler geliştirmişlerdir. Örneğin; feminist yaklaşım, kadınların baskı kaynaklarını anlayabilmelerini ve direnebilmelerini olanaklı kılacak bir bakış açısı sunmaktadır (Mahalik ve ark., 2005). Feminist kuram yaklaşımı, kadının yaşamında bir kontrol merkezi olarak bedenin nasıl görev yaptığına tarihsel olarak dikkat çeken ve bireysel sistemlerden çok, sosyal sistem değişikliklerine odaklanan bir yaklaşımdır. Bu sosyal yapı yaklaşımı, kadının olumsuz beden deneyimlerinin kaynağının bireysel patolojik bir yapı olmayıp, sistematik sosyal bir olgu olduğunu iddia eder (Calogero, Tantleff-Dunn ve Thompson, 2011). Dolayısıyla, feminist kuram toplumların nasıl anlam yarattığına odaklanmıştır. Örneğin; batı toplumlarında beden-zihin ilişkisinde, kadınlar beden ile ilişkilendirilirken, erkekler zihin ile ilişkilendirilmektedir. Erkek bedeni standartlara dayalı olarak tanımlanırken; kadın bedeni yargılanmaya tabi tutulur. Ayrıca, erkekler her zaman görünüş bakımından değerlendirilmediği için, bir gözlemcinin

bedeni hakkındaki görüşlerini, kadınların yaptığı gibi içselleştirmezler. Bu yüzden kadınlara kıyasla erkeklerde nesneleştirilmiş beden bilinci düzeyinin düşük olması ve beden memnuniyeti ile nesneleştirilmiş beden bilinci arasındaki ilişkinin zayıf olması beklenen bir durumdur (McKinley, 2004). Bununla birlikte cinsiyete özgü tutum ve değerler açısından da kadınların, bedenleri ile daha fazla ilgilendikleri, kültürün idealleştirdiği güzellik algısından daha fazla etkilendikleri ve bedenlerine yönelik olumsuz düşüncelerle daha fazla meşgul oldukları belirtilmektedir (Cash, 2012).

1.2.1. Kendini Nesneleştirme ve Beden İmgesini Anlamaya Yönelik Yaklaşımlar

Literatürde, bazı araştırmacılar nesneleştirme kuramını ya da kuram kapsamındaki kavramları anlamaya çalışırken bazıları da bu kavramlarla ilişkilendirilebilecek çeşitli çalışmalar yapmaktadır. Örneğin; Calogero (2012), Fredrickson ve Roberts'in (1997) '*kendini nesneleştirme kuramı*'nı şemalaştırarak açıklamaya çalışmıştır. Buna göre *cinsel nesneleştirme*, gözlerini dikip bakmak, cinsel yorumlar yapmak, cinsel taciz ve cinsel saldırı gibi kültürel pratikler, kendini nesneleştirmeye yol açmakta; *nesne olarak içselleştirilen benlik* ise sürekli olarak kendini izlemeye, bütün dikkatini nesne olarak içselleştirdiği bedenine yöneltmeye neden olmaktadır. Bu noktadan sonra birey, bedenini izleme, ondan utanma, motivasyonunu kaybetme ile dış görünümüyle ilgili endişelere sahip olmaktadır. Bireyin bedeniyle ilgili endişeleri, zamanla psikolojik sağlığını tehdit etmeye başlayabilmekte, bireyde depresyon ve yeme bozuklukları gibi psikolojik problemlerin oluşmasını tetikleyebilmektedir. Bunlar, kişiyi salt bedeni bağlamında nesne olarak gören kültür temelinde, *yetersizlik* duygularıyla birlikte gelişen ve birey üzerinde olumsuz psikolojik sonuçlara yol açan öznel süreçlerdir. Bu süreçte kültürün kendine yönelik bakış açısını içselleştiren kadın, kendini, içselleştirdiği sosyokültürel standartlar bağlamında incelemeye ve değerlendirmeye almaktadır (Calogero, 2012).

Kendini nesneleştirmeyeyle ilişkilendirilen faktörler göz önüne alındığında, özellikle kadınların yaşamlarında karşılaşılabilecekleri başarısızlıkların açıklanabileceği görülmektedir (Harrison ve Fredrickson, 2003). Başarısızlık durumunu hayatın diğer etmenlerinden soyutlamak imkânsızdır ve özellikle kadınların bahsedilen nedenlerden dolayı olumsuz duygu durumu geliştirmelerinin yaşam kalitelerinde düşüşe neden olması mümkündür.

Kendini nesneleştirme ve beden algısının daha anlaşılır ve pratikte uygulanabilir bir hale gelmesinde Schilder'e (2013) de özel önem atfedilmektedir (Doğan ve Doğan, 1992). Schilder (2013) beden imgesinin sosyo-kültürel, psikolojik ve nörolojik bileşenlerinin

incelenmesi gerektiğini belirtmekte ve beden imgesi için biopsiko-sosyal bir yaklaşım öngörmektedir. Bu şekilde, aynı zamanda beden imgesinin çok yönlülüğüne de vurgu yapıldığı belirtilmektedir (Pruzinsky ve Cash, 2004). Kendini nesneleştirme ve beden algısı konusunda yapılan güncel araştırmalar da, doğrudan ya da dolaylı olarak psikoloji alanındaki bilişsel ya da davranışsal modellerden yola çıkılarak yapılmaktadır. Bilişsel-davranışsal yaklaşım; yalnızca bir kuramı yansıtmamakta, aynı zamanda duygu ve davranışların bilişsel arabulucusu olan, sosyal öğrenme sürecini vurgulayan, deneysel kanıtlardan ve kalıcı fikir geleneğinden yararlanan bütünleştirilmiş bir görüş olarak tanımlanmaktadır (Cash, 2012). Bilişsel-davranışsal modelde, içsel diyaloglar, beden imgesi ile ilgili duygular ve özdenetim gibi beden imgesi deneyimlerini tetikleyen ve etkileyen olaylarla ilgili yakınsal etmenler bulunmaktadır. İnsanların bedenlerine ilişkin duygu, düşünce ve eylemlerinin ortaya çıkışında etkili olan deneyim, özellik ve geçmişteki olaylar da tarihsel etmenler içinde değerlendirilmektedir. Bu etmenler arasında en belirgin olanları fiziksel özellikler, kişilik özellikleri, kültürel sosyalleşme ve kişilerarası deneyimlerdir. Tarihsel etmenler çeşitli sosyal öğrenmeler yoluyla belli başlı beden imgesi tutum ve şemasını yavaş yavaş işlerler (Cash, 2012). Dolayısıyla bilişsel-davranışsal yöntemde yer alan yakınsal ve tarihsel etmenlerin, kendini nesneleştirme ve beden algısını anlamaya yönelik temel yaklaşımlardan olduğu söylenebilir.

1.3. Beden İmgesi, Kendini Nesneleştirme ve Toplumsal Cinsiyet

Toplumsal cinsiyetten bağımsız olarak beden imgesi ve kendini nesneleştirme konularını incelemek konuyu eksik ele almak olacaktır. Toplumsal cinsiyet sadece kadın ve erkek ilişkilerini değil; toplumdaki birçok kişiyi, grubu ve gruplar arası ilişkileri de etkiler ve biçimlendirir. Bireyler, toplumsal cinsiyet normlarına uymadıklarında da ayrımcı davranışlara ve sosyal dışlanmaya maruz kalabilirler (Doğan ve Piyal, 2017). Toplumsal cinsiyet kapsamındaki “kadınlık” ve “erkeklik” rolleri, yaşamımızın her anında dilimizden eylemlerimize kadar yansımaktadır. Bununla beraber bu roller, ataerkil yapının (patriyarka) etkisi ile de kişiyi *erkek gibi erkek* veya *kadın gibi kadın* olmaya zorlamaktadır (Hartmann ve Kimmit, 2006). Birey, toplumsallaşması ile birlikte cinsiyet rollerine ilişkin davranışlar edinir. Kültürel inşa süreci içinde yaşadığımız toplum, küçücük bir çocuğa *erkek gibi yürekli* olmayı, *kız gibi ağlamamayı* öğretir. Sosyal yapı içerisinde evlilik ve aile yaşamı, toplumsal yaşam, eğitim yaşamı, kariyer seçimi, okul, medya, sosyal paylaşım alanları olmak üzere her alanda görülen ve kadın ile erkek arasındaki hiyerarşik ayrımı ifade eden toplumsal cinsiyet rolleri,

erkek ve kadın arasındaki sosyal düzenin ve kadınsılığı ve erkeksiliği içeren sosyal yapının inşasında önemli bir etkidir (Akın ve Demirel, 2003).

Toplumsal cinsiyet kavramının tarihsel süreci incelendiğinde, kavramın ilk defa 1968 yılında psikiyatrist ve psikanalist Robert Stoller'ın 'Sex and Gender' kitabında kullanıldığı görülmektedir. Stoller, ilk olarak toplumsal cinsiyetin biyolojik cinsiyetten farklı olduğunu belirtmiştir (Avşar, 2017). Akabindeki bazı önemli psikoloji çalışmaları çevreden gelen mesajların, çocukların hızlı bir şekilde kategorizasyon ve şemalama yapmasına sebep olduğuna işaret etmiştir (Bem, 1981; Martin ve Halverson 1981). Yine aynı çalışmalar, kültürel farklılıklardan da etkilendiği iddia edilen bu kategori ve şemaların, cinsiyet rollerine uygun olarak addedilen davranışları belirlediğini saptamıştır. Bu çalışmaların öncülerinden sayılan Bem (1981), kişilerin *benlik* mefhumunun, kurguladıkları cinsiyet şeması ile ne kadar tutarlı olursa, belirlenen cinsiyet rollerinin kabulünün de o kadar mümkün olduğunu ve onlara yol gösterdiğini belirtir.

Kadınsı cinsiyet rolleri sıklıkla hassasiyet, anlayış, duygusallık, bağımlılık özellikleriyle; erkeksi cinsiyet rolleri ise liderlik, baskınlık, bağımsızlık gibi özelliklerle karakterize edilmiştir. Cinsiyet rollerinin yalnızca erkeksilik ve kadınsılık olarak ifade edilmesinin ortaya çıkardığı sınırlılıklar nedeniyle androjen ve farklılaşmamış tip cinsiyet rolleri de daha sonra kavramsallaştırmaya eklenmiştir (Bem, 1974, 1977). Kadınsılık ve erkeksilik ile ilişkilendirilen niteliklere aynı anda yüksek düzeyde sahip olan bireyler androjen (androgynous) olarak tanımlanmaktadır. Buna göre androjen bireyler, uyum sağlamakta problem yaşamayan, durum ve ortama göre kadınsı ya da erkeksi davranış kalıpları sergileyebilmektedir (Burger ve Promislow, 2004). Androjenlik kavramı, geleneksel kadınsılık ve erkeksilik kavramlaştırmasına ve psikolojik sağlıkla ilgili cinsiyet yanlısı standartlara karşı geliştirilmiş bir seçenek sunduğu için kabul görmekte ve benimsenmekte (Bem, 1983, 1993), fakat pek çok yönüyle de eleştirilmektedir. Öte yandan androjenlik kavramıyla ilgili çalışmalar yapan Bem (1974), geliştirdiği '*Bem Cinsiyet Rolü Envanteri*'nde kadınsılığı ve erkeksiliği dört ana başlık altında toplamıştır. Buna göre, 'kadınsı' kategoride 'kadınsılık çok erkeksilik az'; 'erkeksi' kategoride ise erkeksilik çok, kadınsılık azdır. Hem kadınsı hem de erkeksi özellikler eşit oranda yüksek ise bu durumu 'androjen' kategorisi; hem kadınsı hem de erkeksi özellikler eşit oranda düşük ise bu durumu 'belirsiz cinsiyet tipler' altında sınıflandırmıştır (Bem, 1981). Kişilerin sahip olduğu özellikler, benimsedikleri cinsiyet rollerine göre farklılaşmaktadır (Bem, Martyna ve Watson, 1976).

Kadınların perspektifinden toplumsal cinsiyet ve beden imgesi ilişkisini irdeleyen pek çok çalışma olsa da erkekler söz konusu olduğunda bu konuda yapılmış çalışmalar oldukça azdır (Morrison, Kalin ve Morrison, 2004). Morrison ve ark., *ideal beden imgesinin* erkekleri de kadınlar kadar etkilediği ve bedenin doğal bir yapı olarak var olduğu fikrinden ziyade; ideal beden imgesi düşüncesinin bedenin nesneleşmesini düşündüren ve hissettiren bir inanca sürüklediğini vurgulamıştır. Yine aynı çalışma göstermektedir ki ideal beden imgesine uymayan, toplumsal kabullere göre çok sıska ya da şişman addedilen erkekler, kendiliklerine karşı oldukça olumsuz beden imgesi üretmekte ve bunu düzeltmek için ziyadesiyle çaba harcamaya hazır ya da razı olabilmektedirler. Dolayısıyla bu şekilde, arzulanan ideal bedene sahip olacak ve toplumsal cinsiyet rollerinin kabul gören özelliklerinden birini de yerine getirmiş olacaklardır. Bu doğrultuda, mevcut tez çalışması erkeklerin de beden imgesini toplumsal cinsiyet bağlamında irdeleyerek alanyazındaki boşluğu doldurmaya katkı sağlayacaktır. Öte yandan toplumsal cinsiyet rollerinin de beden imgesine benzer şekilde, erkek ve kadına medya üzerinden aşılandığı göz önüne alındığında; yayınlanan reklamlar, filmler ve dizilerde kadınlar için ‘zayıf bedene sahip olma’, erkekler içinse ‘kaslı vücut’ ideal ve çekici olmanın temel kriterini oluşturmaktadır (Tiggemann, 2002). Batı kültürü kaynaklı bu durum global örneklerle de açıklanabileceği gibi bu ideali toplumsal cinsiyet rolleri üzerinden zihinlere naksetme eylemi Türkiye’de de sıklıkla göze çarpan bir durumdur. İzlenme oranlarının oldukça yüksek olduğu dizi ve televizyon programlarında yapılan başrol tercihleri incelendiğinde, ideal ve makbul kabul edilen kadın oyuncuların güzel, zayıf ya da çekici olduğu, erkek oyuncuların da yakışıklı veya kaslı bedene sahip olduğu ve topluma model olarak sunulduğu kolaylıkla fark edilecektir (Haspolat, 2016). Dolayısıyla kadın ve erkek bedeninin medyada sunulmuş şekli açısından toplumsal cinsiyet rollerini belirlenmede önemli olduğu söylenebilir.

Mevcut çalışmada da, alanyazından aktarılan kuramsal bilgiler ve araştırma bulguları göz önünde bulundurularak Türkiye’de kırsal alan ve kentsel alanda yaşayan bireylerin görünüme yönelik sosyal tutumları ve beden imgeleri arasındaki ilişkinin kendini nesneleştirme kuramı bağlamında incelenmesi hedeflenmektedir.

1.4. Araştırmanın Amacı ve Hipotezler

Bu çalışmanın temel amacı, kentsel ve kırsal alanda yaşayan kadın ve erkeklerde nesneleştirilmiş beden bilinci, vücut algısı, depresyon ve görünüme yönelik sosyal tutum arasındaki ilişkileri incelemektir. Bu doğrultuda adı geçen değişkenlerin cinsiyete, yaşam yerine ve yaşa göre farklılık oluşturup oluşturmadığını araştırmak ve nesneleştirilmiş beden

bilinci, vücut algısı ve görünüme yönelik sosyal tutumun, bireylerin beden memnuniyetini ne düzeyde yordayacağını tespit etmek hedeflenmiştir.

Bu amaçlar doğrultusunda, aşağıdaki hipotezler belirlenmiştir:

H1: Katılımcıların nesneleştirilmiş beden bilinci, vücut algısı, depresyon ve görünüme yönelik sosyal tutum düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı farklılıklar vardır.

H2: Katılımcıların nesneleştirilmiş beden bilinci, vücut algısı, depresyon ve görünüme yönelik sosyal tutum düzeylerinde yaşam yerine (kırsal-kentsel) göre anlamlı farklılıklar vardır.

H3: Katılımcıların nesneleştirilmiş beden bilinci, vücut algısı, depresyon ve görünüme yönelik sosyal tutum düzeylerinde yaşa göre anlamlı farklılıklar vardır.

H4: Kadın ve erkek katılımcıların nesneleştirilmiş beden bilinci, vücut algısı, depresyon ve görünüme yönelik sosyal tutum düzeyleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H5: Kentsel ve kırsal alanda yaşayan katılımcıların nesneleştirilmiş beden bilinci, vücut algısı, depresyon ve görünüme yönelik sosyal tutum düzeyleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H6: Kadın ve erkek katılımcıların nesneleştirilmiş beden bilinci, vücut algısı ve görünüme yönelik sosyal tutumu, katılımcıların beden memnuniyetini yordamaktadır.

H7: Kentsel alanda ve kırsal alanda yaşayan katılımcıların nesneleştirilmiş beden bilinci, vücut algısı ve görünüme yönelik sosyal tutumu, katılımcıların beden memnuniyetini yordamaktadır.

2. BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Katılımcılar

Araştırmanın örneklemini Türkiye’de, kentsel ve kırsal alanda yaşayan 18 yaş üstü kadın ve erkekler oluşturmaktadır. Kentsel alan ve kırsal alan karşılaştırması yapmak amacıyla, üç adet kentsel alan (Ankara, İstanbul ve İzmir) ve üç adet kırsal alan statüsündeki şehir (Bayburt, Gümüşhane ve Kars) seçilmiştir. Veri toplamada Ankara, İstanbul ve İzmir’in Türkiye’deki en büyük üç şehri oluşturmamasından; Bayburt, Gümüşhane ve Kars’ın ise kırsal alan yerleşim birimlerinin tipik karakterini temsil etmesinden dolayı bu iller tercih edilmiştir.

Kolayda örnekleme yöntemi ile istatistiksel bakımdan yeterli örnek sayısına ulaşılarak gerekli verilerin toplanması yoluna gidilmiştir. Toplamda yaklaşık %40’ı erkek ve %60’ı kadınlardan oluşan 611 kişilik bir örnekleme ulaşılmıştır. Araştırma verileri internet üzerinden çevrim içi olarak toplanmıştır. Katılımcılara ilişkin demografik özellikler aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 1.

Katılımcıların Sosyo-demografik Özelliklerine İlişkin Bilgiler

		n	%
Cinsiyet	Erkek	243	39.8
	Kadın	368	60.2
Yaş	18-25	252	41.2
	26-35	182	29.8
	36 ve üzeri	177	29.0
Yaşanılan Yer	Kentsel Alan	377	61.7
	Kırsal Alan	234	38.3
Çoğunlukla Yaşanılan Yer	Köy / Kasaba	165	27.0
	Şehir	231	37.8
	Kentsel Alan (Ankara, İstanbul, İzmir vb.)	215	35.2
Eğitim Durumu	İlköğretim/Orta Öğretim Mezunu	32	5.2
	Lise Mezunu	208	34.0
	Üniversite Mezunu	265	43.4
	Lisansüstü (yüksek lisans veya doktora)	106	17.3

		n	%
Medeni Durum	Bekâr	376	61.5
	Evli	192	31.4
	Boşanmış veya Ayrı	43	7.0
Meslek	İşsiz	83	13.6
	Ev Hanımı	101	16.5
	Öğrenci	231	37.8
	Memur/Subay/Küçük esnaf vb.	62	10.1
	İşçi/Tezgâhtar/Usta/Çiftçi vb.	50	8.2
	Üst düzey bürokrat. serbest meslek sahibi	84	13.7
Algılanan Sosyo Ekonomik Statü	Düşük	114	18.7
	Orta	371	60.7
	Yüksek	111	18.2
	Çok Yüksek	15	2.5

2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada çok sayıda veri toplama aracı bir set halinde kullanılmıştır. Bunlar; i) Demografik Bilgi Formu, ii) Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, iii) Vücut Algısı Ölçeği, iv) Beck Depresyon Ölçeği, v) Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar Ölçeği'dir. Aşağıda bunların her birine ilişkin tanıtıcı bilgiler yer almaktadır.

2.2.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formunda yaş, cinsiyet, öğrenim durumu, medeni durum, meslek, anne-babanın eğitim durumu gibi maddeler bulunmaktadır. Form, EK-2'de yer almaktadır.

2.2.2. Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği

Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, McKinley ve Hyde (1996) tarafından geliştirilmiştir. Beden izleme, beden utancı ve dış görünüşü kontrol etmeye yönelik inançlar olmak üzere toplamda üç boyuttan oluşan ölçekte, her bir alt boyuttan elde edilen toplam puanlar ayrı ayrı hesaplanmaktadır. Ölçeğin; '*Beden İzleme*' alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar, kişilerin dış görünüşleri hakkındaki düşünceleriyle ilgili bilgi verir. Diğer yandan '*Beden Utancı*' alt ölçeğine ilişkin yüksek puanlar, bireylerin idealleştirdikleri beden imgelerine ulaşamadıklarını düşünmesi ve bunun sonucu olarak bedenlerinden utanmaları

anlamına gelmektedir. '*Kontrol İnancı*' alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar ise kişilerin istedikleri ve çabaladıkları takdirde ideal görünümlerini yakalayabileceklerine yönelik yüksek bir inanç besledikleri anlamına gelmektedir.

Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması, Yağmurcu ve Tosun (2018) tarafından yapılmış ve bulgular, ölçeğin orijinaline uygun şekilde üç faktörlü bir yapısı olduğunu göstermiştir. Yağmurcu ve Tosun (2018) tarafından yapılan çalışmada ölçeğin alt boyutlarına ilişkin Cronbach Alfa güvenirlik katsayıları; beden utancı için 0.73, kontrol inancı için 0.68 ve beden izleme için 0.61 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ise uygulanan ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları; beden izleme için 0.62, kontrol inancı için 0.64, beden utancı için 0.63 olarak hesaplanmıştır. Form, EK-5'te sunulmaktadır.

2.2.3. Vücut Algısı Ölçeği

Vücut Algısı Ölçeği, Secord ve Jourard (1953) tarafından geliştirilmiş olup bireylerin bedenlerinin bazı parçalarından ve bu parçalarla ilgili bazı işlevlerden ne kadar memnun olduklarını ölçmektedir. Ölçeğin Türkiye'deki geçerlik çalışmasını Hovardaoğlu (1993) tarafından gerçekleştirilmiş ve bu çalışmada Cronbach Alfa katsayısı 0.91 olarak bulunmuştur. Ölçekte toplam 40 madde yer alırken; alınabilecek en düşük puan 40, en yüksek puan ise 200 olarak belirlenmiştir. Ölçekten alınan yüksek puanlar bireylerin bedenlerinden memnun olma düzeyini göstermektedir. Bu araştırma kapsamında yapılan güvenirlik analizinde, ölçeğin Cronbach Alfa değeri 0.95 olarak hesaplanmıştır. Form, EK-6'da yer almaktadır.

2.2.4. Beck Depresyon Ölçeği

Beck (1961) tarafından orijinal hali oluşturulmuş ve daha sonra 1978'de geliştirilmiş Beck Depresyon Envanteri (BDE), erişkinlerde depresif belirti taramalarında *duygusal, somatik, bilişsel ve motivasyonel* depresif belirtilerin tespiti amacıyla kullanılan 21 maddelik bir ölçektir. BDE'de her madde 0-3 arasında (4'lü Likert türünde) ölçüm yapar. Türkçe'de geçerlilik ve güvenirlik çalışması Hisli (1989) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin geçerlilik ve güvenirliğine ilişkin kesme puanı 17 olarak kabul edilmiştir. Ölçekten 17'nin üstünde puan alınması depresif belirtilerin tedavi gerektirebileceğini gösterir (Hisli 1989). Ölçekte Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı 0.89 hesaplanmıştır. Form, EK-7'de yer almaktadır.

2.2.5. Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar Ölçeği (SATAQ-4R)

SATAQ-4R, Calogero ve ark., (2011) tarafından beden imajı problemleri ve yeme bozuklukları ile ilgili sosyo-kültürel risk etmenlerini ölçmek için geliştirilmiştir. SATAQ-4R 31 maddeden ve yedi alt faktörden oluşan Likert tipi bir ölçektir. Cihan, Bozo, Schaefer ve Thompson (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanan SATAQ-4R ölçeğinin (*ince/düşük yağlı vücutun içselleştirilmesi, kaslılığın içselleştirilmesi, genel çekiciliğin içselleştirilmesi, aile baskısı, medya baskısı, akran ve önemli diğer kişilerin baskısı*) şeklindeki altı faktörlü yapısının Türkiye'den elde edilen örnek için uygun olduğu sonucuna varılmıştır. Adı geçen alt faktörlere ilişkin iç tutarlılık güvenirlik katsayılarının 0.84. ile 0.96 arasında değiştiği belirtilmiştir. Mevcut çalışmada Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları; ince ve düşük yağlı vücutun içselleştirilmesi için 0.77, kaslılığın içselleştirilmesi için 0.62, genel çekiciliğin içselleştirilmesi için 0.61, aile baskısı için 0.84, akran ve önemli kişilerin baskısı için 0.87, medya baskısı için 0.94 olarak bulunmuştur. Form, EK-9'da yer almaktadır.

2.3. İşlem ve Veri Analizi

Çalışmada, anketlerin uygulama aşamasından önce Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsünden gerekli etik izin alınmıştır. Kullanımına karar verilen ölçekler standart bir anket formu haline getirilerek Türkiye'nin farklı şehirlerinde yaşayan kadın ve erkek katılımcılara, internet üzerinden çevrim içi olarak uygulanmıştır.

Çevrim içi uygulanan anket formları vasıtasıyla toplanan veri setinde, kayıp veri ve uç değer olup olmadığı incelenmiştir. Toplamda yedi adet ankete ilişkin veriler yeterince güvenilir ve tutarlı bulunmaması sebebiyle veri setinin dışına çıkarılmıştır. Daha sonra ölçme araçlarının güvenirliğini ölçmek için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları (α) hesaplanmış ve iç tutarlık katsayılarının 0.61 ile 0.95 aralığında değiştiği tespit edilmiştir.

Verilerin istatistiksel analizinde IBM SPSS 25 programı kullanılmıştır. Veri analizinde sosyo-demografik değişkenlere göre araştırma değişkenleri karşılaştırırken bağımsız örneklemelerde t testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için ise pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Son olarak katılımcıların beden memnuniyeti düzeylerini yordayan değişkenleri belirlemek için çoklu hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Yapılan analizlere ilişkin sonuçlar Bulgular bölümünde yer almaktadır.

3. BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde, araştırma sonucunda elde edilen bulgular yer almaktadır. Bu kapsamda öncelikle çalışmanın katılımcılarına ait tanımlayıcı istatistikler ve katılımcıların sosyal medya kullanım durumlarına ait dağılımlar yer almaktadır. Daha sonra sosyo-demografik özelliklere göre değişkenlerin karşılaştırılması için yapılan analizlerle birlikte, değişkenler arasındaki ilişkiye ait bulgular ve katılımcıların beden memnuniyeti düzeylerini yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla yapılan analizler yer almaktadır.

Çalışmada analizlere geçmeden önce veriler kayıp değer, uç değer ve normallik varsayımları açısından incelenmiştir. Veri setinde kayıp veri bulunmadığı görülmüştür. Aykırı veri olup olmadığını belirlemek için standartlaştırılmış z değerlerine bakılmış ve 7 adet değer ± 3.29 aralığı dışında olduğu için (Field, 2013), bu değerlere ilişkin anketler veri setinden çıkarılmıştır. Araştırma değişkenlerinin normal dağılım sergileyip sergilemediğini belirlemek için ise basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiştir. Değişkenlere ait basıklık değerleri -0.79 ile 1.50 aralığında, çarpıklık değerleri ise -0.49 ile 0.64 aralığında tespit edilmiştir (Tablo 2). George ve Mallery (2020) normal dağılım için basıklık ve çarpıklık değerlerinin ± 1 aralığında olması gerektiğini, ± 2 aralığının da kabul edilebilir olduğunu söylemektedir. Bu kapsamda verilerin normal dağılım sergilediği söylenebilir. Bu nedenle verilerin analizinde parametrik analiz yöntemlerinden yararlanılmıştır. Elde edilen bulgular sırasıyla sunulmuştur.

3.1. Değişkenlere Ait Tanımlayıcı İstatistikler

Tablo 2’de değişkenlere ait tanımlayıcı istatistikler yer almaktadır. Tüm değişkenlere ait ortalama değerler 8.59 (medya baskısı) ile 140.44 (depresyon) arasında; çarpıklık katsayıları -0.49 (genel çekiciliğin içselleştirilmesi) ile 0.64 (medya baskısı) arasında ve basıklık katsayıları -0.79 (medya baskısı) ile 1.50 (beden utancı) arasındadır.

Tablo 2.
Değişkenlere ait tanımlayıcı istatistikler

	Ortalama	SS	Çarpıklık	Basıklık
<i>Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği</i>				
Beden İzleme	24.44	6.01	.33	1.23
Kontrol İnancı	17.67	5.69	.59	.41
Beden Utancı	27.00	7.08	.16	1.50
<i>Vücut Algısı Ölçeği</i>				
Beden Memnuniyeti	140.44	28.08	-.17	.62
<i>Beck Depresyon Ölçeği</i>				
Depresyon	34.69	10.04	.54	-.34
<i>Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar Ölçeği (SATAQ-4R)</i>				
İnce ve Düşük Yağlı Vücudun İçselleştirilmesi	11.04	4.25	.30	-.72
Kaslılığın İçselleştirilmesi	12.49	4.21	.57	.36
Genel Çekiciliğin İçselleştirilmesi	19.88	4.20	-.49	1.38
Aile Baskısı	8.90	4.28	.58	-.45
Akran Önemli	12.91	5.61	.30	-.72
Medya Baskısı	8.59	4.82	.64	-.79

3.2. Cinsiyet, Yaş ve Yaşanan Yere Bağlı Farklılıklar

Tablo 3'te cinsiyete göre değişkenlere ait puan ortalamalarındaki farklılıkların karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçları yer almaktadır.

Tablo 3.
Cinsiyete göre Değişkenlere Ait Puan Ortalamalarındaki Farklılıkların Karşılaştırılması

	Cinsiyet	n	Ort	SS	t	p	Cohen's d
<i>Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği</i>							
Beden İzleme	Erkek	243	23.66	6.00	-2.585	.010	.21
	Kadın	368	24.94	5.97			
Kontrol İnancı	Erkek	243	17.53	5.54	-.501	.617	.04
	Kadın	368	17.76	5.78			
Beden Utancı	Erkek	243	26.26	7.95	-2.089	.037	.17
	Kadın	368	27.48	6.39			
<i>Vücut Algısı Ölçeği</i>							
Beden Memnuniyeti	Erkek	243	142.95	30.41	1.801	.072	.15
	Kadın	368	138.77	26.34			
<i>Beck Depresyon Ölçeği</i>							
Depresyon	Erkek	243	36.14	11.14	2.934	.003	.24
	Kadın	368	33.72	9.12			

	Cinsiyet	n	Ort	SS	t	p	Cohen's d
Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar Ölçeği (SATAQ-4R)							
İnce ve Düşük Yağlı Vücudun İçselleştirilmesi	Erkek	243	10.28	3.90	-3.632	.000	.30
	Kadın	368	11.54	4.39			
Kaslılığın İçselleştirilmesi	Erkek	243	15.04	4.05	13.995	.000	1.15
	Kadın	368	10.80	3.38			
Genel Çekiciliğin İçselleştirilmesi	Erkek	243	20.70	4.33	3.988	.000	.33
	Kadın	368	19.33	4.01			
Aile Baskısı	Erkek	243	8.87	4.26	-.103	.918	.01
	Kadın	368	8.91	4.29			
Akran Önemli	Erkek	243	14.23	5.50	4.813	.000	.40
	Kadın	368	12.04	5.51			
Medya Baskısı	Erkek	243	8.14	4.32	-1.827	.068	.15
	Kadın	368	8.87	5.11			

Tablo 3'te yer alan analiz sonucunda, cinsiyetlere göre beden izleme ($t = -2.585$, $p < .05$), beden utancı ($t = -2.089$, $p < .05$), depresyon ($t = 2.934$, $p < .01$), ince ve düşük yağlı vücudun içselleştirilmesi ($t = -3.632$, $p < .001$), Kaslılığın içselleştirilmesi ($t = 13.995$, $p < .001$), genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($t = 3.988$, $p < .001$) ve akran önemi ($t = 4.813$, $p < .001$) puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık görülmüştür. Anlamlı farklılık görülen bu değişkenlerde, kadınların beden izleme (ort: 24.94, ss:5.97), beden utancı (ort: 27.48, ss: 6.39) ve ince ve düşük yağlı vücudun içselleştirilmesi (ort: 11.54, ss:4.39) ortalamaları, erkeklerin beden izleme (ort: 23.66, ss: 6.00), beden utancı (ort: 26.26, ss: 7.95) ve ince ve düşük yağlı vücudun içselleştirilmesi (ort: 10.28, ss: 3.90) ortalamalarından daha yüksektir. Bununla birlikte erkeklerin depresyon (ort: 36.14, ss: 11.14), kaslılığın içselleştirilmesi (ort: 15.04, ss: 4.05), genel çekiciliğin içselleştirilmesi (ort: 20.70, ss: 4.33) ve akran önemi (ort: 14.23, ss: 5.50) ortalamaları, kadınların depresyon (ort: 33.72, ss: 9.12), kaslılığın içselleştirilmesi (ort: 10.80, ss: 3.38), genel çekiciliğin içselleştirilmesi (ort: 19.33, ss: 4.01) ve akran önemi (ort: 12.04, ss: 5.51) ortalamalarından daha yüksektir.

Tablo 4'te yaşanan yere göre değişkenlere ait puan ortalamalarındaki farklılıkların karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçları yer almaktadır. Elde edilen bulgulara göre yaşam yeri hiçbir değişken için anlamlı bir sonuç göstermemiştir.

Tablo 4.

Yaşanan Yere göre Değişkenlere Ait Puan Ortalamalarındaki Farklılıkların Karşılaştırılması

	Yaşanan Yer	n	Ort	SS	t	p	Cohen's d
Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği							
Beden İzleme	Kentsel Alan	377	24.51	6.08	0.36	0.72	.03
	Kırsal Alan	234	24.32	5.91			
Kontrol İnancı	Kentsel Alan	377	17.64	5.78	-0.15	0.88	.01
	Kırsal Alan	234	17.72	5.55			
Beden Utancı	Kentsel Alan	377	27.06	7.08	0.27	0.78	.02
	Kırsal Alan	234	26.90	7.10			
Vücut Algısı Ölçeği							
Beden Memnuniyeti	Kentsel Alan	377	140.86	28.05	0.47	0.64	.04
	Kırsal Alan	234	139.75	28.19			
Beck Depresyon Ölçeği							
Depresyon	Kentsel Alan	377	34.48	9.99	-0.67	0.51	.06
	Kırsal Alan	234	35.03	10.14			
Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar Ölçeği (SATAQ-4R)							
İnce ve Düşük Yağlı Vücudun İçselleştirilmesi	Kentsel Alan	377	10.99	4.31	-0.42	0.67	.04
	Kırsal Alan	234	11.14	4.16			
Kaslılığın İçselleştirilmesi	Kentsel Alan	377	12.35	4.25	-1.02	0.31	.09
	Kırsal Alan	234	12.71	4.16			
Genel Çekiciliğin İçselleştirilmesi	Kentsel Alan	377	19.91	4.22	0.24	0.81	.02
	Kırsal Alan	234	19.83	4.17			
Aile Baskısı	Kentsel Alan	377	8.88	4.29	-0.13	0.90	.01
	Kırsal Alan	234	8.93	4.27			
Akran Önemli	Kentsel Alan	377	12.80	5.67	-0.64	0.52	.05
	Kırsal Alan	234	13.10	5.54			
Medya Baskısı	Kentsel Alan	377	8.55	4.90	-0.22	0.82	.02
	Kırsal Alan	234	8.64	4.71			

Yaş gruplarına göre değişkenlere ait puan ortalamalarındaki farklılıkların karşılaştırılması için yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 5'te yer almaktadır. Yaş gruplarına göre genel çekiciliğin içselleştirilmesi puanında anlamlı farklılık görülmüştür ($F=4.563$, $p<.05$; $\eta^2=.02$). Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için post-hoc testlerden olan Scheffe testi yapılmıştır. Analiz sonucunda genel çekiciliğin içselleştirilmesi puanlarında 18-25 arasındaki bireylerin ortalamasının (ort:19.44; ss: 4.17), 36

yaş ve üzerinde yer alan bireylerin ortalamasından (ort:20.66; ss:4.37) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha düşük olduğu bulunmuştur.

Tablo 5.
Yaş Gruplarına göre Değişkenlere Ait Puan Ortalamalarındaki Farklılıkların Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

		n	Ort	SS	F	p	Eta kare
<i>Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği</i>							
Beden İzleme	18-25	252	24.23	6.12	1.124	.325	.00
	26-35	182	24.99	5.55			
	36 ve üzeri	177	24.15	6.30			
Kontrol inancı	18-25	252	17.37	5.63	.650	.522	.00
	26-35	182	17.82	5.80			
	36 ve üzeri	177	17.95	5.67			
Beden Utancı	18-25	252	27.06	7.38	.364	.695	.00
	26-35	182	27.27	6.13			
	36 ve üzeri	177	26.64	7.56			
<i>Vücut Algısı Ölçeği</i>							
Beden	18-25	252	139.76	28.99	.124	.883	.00
Memnuniyeti	26-35	182	140.95	26.68			
	36 ve üzeri	177	140.87	28.32			
<i>Beck Depresyon Ölçeği</i>							
Depresyon	18-25	252	35.02	10.56	.375	.688	.00
	26-35	182	34.18	9.26			
	36 ve üzeri	177	34.76	10.08			
<i>Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar Ölçeği (SATAQ-4R)</i>							
İnce ve Düşük Yağlı Vücudun İçselleştirilmesi	18-25	252	10.73	4.15	1.175	.310	.00
	26-35	182	11.25	4.21			
	36 ve üzeri	177	11.28	4.42			
Kaslılığın İçselleştirilmesi	18-25	252	12.24	4.09	2.695	.068	.01
	26-35	182	12.23	3.96			
	36 ve üzeri	177	13.11	4.58			
Genel Çekiciliğin İçselleştirilmesi	18-25	252	19.44	4.17	4.563	.011	.02
	26-35	182	19.74	3.97			
	36 ve üzeri	177	20.66	4.37			
Aile Baskısı	18-25	252	8.77	4.31	.191	.826	.00
	26-35	182	8.96	4.24			
	36 ve üzeri	177	9.02	4.30			
Akran Önemli	18-25	252	12.70	5.52	.479	.619	.00
	26-35	182	12.90	5.51			
	36 ve üzeri	177	13.24	5.87			
Medya Baskısı	18-25	252	8.64	4.82	.317	.729	.00
	26-35	182	8.74	4.71			
	36 ve üzeri	177	8.35	4.96			

3.3. Cinsiyet Bakımından Değişkenler Arası İlişkiler

Değişkenler arasındaki ilişki öncelikle cinsiyet bağlamında ele alınmış ve korelasyon analizi sonuçları Tablo 6'da yer almaktadır. İlk olarak Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeğinde elde edilen katsayılar incelendiğinde, *Beden İzleme puanlarında*, Erkeklerde *beden izleme* ile kontrol inancı ($r=.42, p<.01$), ve beden utancı ($r=.57, p<.01$) arasında pozitif yönlü; akran önemi ($r=-.20, p<.01$) ile negatif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. Kadınlarda *beden izleme* ile kontrol inancı ($r=.43, p<.01$), beden utancı ($r=.54, p<.01$), vücut algısı ($r=.14, p<.01$) ve aile baskısı ($r=.17, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. *Kontrol İnancı puanlarında*: Erkeklerde *kontrol inancı* ile beden utancı ($r=.30, p<.01$), ve kaslılığın içselleştirilmesi ($r=.21, p<.01$) puanları arasında pozitif yönlü istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki vardır. Kadınlarda *kontrol inancı* ile beden utancı ($r=.45, p<.01$), depresyon ($r=.15, p<.01$), ince/düşük yağlı vücutun içselleştirilmesi ($r=.31, p<.01$), kaslılığın içselleştirilmesi ($r=.14, p<.01$), genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.33, p<.01$), aile baskısı ($r=.21, p<.01$), akran önemi ($r=.26, p<.01$) ve medya baskısı ($r=.11, p<.05$) puanları arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. *Beden Utancı puanlarında*, erkeklerde *beden utancı* ile depresyon ($r=.13, p<.05$), ince/düşük yağlı vücutun içselleştirilmesi ($r=.29, p<.01$), kaslılığın içselleştirilmesi ($r=.22, p<.01$), genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.14, p<.05$) ve medya baskısı ($r=.33, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. Kadınlarda *beden utancı* ile ince/düşük yağlı vücutun içselleştirilmesi ($r=.23, p<.01$), kaslılığın içselleştirilmesi ($r=.28, p<.01$), genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.13, p<.05$), aile baskısı ($r=.29, p<.01$), akran önemi ($r=.13, p<.01$) ve medya baskısı ($r=.21, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki vardır.

Tablo 6.
Cinsiyetlere Göre Değişkenler Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi Sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. Beden İzleme	-	.43**	.54**	.14**	.01	.07	.08	.09	.17**	.10	-.10
2. Kontrol İnancı	.42**	-	.45**	.09	.15**	.31**	.14**	.33**	.21**	.26**	.11*
3. Beden Utancı	.57**	.30**	-	.08	.06	.23**	.28**	.13*	.29**	.13*	.21**
4. Beden Memnuniyeti	-.01	.02	-.09	-	-.40**	-.12*	-.17**	.20**	-.29**	-.17**	-.13*
5. Depresyon	-.04	-.01	.13*	-.42**	-	.20**	.27**	.09	.24**	.25**	.24**
6. İnce ve Düşük Yağlı Vücudun İçselleştirilmesi	-.02	.03	.29**	-.02	.24**	-	.36**	.46**	.31**	.32**	.21**
7. Kaslılığın İçselleştirilmesi	.06	.21**	.22**	.10	.14*	.48**	-	.29**	.19**	.19**	.24**
8. Genel Çekiciliğin İçselleştirilmesi	-.11	.09	.14*	.29**	-.12	.35**	.57**	-	-.01	-.02	.07
9. Aile Baskısı	-.10	.02	.08	-.36**	.47**	.36**	.15*	.12	-	.45**	.32**
10. Akran Önemli	-.20**	.08	-.00	-.30**	.27**	.20**	.17**	.11	.49**	-	.33**
11. Medya Baskısı	.03	-.11	.33**	-.32**	.43**	.41**	.34**	.16*	.42**	.38**	-

*p<.05, ** p <.01, *** p <.001

Not: Köşegen altında kalan değerler erkeklere, üstünde kalan değerler kadınlara ait korelasyon katsayılarıdır.

Beden Memnuniyeti puanlarında, Erkeklerde olumlu *beden memnuniyeti* ile depresyon ($r=-.42, p<.01$), aile baskısı ($r=-.36, p<.01$), akran önemi ($r=-.30, p<.01$) ve medya baskısı ($r=-.32, p<.01$) puanları arasında negatif yönlü; genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.29, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki vardır. Kadınlarda olumlu *vücut algısı* ile depresyon ($r=-.40, p<.01$), ince/düşük yağlı vücudun içselleştirilmesi ($r=-.12, p<.05$), kashılığın içselleştirilmesi ($r=-.17, p<.01$), aile baskısı ($r=-.29, p<.01$), akran önemi ($r=-.17, p<.01$) ve medya baskısı ($r=-.13, p<.05$) arasında negatif yönlü; genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.20, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır.

Depresyon puanlarında, Erkeklerde *depresyon* ile ince/düşük yağlı vücudun içselleştirilmesi ($r=.24, p<.01$), kashılığın içselleştirilmesi ($r=.14, p<.05$), aile baskısı ($r=.47, p<.01$), akran önemi ($r=.27, p<.01$) ve medya baskısı ($r=.43, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. Kadınlarda *depresyon* ile ince/düşük yağlı vücudun içselleştirilmesi ($r=.20, p<.01$), kashılığın içselleştirilmesi ($r=.27, p<.01$), aile baskısı ($r=.24, p<.01$), akran önemi ($r=.25, p<.01$) ve medya baskısı ($r=.24, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır.

Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar Ölçeği (SATAQ-4R) alt boyutlarında yer alan katsayılar incelendiğinde, *İnce/Düşük Yağlı Vücutun İçselleştirilmesi* puanlarında Erkeklerde *İnce/düşük yağlı vücudun içselleştirilmesi* ile kashılığın içselleştirilmesi ($r=.48, p<.01$), genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.35, p<.01$), aile baskısı ($r=.36, p<.01$), akran önemi ($r=.20, p<.01$) ve medya baskısı ($r=.41, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. Kadınlarda *İnce/düşük yağlı vücudun içselleştirilmesi* ile kashılığın içselleştirilmesi ($r=.36, p<.01$), genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.46, p<.01$), aile baskısı ($r=.31, p<.01$), akran önemi ($r=.32, p<.01$) ve medya baskısı ($r=.21, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. *Kashılığın İçselleştirilmesi* puanlarında Erkeklerde *Kashılığın içselleştirilmesi* ile genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.57, p<.01$), aile baskısı ($r=.15, p<.05$), akran önemi ($r=.17, p<.01$) ve medya baskısı ($r=.34, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. Kadınlarda *Kashılığın içselleştirilmesi* ile genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.29, p<.01$), aile baskısı ($r=.19, p<.01$), akran önemi ($r=.19, p<.01$) ve medya baskısı ($r=.24, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki vardır. *Genel Çekiciliğin İçselleştirilmesi* puanlarında Erkeklerde *Genel çekiciliğin içselleştirilmesi* ile medya baskısı ($r=.16, p<.05$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. *Aile Baskısı* puanlarında Erkeklerde *Aile baskısı* ile akran önemi ($r=.49, p<.01$) ve medya baskısı

($r=.42$, $p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. Kadınlarda *Aile baskısı* ile akran önemi ($r=.45$, $p<.01$) ve medya baskısı ($r=.32$, $p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. *Akran Önemi* puanlarında Erkeklerde *Akran önemi* ile medya baskısı ($r=.38$, $p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. Kadınlarda *Akran önemi* ile medya baskısı ($r=.33$, $p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır.

3.4. Yaşanan Yer Bakımından Değişkenler Arası İlişkiler

Tablo 7’de yaşanan yere göre değişkenler arasındaki ilişkiye ait korelasyon analizi sonuçları yer almaktadır. İlk olarak Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeğinde elde edilen katsayılar incelendiğinde, *Beden İzleme Puanları*: Kentsel alanda yaşayan bireylerin *beden izleme* puanları ile kontrol inancı ($r=.42$, $p<.01$) ve beden utancı ($r=.56$, $p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. Kırsal alanda yaşayan bireylerde de *beden izleme* puanları ile kontrol inancı ($r=.44$, $p<.01$) ve beden utancı ($r=.56$, $p<.01$) puanları arasında pozitif yönlü istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki vardır. *Kontrol İnancı* puanlarında Kentsel alanda yaşayan bireylerin *Kontrol inancı* puanları ile beden utancı ($r=.38$, $p<.01$), ince/düşük yağlı vücudun içselleştirilmesi ($r=.24$, $p<.01$), kaslılığın içselleştirilmesi ($r=.12$, $p<.05$), genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.24$, $p<.01$), aile baskısı ($r=.15$, $p<.01$) ve akran önemi ($r=.20$, $p<.01$) puanları arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. Kırsal alanda yaşayan bireylerde *Kontrol inancı* puanları ile beden utancı ($r=.38$, $p<.01$), ince/düşük yağlı vücudun içselleştirilmesi ($r=.17$, $p<.05$), kaslılığın içselleştirilmesi ($r=.16$, $p<.05$), genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.20$, $p<.01$) ve akran önemi ($r=.17$, $p<.05$) puanları arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. *Beden Utancı* puanlarında Kentsel alanda yaşayan bireylerin *Beden utancı* puanları ile ince/düşük yağlı vücudun içselleştirilmesi ($r=.26$, $p<.01$), kaslılığın içselleştirilmesi ($r=.16$, $p<.01$), genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.13$, $p<.05$), aile baskısı ($r=.19$, $p<.01$) ve medya baskısı ($r=.25$, $p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. Kırsal alanda bireylerden *Beden utancı* puanları ile ince/düşük yağlı vücudun içselleştirilmesi ($r=.26$, $p<.01$), kaslılığın içselleştirilmesi ($r=.20$, $p<.01$), aile baskısı ($r=.20$, $p<.01$) ve medya baskısı ($r=.28$, $p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır.

Tablo 7.
Yaşanan Yere Göre Değişkenler Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi Sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. Beden İzleme	-	.44**	.56**	.04	-.01	.03	.01	-.05	.05	-.08	-.04
2. Kontrol İnancı	.42**	-	.38**	.04	.11	.17*	.16*	.20**	.12	.17*	.04
3. Beden Utancı	.56**	.38**	-	-.05	.11	.26**	.20**	.10	.20**	.08	.28**
4. Beden Memnuniyeti	.09	.07	.01	-	-.39**	-.12	.01	.24**	-.34**	-.23**	-.23**
5. Depresyon	-.03	.05	.07	-.40**	-	.26**	.28**	.06	.37**	.29**	.31**
6. İnce ve Düşük Yağlı Vücudun İçselleştirilmesi	.07	.24**	.26**	-.07	.15**	-	.29**	.34**	.34**	.24**	.33**
7. Kaslılığın İçselleştirilmesi	.01	.12*	.16**	.01	.21**	.27**	-	.41**	.21**	.27**	.20**
8. Genel Çekiciliğin İçselleştirilmesi	.01	.24**	.13*	.24**	-.02	.41**	.45**	-	.05	.05	.10
9. Aile Baskısı	.07	.15**	.19**	-.31**	.31**	.31**	.11*	.03	-	.46**	.35**
10. Akran Önemli	-.02	.20**	.04	-.19**	.26**	.23**	.24**	.07	.45**	-	.36**
11. Medya Baskısı	-.05	.03	.25**	-.20**	.29**	.26**	.20**	.08	.36**	.30**	-

*p<.05, ** p <.01, *** p <.001

Not: Köşegen altında kalan değerler kentsel alan, üstünde kalan değerler kırsal alanda yaşayanlara ait korelasyon katsayılarıdır.

Beden Memnuniyeti puanlarında Kentsel alanda yaşayan katılımcılarda *beden memnuniyeti* puanları ile depresyon ($r=-.40, p<.01$), aile baskısı ($r=-.31, p<.01$), akran önemi ($r=-.19, p<.01$) ve medya baskısı ($r=-.20, p<.01$) puanları arasında negatif yönlü; genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.24, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki vardır. Kırsal alanda yaşayan katılımcılarda *beden memnuniyeti* puanları ile depresyon ($r=-.39, p<.01$), aile baskısı ($r=-.34, p<.01$), akran önemi ($r=-.23, p<.01$) ve medya baskısı ($r=-.23, p<.01$) puanları arasında negatif yönlü; genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.24, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki vardır.

Depresyon Puanlarında Kentsel alanda yaşayan katılımcıların *Depresyon* puanları ile ince/düşük yağlı vücutun içselleştirilmesi ($r=.15, p<.01$), kaslılığın içselleştirilmesi ($r=.21, p<.01$), aile baskısı ($r=.31, p<.01$), akran önemi ($r=.26, p<.01$) ve medya baskısı ($r=.29, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki vardır. Kırsal alanda yaşayan katılımcıların *Depresyon* puanları ile ince/düşük yağlı vücutun içselleştirilmesi ($r=.26, p<.01$), kaslılığın içselleştirilmesi ($r=.28, p<.01$), aile baskısı ($r=.37, p<.01$), akran önemi ($r=.29, p<.01$) ve medya baskısı ($r=.31, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır.

Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar Ölçeği (SATAQ-4R) alt boyutlarında yer alan katsayılar incelendiğinde, *İnce/Düşük Yağlı Vücutun İçselleştirilmesi* puanlarında Kentsel alanda yaşayan bireylerin *İnce/düşük yağlı vücutun içselleştirilmesi* ile kaslılığın içselleştirilmesi ($r=.27, p<.01$), genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.41, p<.01$), aile baskısı ($r=.31, p<.01$), akran önemi ($r=.23, p<.01$) ve medya baskısı ($r=.26, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. Kırsal alanda yaşayan bireylerin *İnce/düşük yağlı vücutun içselleştirilmesi* ile kaslılığın içselleştirilmesi ($r=.29, p<.01$), genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.34, p<.01$), aile baskısı ($r=.34, p<.01$), akran önemi ($r=.24, p<.01$) ve medya baskısı ($r=.33, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. *Kaslılığın İçselleştirilmesi* puanlarında Kentsel alanda yaşayan bireylerin *Kaslılığın içselleştirilmesi* ile genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.45, p<.01$), aile baskısı ($r=.11, p<.05$), akran önemi ($r=.24, p<.01$) ve medya baskısı ($r=.20, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. Kırsal alanda yaşayan bireylerin *Kaslılığın içselleştirilmesi* ile genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($r=.41, p<.01$), aile baskısı ($r=.21, p<.01$), akran önemi ($r=.27, p<.01$) ve medya baskısı ($r=.20, p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. *Aile Baskısı* puanlarında Kentsel alanda yaşayan bireylerin *Aile baskısı* ile akran önemi ($r=.45, p<.01$)

ve medya baskısı ($r=.36$, $p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. Kırsal alanda yaşayan bireylerin *Aile baskısı* ile akran önemi ($r=.46$, $p<.01$) ve medya baskısı ($r=.35$, $p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. *Akran Önemi* puanlarında Kentsel alanda yaşayan bireylerin *Akran önemi* ile medya baskısı ($r=.30$, $p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır. *Kırsal alanda* yaşayan bireylerin *Akran önemi* ile medya baskısı ($r=.36$, $p<.01$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır.

3.5. Beden Memnuniyetinin Yordayıcılarının Tespitine Yönelik Bulgular

Bu çalışma kapsamında ele alınan tüm değişkenlerin beden memnuniyetini ne derecede yordadığını test etmek amacıyla hem kadın ve erkek örnekleme hem de kırsal ve kentsel bölgelerde yaşayan örnekleme ayrı ayrı ele alınarak incelenmiş ve aşağıda sırasıyla elde edilen bulgular sunulmuştur.

3.5.1. Kadınlar ve Erkeklerde Beden Memnuniyetinin Yordayıcılarının Tespitine Yönelik Bulgular

İlk olarak erkeklerde beden memnuniyetinin yordayıcıları olarak beden kitle indeksi (BKI), nesneleştirilmiş beden bilinci ve görünüme yönelik sosyal tutumlar hiyerarşik regresyon analizi ile ele alınmıştır (Tablo 8). Hiyerarşik regresyon analizi 3 aşamada gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda modele birinci aşamada BKI değişkeni kontrol amacıyla ilk olarak dahil edilmiştir. Birinci model beden memnuniyetinde gözlenen değişkenliğin %1'ini ($R^2 = .01$) açıklamaktadır ve model anlamlı değildir ($F_{(1, 241)} = 3.053$, $p > .05$). Modele ikinci aşamada kendini nesneleştirme ölçümleri olan beden izleme, kontrol inancı ve beden utancı değişkenleri dahil edilmiştir. İkinci model beden memnuniyetinde gözlenen değişkenliğin %2'sini ($R^2 = .02$) açıklamaktadır ve model anlamlı değildir ($F_{(4, 238)} = 1.133$, $p > .05$).

Modele üçüncü aşamada görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçümünün alt boyutları olan ince/düşük yağlı vücutun içselleştirilmesi, kaslılığın içselleştirilmesi, genel çekiciliğin içselleştirilmesi, aile baskısı, akran önemi ve medya baskısı değişkenleri dâhil edilmiştir. Üçüncü model beden memnuniyetinde gözlenen değişkenliğin %32'si açıklamaktadır ($R^2 = .32$) ve model anlamlıdır ($F_{(10, 232)} = 11.069$, $p <$

.001). Üçüncü model sonucunda genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($\beta = .36, p < .001$), aile baskısı ($\beta = -.29, p < .001$), akran önemi ($\beta = -.16, p < .05$) ve medya baskısı ($\beta = -.22, p < .01$) değişkenlerinin beden memnuniyetini anlamlı olarak yordadığı görülmüştür.

Tablo 8.
Erkeklerde Beden Memnuniyeti Puanlarının Yordayıcıları Olarak BKİ, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci ve Görünüme yönelik Sosyal Tutumlar

	B	SH	β	t	p
Model 1					
Sabit	161.031	10.528		15.295	0.000
BKİ	-0.700	0.401	-0.112	-1.747	0.082
$F_{(1, 241)} = 3.053, p > 0.05, R = .11, R^2 = .01$					
Model 2					
Sabit	160.796	12.958		12.409	0.000
BKİ	-0.621	0.407	-0.099	-1.525	0.129
Beden İzleme	0.276	0.417	0.055	0.663	0.508
Kontrol İnancı	0.19	0.389	0.035	0.487	0.626
Beden Utancı	-0.445	0.303	-0.116	-1.469	0.143
$F_{(4, 238)} = 1.333, p > 0.05, R = .15, R^2 = .02$					
Model 3					
Sabit	113.679	14.729		7.718	0.000
BKİ	0.719	0.377	0.115	1.908	0.058
Beden İzleme	0.171	0.382	0.034	0.449	0.654
Kontrol İnancı	-0.040	0.359	-0.007	-0.112	0.911
Beden Utancı	-0.450	0.29	-0.118	-1.549	0.123
İnce ve Düşük Yağlı Vücudun İçselleştirilmesi	0.887	0.541	0.114	1.641	0.102
Kaslılığın İçselleştirilmesi	0.141	0.561	0.019	0.251	0.802
Genel Çekiciliğin İçselleştirilmesi	2.510	0.482	0.358	5.209	0.000
Aile Baskısı	-2.080	0.491	-0.292	-4.236	0.000
Akran Önemi	-0.906	0.377	-0.164	-2.401	0.017
Medya Baskısı	-1.557	0.506	-0.221	-3.077	0.002
$F_{(10, 232)} = 11.069, p < 0.001, R = .57, R^2 = .32$					

Tablo 9’da kadınlarda beden memnuniyeti üzerinde BKİ, nesneleştirilmiş beden bilinci ve görünüme yönelik sosyal tutumların rolünü incelemek amacıyla yapılan hiyerarşik regresyon analizi bulguları yer almaktadır.

Hiyerarşik regresyon analizi 3 aşamada gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda modele birinci aşamada BKİ değişkeni kontrol amacıyla ilk olarak dahil edilmiştir. Birinci model beden memnuniyetinde gözlenen değişkenliğin %1’ini ($R^2 = .01$) açıklamaktadır ve model anlamlıdır ($F_{(1,366)} = 4.425, p < .05$). Birinci modele göre BKİ beden memnuniyetini anlamlı olarak yordamaktadır ($\beta = -.11, p < .05$).

Modele ikinci aşamada kendini nesneleştirme ölçümleri olan beden izleme, kontrol inancı ve beden utancı değişkenleri dahil edilmiştir. İkinci model beden memnuniyetinde gözlenen değişkenliğin %4'ünü ($R^2 = .04$) açıklamaktadır ve model anlamlıdır ($F_{(4,363)} = 3.339, p < .05$). İkinci modele göre BKİ ($\beta = -.12, p < .05$) ve beden izleme ($\beta = .14, p < .05$) beden memnuniyetini anlamlı olarak yordamaktadır.

Modele üçüncü aşamada görünme yönelik sosyo-kültürel tutumların ölçümünün alt boyutları olan ince/düşük yağlı vücutun içselleştirilmesi, Kaslılığın içselleştirilmesi, genel çekiciliğin içselleştirilmesi, aile baskısı, akran önemi ve medya baskısı değişkenleri dâhil edilmiştir. Üçüncü model beden memnuniyetinde gözlenen değişkenliğin %21'ini açıklamaktadır ($R^2 = .21$) ve model anlamlıdır ($F_{(10, 357)} = 9.50, p < .001$). Üçüncü model sonucunda beden utancı ($\beta = .15, p < .05$), ince ve düşük yağlı vücutun içselleştirilmesi ($\beta = -.15, p < .05$), Kaslılığın içselleştirilmesi ($\beta = -.20, p < .001$), genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($\beta = .29, p < .05$) ve aile baskısı ($\beta = -.27, p < .05$) beden memnuniyetini anlamlı olarak yordamaktadır.

Tablo 9.
Kadınlarda Beden Memnuniyeti Puanlarının Yordayıcıları Olarak BKİ, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci ve Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar

	B	SH	β	t	p
Model 1					
Sabit	150.807	5.880		25.647	.000
BKİ	-.486	.231	-.109	-2.104	.036
$F_{(1, 366)} = 4.425, p < 0.05, R = .11, R^2 = .01$					
Model 2					
Sabit	135.231	8.735		15.481	.000
BKİ	-.533	.231	-.120	-2.309	.021
Beden İzleme	.600	.279	.136	2.150	.032
Kontrol İnancı	.242	.272	.053	.887	.376
Beden Utancı	-.092	.264	-.022	-.349	.727
$F_{(4, 363)} = 3.339, p < 0.05, R = .19, R^2 = .04$					
Model 3					
Sabit	113.987	10.137		11.245	.000
BKİ	.045	.224	.010	.201	.840
Beden İzleme	.452	.268	.102	1.687	.093
Kontrol İnancı	.068	.272	.015	.249	.803
Beden Utancı	.598	.264	.145	2.267	.024
İnce ve Düşük Yağlı Vücutun İçselleştirilmesi	-.900	.365	-.150	-2.467	.014
Kaslılığın İçselleştirilmesi	-1.513	.416	-.195	-3.635	.000

	B	SH	β	t	p
Genel Çekiciliğin İçselleştirilmesi	1.877	.382	.286	4.910	.000
Aile Baskısı	-1.644	.357	-.268	-4.601	.000
Akran Önemli	.036	.274	.007	.130	.897
Medya Baskısı	-.066	.280	-.013	-.235	.814
$F_{(10, 357)} = 9.50, p < 0.001, R = .46, R^2 = .21$					

3.5.2. Kentsel Alanda ve Kırsal Alanda Yaşayanlarda Beden Memnuniyetinin Yordayıcılarının Tespitine Yönelik Bulgular

Tablo 10’da kentsel alanda yaşayanlarda beden memnuniyeti üzerinde BKİ, nesneleştirilmiş beden bilinci ve görünüme yönelik sosyal tutumların rolünü incelemek amacıyla yapılan hiyerarşik regresyon analizi bulguları yer almaktadır.

Hiyerarşik regresyon analizi 3 aşamada gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda modele birinci aşamada BKİ değişkeni kontrol amacıyla ilk olarak dahil edilmiştir. Birinci model beden memnuniyetinde gözlenen değişkenliğin %1’ini ($R^2 = .01$) açıklamaktadır ve model anlamlı değildir ($F_{(1, 375)} = 3.671, p > .05$).

Modele ikinci aşamada kendini nesneleştirme ölçümleri olan beden izleme, kontrol inancı ve beden utancı değişkenleri dahil edilmiştir. İkinci model beden memnuniyetinde gözlenen değişkenliğin %2’sini ($R^2 = .02$) açıklamaktadır ve model anlamlı değildir ($F_{(4, 372)} = 2.126, p > .05$).

Modele üçüncü aşamada görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçümünün alt boyutları olan ince/düşük yağlı vücutun içselleştirilmesi, kaslılığın içselleştirilmesi, genel çekiciliğin içselleştirilmesi, aile baskısı, akran önemi ve medya baskısı değişkenleri dâhil edilmiştir. Üçüncü model beden memnuniyetinde gözlenen değişkenliğin %19’unu açıklamaktadır ($R^2 = .19$) ve model anlamlıdır ($F_{(10, 366)} = 8.759, p < .001$). Üçüncü model sonucunda genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($\beta = .32, p < .001$) ve aile baskısı ($\beta = -.25, p < .01$) değişkenlerinin beden memnuniyetini anlamlı olarak yordadığı görülmüştür.

Tablo 10.
Kentsel Alanda Yaşayanlarda Beden Memnuniyeti Puanlarının Yordayıcıları Olarak BKİ, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci ve Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar

	B	SH	β	t	p
Model 1					
Sabit	152.767	6.378		23.952	.000
BKİ	-.472	.246	-.098	-1.916	.056
$F_{(1, 375)} = 3.671, p > 0.05, R = .10, R^2 = .01$					
Model 2					
Sabit	143.593	9.010		15.937	.000
BKİ	-.489	.246	-.102	-1.989	.047
Beden İzleme	.469	.295	.102	1.590	.113
Kontrol İnancı	.283	.279	.058	1.013	.312
Beden Utancı	-.254	.249	-.064	-1.017	.310
$F_{(4, 372)} = 2.126, p > 0.05, R = .15, R^2 = .02$					
Model 3					
Sabit	117.215	10.334		11.342	.000
BKİ	.063	.240	.013	.263	.793
Beden İzleme	.363	.279	.079	1.298	.195
Kontrol İnancı	.160	.272	.033	.590	.556
Beden Utancı	.071	.248	.018	.287	.775
İnce ve Düşük Yağlı Vücudun İçselleştirilmesi	-.600	.367	-.092	-1.638	.102
Kaslılığın İçselleştirilmesi	-.425	.364	-.064	-1.169	.243
Genel Çekiciliğin İçselleştirilmesi	2.108	.385	.317	5.480	.000
Aile Baskısı	-1.610	.378	-.246	-4.256	.000
Akran Önemli	-.264	.279	-.053	-.946	.345
Medya Baskısı	-.473	.312	-.083	-1.514	.131
$F_{(10, 366)} = 8.759, p < 0.001, R = .44, R^2 = .19$					

Tablo 11’de kırsal alanda yaşayanlarda beden memnuniyeti üzerinde BKİ, nesneleştirilmiş beden bilinci ve görünüme yönelik sosyal tutumların rolünü incelemek amacıyla yapılan hiyerarşik regresyon analizi bulguları yer almaktadır.

Hiyerarşik regresyon analizi 3 aşamada gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda modele birinci aşamada BKİ değişkeni kontrol amacıyla ilk olarak dahil edilmiştir. Birinci model beden memnuniyetinde gözlenen değişkenliğin %1’ini ($R^2 = .01$) açıklamaktadır ve model anlamlı değildir ($F_{(1, 232)} = 2.702, p > .05$).

Modele ikinci aşamada kendini nesneleştirme ölçümleri olan beden izleme, kontrol inancı ve beden utancı değişkenleri dahil edilmiştir. İkinci model beden

memnuniyetinde gözlenen değişkenliğin %2'sini ($R^2 = .02$) açıklamaktadır ve model anlamlı değildir ($F_{(4, 229)} = 1.291, p > .05$).

Modele üçüncü aşamada görünüme yönelik sosyokültürel tutumlar ölçümünün alt boyutları olan ince/düşük yağlı vücutun içselleştirilmesi, Kışlılığın içselleştirilmesi, genel çekiciliğin içselleştirilmesi, aile baskısı, akran önemi ve medya baskısı değişkenleri dâhil edilmiştir. Üçüncü model beden memnuniyetinde gözlenen değişkenliğin %21'ini açıklamaktadır ($R^2 = .21$) ve model anlamlıdır ($F_{(10, 223)} = 6.002, p < .001$). Üçüncü model sonucunda genel çekiciliğin içselleştirilmesi ($\beta = .30, p < .001$) ve aile baskısı ($\beta = -.25, p < .01$) değişkenlerinin beden memnuniyetini anlamlı olarak yordadığı görülmüştür.

Tablo 11.
Kırsal Alanda Yaşayanlarda Beden Memnuniyeti Puanlarının Yordayıcıları Olarak BKİ, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci ve Görünüme Yönelik Sosyal Tutumlar

	B	SH	β	t	p
Model 1					
Sabit	154.861	9.373		16.522	.000
BKİ	-.602	.366	-.107	-1.644	.102
$F_{(1, 232)} = 2.702, p > 0.05, R = .11, R^2 = .01$					
Model 2					
Sabit	152.367	12.050		12.644	.000
BKİ	-.630	.370	-.112	-1.702	.090
Beden İzleme	.392	.393	.082	.996	.320
Kontrol İnancı	.272	.377	.053	.720	.472
Beden Utancı	-.414	.318	-.104	-1.303	.194
$F_{(4, 229)} = 1.291, p > 0.05, R = .15, R^2 = .02$					
Model 3					
Sabit	125.257	14.175		8.837	.000
BKİ	-.062	.351	-.011	-.178	.859
Beden İzleme	.273	.379	.057	.721	.472
Kontrol İnancı	.071	.361	.014	.197	.844
Beden Utancı	-.024	.318	-.006	-.076	.939
İnce ve Düşük Yağlı Vücutun İçselleştirilmesi	-.552	.476	-.081	-1.160	.247
Kışlılığın İçselleştirilmesi	-.068	.469	-.010	-.145	.885
Genel Çekiciliğin İçselleştirilmesi	2.054	.475	.304	4.328	.000
Aile Baskısı	-1.672	.476	-.254	-3.513	.001
Akran Önemli	-.323	.367	-.063	-.880	.380
Medya Baskısı	-.663	.422	-.111	-1.573	.117
$F_{(10, 223)} = 6.002, p < 0.001, R = .46, R^2 = .21$					

4. BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu kısım, önceki bölümde sunulan bulguların, çalışmanın amaçları ve literatür kapsamında tartışılmasını içermektedir. Bu tez çalışmasının temel amacı, kentsel ve kırsal alanda yaşayan kadın ve erkeklerde nesneleştirilmiş beden bilinci, vücut algısı, depresyon ve görünüme yönelik sosyal tutum arasındaki farkları incelemektir. Ayrıca, çalışma kapsamında ele alınan değişkenlerin yaşa göre farklılık oluşturup oluşturmadığı da incelenmiştir. Son olarak, değişkenler arasında ilişkiler ile nesneleştirilmiş beden bilinci, vücut algısı ve görünüme yönelik sosyal tutumun, bireylerin beden memnuniyetini ne düzeyde yordadığı cinsiyet ve yaşam yerine bağlı olarak ayrı ayrı olarak ele alınarak incelenmiştir. Elde edilen bulgular aşağıda sırasıyla ele alınarak tartışılmıştır.

4.1. Cinsiyete İlişkin Bulguların Tartışılması

Cinsiyet farklılıklarına yönelik bulgularda, kadınların beden izleme, beden utancı ve ince/düşük yağlı vücutun içselleştirilmesine ilişkin puanlarının erkek katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Kadınların beden izleme ve beden utancı açısından daha yüksek puanlar alması literatür ile uyumlu bir sonuçtur (van Wijk, Huisman ve Kolk, 1999; Aubrey, 2006; McKinley 2006; Chen ve Russo, 2010; Özgüngör ve Arıcıoğlu, 2020). Kendini nesneleştirme kuramı çerçevesinde kadın bedeninin içinde bulunduğu sosyokültürel bağlamda sürekli değerlendirilmesi, bu olumsuz mesajların kadınlar tarafından içselleştirilmesine yol açmakta ve kadınların kendi bedenlerini bakılacak, değerlendirilecek, arzulanacak ve kullanılacak seks objeleri gibi görmelerine sebep olmaktadır (Choma, Shove, Busseri, Sadava ve Hosker, 2009). Literatürdeki çalışmalara bakıldığında kendini nesneleştirmeye dayalı içselleştirmelerin kadınlarda daha erken yaşlardan itibaren oluşmaya başladığı görülmektedir. Örneğin, Grabe, Hyde ve Lindberg (2007) 11 yaşındaki kızlarda dahi kendini nesneleştirme ve beden utancının görüldüğünü ve bunun akran erkeklerden daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Başka bir çalışmada da kendini nesneleştirme, vücut gözetimi, utancı ve görünüş anksiyetesi 12 yaşındaki kız çocuklarında da görülmüştür (Adams, Behrens, Gann ve Schoen, 2017). Bazı araştırmalar dış görünüşlerinden memnun olan kadınların bile görünümlerini izlemeye büyük bir bilişsel yatırım yaptıklarını göstermektedir (Grabe ve ark., 2007). Erkeklerin dış görünüşlerine yönelik yaptığı yatırımların kadınlara göre daha düşük olması ve buna bağlı olarak erkeklerin görünümle ilgili daha az sosyal karşılaştırmalar

yapması (Halliwell, 2012; Sheldon, 2013), kendini nesneleştirme ve başkalarını nesneleştirmenin kadınlarda erkeklere kıyasla daha yüksek olması (Lindner, 2010) ve kendini nesneleştirme deneyimlerinin kadınları erkeklerden daha fazla etkilemesi (Moya-Garofano ve Moya, 2019) göz önünde bulundurulduğunda; kadınların beden izleme, beden utancı ve ince/düşük yağlı vücudu içselleştirme deneyimleri bakımından erkeklerden daha yüksek sonuçlar alması beklendik bir durumdur.

Çalışmada depresyon, genel çekiciliğin ve kaslılığın içselleştirilmesi ile akran önemine ilişkin puanların kadınlara kıyasla erkek katılımcılarda daha yüksek olduğu görülmüştür. Bazı çalışmalara göre, genel anlamda kadınların erkeklerden daha yüksek depresyon düzeyine sahip oldukları bilinmektedir (Albert, 2015). Fakat Culbertson (1997) tarafından yapılan başka bir araştırmada, özellikle 20-30 yaş arası erkeklerde kadınlardan daha fazla depresyon görüldüğü bildirilmiştir. Bazı araştırma sonuçları ise erkeklerde obezite ile depresyon arasında önemli bir ilişkinin bulunduğunu ve bunun erkekler arasında depresyon görülme sıklığını arttırdığını göstermektedir (Dolatian, Arzaghi, Qorbani ve Pishva, 2017). Kaslılığın içselleştirilmesinde erkek katılımcıların puanlarının kadınlara kıyasla daha yüksek olması ve diğer yandan ince/düşük yağlı vücudun içselleştirilmesinde kadın katılımcıların puanlarının erkeklere göre daha yüksek olmasının, cinsiyete dayalı dış görünüş ideallerinin toplum tarafından öğretilmesiyle uyumlu olduğu ve bunun diğer bazı çalışmalarda da belirtildiği görülmektedir (Rodgers, Kruger, Lowy, Long ve Richard, 2019).

Literatürde bireylerin dış görünüşlerine yönelik sosyal karşılaştırmalar yapmasının daha olumsuz beden memnuniyetiyle ve buna bağlı gelişebilecek çeşitli psikolojik sorunlarla ilişkili olduğu belirtilmektedir (Halliwell, 2012). Çalışmanın önemli bulgularından biri olan, erkeklerde beden utancı ile depresyon arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olması da bu anlamda dikkat çekici bir sonuçtur. Diğer bir deyişle, erkeklerde beden utancı arttıkça, depresyon düzeyi de artmıştır, fakat kadınlarda beden utancı depresyon ile ilişkili bulunmamıştır. Bireylerde depresyonun beden utancı ile ilişkili olması literatür tarafından da desteklenmektedir. Örneğin, Jones ve Griffiths (2015) tarafından yapılan bir çalışmada, depresyonun beden utancı ile görünüme yönelik kaygı arasında aracı bir rol oynayabileceği gözlenmiştir. Ayrıca literatürde erkeklerde beden utancı ile depresyon arasında pozitif yönlü ilişki bulan çalışmalar olmakla birlikte (Jones ve Griffiths, 2015; Carrillo, 2018), kadınlarda beden utancı ile depresyon arasında ilişki bulmayan çalışmalar da yer almaktadır (Hamilton, 2008). Fakat beden utancının

erkeklerle kıyasla kadınlarda daha fazla görüldüğü bulgusu ile burada elde edilen bulgu örtüşmeyerek ilginç bir sonuç olarak dikkat çekmekle birlikte bu bulgunun belirli sosyokültürel temellere dayanabileceği düşünülmektedir. Morrison ve arkadaşlarının (2004) çalışması, kendini nesneleştirmenin ve beden imajının hem erkekler hem de kadınlar için geçerli olduğunu; etkilenme düzeyleri bakımından kadınların kendini nesneleştirme konusunda daha hassas ve ileride olduklarını bildirmektedir. Akın ve Demirel (2003) tarafından yapılan başka bir çalışmada, bireylere yüklenen toplumsal cinsiyet rolleri itibarıyla da toplumsal etkinin hem kadın hem de erkekler üzerinde mevcut olduğunu, ancak kadınlar üzerindeki belirleyicilik etkisinin daha yüksek olduğu söylenmektedir. Yağmurcu'nun (2015) bulguları da bunu kısmen destekler; buna göre beden izleme ve kendini nesneleştirmede bir cinsiyet farkı olmadığı, ancak kadınların erkeklerle nazaran beden utancını daha yüksek yaşadığı tespit edilmiştir. Fakat genel olarak erkeklerin kadınlara kıyasla bedenlerini daha az izledikleri ve bedenlerinden daha az utandıkları (Grabe ve ark., 2007; McKinley, 1998) ve kendini nesneleştirme deneyiminden (Chen and Russo, 2010) daha az etkilendikleri bilinmektedir. Ayrıca, ülkenin kültürünün de depresyondaki kadın erkek farklılıklarının oluşmasında önemli bir etken olduğu düşünülmektedir (Culbertson, 1997). Bu çalışmada beden utancına bağlı depresyon ölçümü yerine genel depresyon ölçümü alınmıştır. Dolayısıyla, mevcut sonucu son yıllarda yaşanan birtakım toplumsal olaylarla (örn., pandemi, ekonomik sıkıntılar vb.) birlikte hem kadınların hem de erkeklerin depresyon düzeyinde bir artışın olabileceği, ancak kadınların psikolojik yardım aramaya erkeklerden daha istekli olması sebebiyle sağlık kuruluşlarına başvurma oranlarının daha fazla olabileceği (Culbertson, 1997) bağlamında değerlendirmek bu konuda üzerinde durulması gereken başka bir olasılıktır. Böylece bu çalışmada erkeklerde depresyonun daha fazla görülmesi, çeşitli kişisel faktörlerle açıklanabileceği gibi yukarıda bahsedilen psikolojik yardım alma ve veritabanlarına kayıt olma oranlarının azlığı ile ilgili ihtimalleri akla getirmektedir. Öte yandan çalışmanın diğer bulgularına bakıldığında hem erkek hem kadın katılımcılarda, depresyon ile ince/düşük yağlı vücutun içselleştirilmesi, kaslılığın içselleştirilmesi, aile baskısı, akran önemi ve medya baskısı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Buradan hareketle erkeklerdeki depresyon düzeyinin artmasının, görünüme yönelik sosyal tutumların ilgili alt boyutlarının içeriğindeki artışla da ilişki olduğu söylenebilir. Ayrıca bazı çalışmalarda depresyonun belirleyicilerinin erkeklerde ve kadınlarda farklı olduğu ileri sürülmektedir. Buna göre ekonomik açıdan cinsiyet eşitsizliklerinin kadınları dezavantajlı konuma getirmesi onlar için depresyon kaynağı

olurken; toplumsal cinsiyete dayalı sosyal ilişki kalıpları ise erkekleri dezavantajlı hale getirerek bir depresyon kaynağı olarak görülmektedir (Elliott, 2001). Öte yandan medyada erkek bedenine yönelik idealleştirmelerin artması, erkeklerin kusursuz bir beden arayışına girmesine yol açabilmekte ve bu durum özellikle erkek çocuklarda depresyon oluşturabilmektedir (Grabe ve ark., 2007). Depresyon konusunda ortaya çıkan farklılığın çalışılan örneklemde kaynaklanıp kaynaklanmadığı da ayrıca araştırmaya değer bir konudur. Ayrıca, literatürdeki bazı çalışmalarda görüldüğü üzere “ideal” erkek bedeni algısının giderek daha kaslı ve keskin hatlara sahip bir karakter taşıyor olması (Strelan ve Hargreaves, 2005, s. 496), erkeklerin beden memnuniyetinin kadınlara kıyasla kaslılığı içselleştirme düzeyleri ile daha çok ilgili olacağı varsayılmaktadır. Çalışmada hem kadınlarda hem de erkeklerde beden memnuniyeti arttıkça, kişilerin genel çekiciliği içselleştirme düzeylerinin de arttığı görülmekte, bireyler genel çekiciliği önemsedikçe beden memnuniyetleri artış göstermektedir. Özellikle son dönemlerde sosyal medya platformlarında (Instagram, Facebook vb.) bedene yüklenen anlamın en az kadınlar kadar erkekler için de değerli hale gelmesinin (Özgüngör ve Arıcıoğlu, 2020), genel çekiciliğin ve akran öneminin erkekler için de önemli olduğunu göstermesi açısından dikkat çekici olabileceği düşünülmektedir. Bazı çalışmalarda, son zamanlarda erkeklerin maruz kaldığı ağırlık kaldırmak, steroid kullanmak, bronzlaşmak, erkeklere özel kozmetik ürünleri kullanmak gibi çekiciliğe yönelik ritüeller aracılığıyla erkeklerin de günümüzde belirli beden standartlarına uyum göstermek için çabaladıkları ve böylece kadınlar kadar yüksek düzeyde olmasa da kendini nesneleştirme eğilimi gösterdikleri söylenmiştir (Aubrey, 2006; Vandenbosch ve Eggermont, 2012). Kadınlar için ise özellikle ince/düşük yağlı vücudu içselleştirmenin medya baskısı ve beden memnuniyetsizliği arasındaki ilişkide aracı rolde olduğu öne sürülmektedir (Myers ve Crowther, 2007). Buna göre ince ve zayıf beden ideallerini içselleştirmeleri kadınların beden memnuniyetsizliği geliştirmesinde rol oynamaktadır.

Çalışmada kadın katılımcılarda, erkeklerden farklı olarak, beden utancı ile genel çekiciliğin içselleştirilmesi, aile baskısı ve akran önemi arasında pozitif yönlü bir ilişkili bulunmuştur. Bu bulguya dayanarak kadınların beden utancı yaşamasında ve bunun bir sonucu olarak bedenlerini nesneleştirmesinde, erkeklere kıyasla, çevredekilerin görüş ve yorumlarından daha fazla etkilendikleri söylenebilir. Geleneksel aile yapılarında kız ve erkek çocuklarını yetiştirme bağlamında farklı tutumlar sergilendiği ve bunun da ilişkileri etkilediği bulunmuştur (Kılıç, 2013). Bu durum, çocukların beden imajları konusunda da geçerlidir. Kadının fiziği, kişiliğinde merkezi bir yere sahipmiş gibi kültürel bir algı

hakimdir (Adams ve ark., 2017). Literatürde bireylerin beden imajını etkileyen değişkenlerin hem kişinin kendisi hem de çevresi (ebeveynler, kardeşler, arkadaşlar gibi) olabildiği belirtilmektedir. Kadınlar erkeklere kıyasla bu tip mesajları ebeveynlerinden, arkadaşlarından ve medyadan çok daha sık alırlar (Frederick, Forbes, Grigorian ve Jarcho, 2007; Calogero, 2013; Calego ve Jost, 2011). Özellikle akran gruplarının öneminin, kadınların hayata katılımında arkadaş desteği almasının ya da dışlanmasının, beden memnuniyetini zedelediği veya olumlu etkilediği daha önce gözlenmiştir (Hockey, Milojev, Sibley, Donovan ve Barlow, 2021). Bu bağlamda çocukluktan itibaren bireyler kültürel sosyalizasyon yoluyla toplumsal cinsiyete yönelik pek çok bilgi öğrenirler (Cash, 2012). Örneğin, kadınların daha çok dış görünüşle ve kilo ile ilgili konulardan bahsetmesi ve birbirlerinin kilosuyla ilgili rahatlıkla yorum yapabilmesi kız çocuklarına da kültürel sosyalizasyon yoluyla geçer. Buradan hareketle aile baskısı ve akran önemi arttıkça, beden utancının da artmasının kuvvetle muhtemel olduğu söylenebilir. Kadınların sosyokültürel açıdan belirli beden normlarıyla karşılaşmalarının ve buna bağlı kaygı geliştirmelerinin erkeklerden daha olağan olduğunu (Hargreaves ve Tiggemann, 2009), dolayısıyla kadınların sosyal değerlendirmeye daha açık olduklarını (Thompson ve Stice, 2001) belirten çalışmalar da mevcuttur. Dolayısıyla kadınlarda beden utancının artması, dış görünüşleri konusunda ailelerinin ve arkadaşlarının yorum yapması ile ilişkili görülmektedir. Ancak, beden memnuniyetini yordayan değişkenler cinsiyete bağlı olarak hiyerarşik regresyon analizi ile incelendiğinde hem kadınlarda hem de erkeklerde; genel çekicilik beden memnuniyetini pozitif yönde yordarken, aile baskısı beden memnuniyetini negatif yönde yordamıştır. Dolayısıyla, kişilerin cinsiyetine bağlı olmaksızın kendi genel çekiciliklerine yönelik algısı, beden memnuniyetini olumlu yönde etkilerken, bedene yönelik aile baskısı olumsuz yönde etkilemektedir. Bunun yanı sıra sadece erkek örnekleme akran ve medya baskısının beden memnuniyetini yordaması ile sadece kadın örnekleme kaslılığın beden memnuniyetini yordaması beklendik bir sonuç olmamakla birlikte, kadın örnekleme beden utancının ve inceliğin beden memnuniyetini yordaması beklendik bir sonuçtur. Buna göre görünüme yönelik sosyal tutumların beden memnuniyeti üzerinde bu kadar etkili olmasının ve bireylerin idealize edilen bedenlere yönelik karşılaştırmalar yapmasına sebebiyet vermesinin aslında bireylerin seçtiği bir şey olmadığını; onların yapmaya zorlandığı bir şey olduğunu söylemek mümkündür (Fardouly, Diedrichs, Vartanian ve Halliwell, 2015).

Nesneleştirilmiş beden bilincinin bir başka önemli alt boyutu olan beden izleme de, değişkenler arasındaki ilişkiler açısından cinsiyetlere göre farklılıklar göstermektedir.

Bu çalışmada erkeklerde beden izleme ile akran önemi arasında negatif yönlü; kadınlarda ise beden izleme ile vücut algısı ve aile baskısı arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Buna göre erkeklerde akran önemi arttıkça, beden izlemesi azalmaktadır. Literatürde benzer şekilde bazı çalışmalarda erkeklerde beden memnuniyetinin oluşmasında erken yaştan itibaren akranlarla kurulan ilk ilişkilerin önemli olduğu, bunun ileriki yaşlarda oluşması muhtemel beden algısını öngörmeye yardımcı olduğu ve kurulan destekleyici ilişkilerin beden memnuniyetini olumlu etkilediği ifade edilmektedir (Holsen, Jones ve Birkeland, 2012). Başka bir çalışmada akranlarla kurulan bu erken dönem destekleyici ilişkilerin beden ile ilgili mükemmeliyetçi yaklaşımları azalttığı öne sürülmektedir (Ferreira, Marta-Simoes ve Trindade, 2016). Bu açıdan bakıldığında mevcut bulgunun, erkeklerin akranlarıyla kurduğu ilişkileri kadınlardan farklı değerlendirmelerinin bir sonucu olarak ortaya çıktığı söylenebilir. Öte yandan erkeklerin bireysel problemlerini başkalarıyla konuşmaya daha az istekli olması, yaşıtlarıyla daha az sosyal karşılaştırma yapması ve kadınlara kıyasla daha az yakın arkadaş ilişkisine sahip olması da akran etkisini kadınlara kıyasla üzerlerinde daha az hissetmeleri ile ilişkili olabileceği (Sheldon, 2013) için beden izleme düzeylerinin de azalmasına yol açıyor olabileceği düşünülmektedir.

Kadınlarda beden memnuniyetinin artmasıyla birlikte beden izlemenin artması bulgusu, yüksek oranda dış görünüş gözetimi yapan kadınların, görüntülerinde algılanabilecek kusurları daha çok problem edeceğinden dolayı düşük beden memnuniyetine sahip olma olasılığı nedeniyle genel olarak literatürde destek bulamasa da, Snyder (2012) tarafından yapılan bir çalışmada yüksek beden memnuniyetinin, yüksek beden utancı ve beden izleme ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Öte yandan literatürde, kendini gözlemlene düzeyi yüksek olan kadınlarda gösteriş yapabilecekleri ürünleri seçme eğilimi olduğu ve özellikle başkalarını memnun etmek için ürünler satın aldıklarını gösteren sonuçlar mevcuttur (Shavitt, Lowrey ve Han, 1992). Bu bağlamda bedenlerini izlemek ve başkalarından olumlu geri bildirim almak kadınlarda beden memnuniyetini olumlu yönde etkileyebileceği söylenebilir.

Çalışmada kontrol inancında cinsiyete bağlı olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Yani, kadın ve erkekler arasında genetik bazı özelliklerine rağmen toplumun belirlediği güzellik normlarına ulaşabilmek adına bedenlerinin görünüşü üzerinde kontrol sahibi olduğuna dair inanç, anlamlı olarak değişmemektedir. Benzer şekilde Özgüngör ve Arıcıoğlu (2020) tarafından yapılan çalışmada kontrol inancı

değişkeni açısından kız ve erkek öğrenciler arasında bir fark görülmemiştir. Öte yandan değişkenler arası ilişkilere bakıldığında erkeklerde kontrol inancı ile kaslılığın içselleştirilmesi arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunurken, kadınlarda erkeklerden farklı olarak kontrol inancı ile depresyon, ince/düşük yağlı vücutun içselleştirilmesi, genel çekiciliğin içselleştirilmesi, aile baskısı, akran önemi ve medya baskısı arasında pozitif yönlü bir ilişki saptanmıştır. Literatüre bakıldığında kadınlarda kontrol inancının düşmesinde, aile ve akranlar kadar medyanın da çok önemli bir konumda yer aldığı görülmektedir. Özellikle günümüzde sosyal medyada görünümle ilgili fotoğraf etkinliğinin artması, bireylerde artan görünüm karşılaştırmasına ve vücut ideallerini daha fazla içselleştirmeye yol açmıştır (Fardouly ve Vartanian, 2015). Dolayısıyla medya baskısını üzerinde daha çok hisseden ve kendini diğerleriyle karşılaştırmaya eğilim gösteren kadınların kontrol inançlarının da olumsuz etkilenmesi muhtemeldir. Kendini nesneleştirmede önemli bir faktör olarak kabul edilen kontrol inancının, kadınlarda depresyon ile pozitif yönlü anlamlı ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar da vardır (Jones ve Griffiths, 2015). Diğer yandan kadınlardan farklı olarak erkeklerde kaslılığın içselleştirilmesiyle birlikte kontrol inancının düşmesi de beklenen bir sonuçtur. Literatürde kadınların ince vücut ideallerini içselleştirmeye, erkeklerin ise kaslı vücut ideallerini içselleştirmeye daha eğilimli olduğu görülmektedir (Thompson, Schaefer ve Menzel, 2012). Erkekler açısından ideal olarak görülen kaslı olma gibi bedensel özellikler içselleştirildikçe daha değerli görülmekte ve bu durumun görünümüne yönelik denetleme düzeyinde artışa neden olduğunu söylenmektedir (McKinley, 2006; akt., Yağmurcu ve Tosun). İnce vücut ideallerinin içselleştirilmesinin Asyalı kadınlarda Avrupalı kadınlara kıyasla daha yüksek olduğunu gözlemleyen Stojcic, Dong ve Ren (2020), bu durumun erkek egemen toplumlarda daha da güçlendirildiğini ve aşırı incelik ideali ile sonuçlandığını belirtmektedir. Buna karşın Yang, Gray ve Pope (2005) tarafından Amerika ve Tayvan’da yaşayan erkeklere yönelik yapılan çalışmada, dergilerin erkek kapak modelleri karşılaştırılmış ve Tayvanlı erkeklerin daha az beden memnuniyetsizliği gösterdiği bulunmuştur. Böylece Batı toplumlarında erkeklerin medya yoluyla gittikçe daha kaslı ve fit bir bedenle eşleştirmesi ve “evin reisi” gibi geleneksel rollere verilen değerlerin azalması, erkeksiliği kaslı bir beden üzerinden yorumlamalarına yol açmış olabilir.

4.2. Yaşam Yerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Katılımcıların yaşam yerlerine (kentsel/kırsal) bağlı olarak bu araştırma çerçevesinde ele alınan hiçbir değişken için (nesneleştirilmiş beden bilinci, vücut algısı, depresyon ve görünüme yönelik sosyal tutumlar) gruplar arasında bir farklılık elde edilmemiştir. Çalışmada kırsal ve kentsel alanlar arasında anlamlı bir farklılığın elde edilmemesindeki en büyük nedenin, çalışmanın örnekleminin yaklaşık %62'sinin kentsel alandaki bireylerden, %38'inin ise kırsal alandaki bireylerden oluşması ve buna bağlı olarak kırsal alandaki örneklemin kapsamının yeterince iyi temsil edilememesi olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda kırsal alanda yer alan köylerden ve kent merkezlerinden toplanan veri oranları arasındaki eşitsizliğin de beklenen farklılığın oluşmasının önündeki diğer bir engel olduğu söylenebilir. Çünkü kırsal alandaki kent merkezinde yaşayan bireyler her ne kadar kentsel alanın şehir merkezinde yaşamasalar da kentsel imkanlara aynı oranlarda erişim sağlayabilir. Günümüzde internet ve sosyal medyaya kentsel alanda yaşayan bireyler kadar erişim sağlayabilen kırsal alandaki kent merkezlerinde yaşayan bireylerin bu çalışmada kırsal alandaki örneklemin büyük bir kısmını oluşturması ve kırsal alandaki kent merkezinde yaşayanlara kıyasla bu imkanlara daha az erişim sağlayan kırsal alandaki merkeze uzak yerleşim yerlerinde yaşayan bireylerin (Gürsoy ve Dodurka, 2016; Bozkurt, 2019) bu çalışmada yeterince iyi temsil edilememiş olması, ilgili çalışma değişkenleri açısından yaşam yerine bağlı farklılıkların görülmemesini açıklayabilir. Aynı şekilde kentsel alandaki örnekleminde de doğrudan kentsel alanda yer alan fakat daha kırsal özellikler gösteren yerleşim yerlerine gidilmemesi ve daha çok büyükşehirlerin merkezlerinden veri toplanması da beklenen farklılığın önündeki engellerden biri olarak kabul edilebilir. Öte yandan veri toplanan örneklemin eğitim bilgilerine bakıldığında, ilköğretim ve orta öğretim mezunu olanların oranının %5 civarında olması da yine özellikle kırsal alanda eğitim durumu açısından istenilen örnekleme ulaşılamadığını göstermektedir. Çünkü kırsal kesimin karakteristik özellikleri arasında eğitim ve istihdamın yetersizliği ve hizmetlere erişimdeki problemler yer almaktadır (T. C. Kalkınma Bakanlığı, 2018). Çalışmada ilkokul ve orta öğretim mezunu olan katılımcıların oranlarının Türkiye genelindeki ilkokul ve orta öğretim mezunu olan bireylerin sayısına kıyasla daha düşük çıkma sebebinin, tez çalışmasının çevrimiçi ortamda gerçekleştirilmesi olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda çalışmada ulaşılan örneklemin genel olarak internete erişimi olan ve halihazırda sosyal medyayı aktif kullanan örneklemini temsil ettiği görülmekte, dolayısıyla eğitim düzeylerinin belli bir seviyenin üzerinde olduğu anlaşılmaktadır. Kırsal Kalkınma Özel İhtisas Komisyonu

Raporu'na (2018) bakıldığında kırsal ve kentsel alanda eğitime ve teknolojiye erişim açısından farklılıkların olduğu görülmekte; nüfusunun çoğunluğunu ilköğretim mezunlarının ve okur-yazar olan/olmayan bireylerin oluşturduğu köylerde uzaklık ve düşük nüfus nedeniyle bireylerin bilgi teknolojilerine, kültürel ve sosyal ihtiyaçlara erişiminin kısıtlı olduğu bilinmektedir. Ancak çalışmadaki sosyo-demografik özelliklere ilişkin bilgilere bakıldığında kentsel ve kırsal alan arasında çok büyük farklılıkların olmadığı, bu yaşam yerlerine ilişkin karakteristik özelliklerin tam olarak karşılanamadığı görülmektedir. Çalışılan örneklemin hem kentsel hem kırsal alanda sosyal medyayı, teknolojiyi ve interneti aktif kullanan, eğitim düzeyi yüksek bireylerden oluşması, örneklem niteliklerinin kendiliğinden şekillenmesine neden olmuş ve böylece yaşam yerine ilişkin grup farklılıklarının görülmesini engellemiştir. Bu bağlamda çalışma kapsamında eğitim ve teknoloji gibi imkanlara sahip olan kişiler arasında çalışma değişkenleri açısından anlamlı bir farklılığın olmadığını, fakat olanaklara erişimi olmayan köy yerleşim yerlerindeki bireylere ulaşılması durumunda gruplar arasında farklılık oluşup oluşmayacağına da araştırmaya değer bir konu olabileceği söylenebilir.

Değişkenler arası ilişkiler incelendiğinde büyük kentlerde yaşayan katılımcılarda, kırsal bölgede yaşayanlardan farklı olarak bedene yönelik kontrol inancı ile aile baskısı arasında pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Kendini nesneleştirmenin bir boyutu olan kontrol inancında, kişilerin puanlarının yüksek olması, bedenleri üzerindeki kontrollerine yönelik inançlarının düşük olmasıyla karakterizedir. Dolayısıyla mevcut bulguya dayanarak büyük kentlerde yaşayan kişilerin aile baskısını üzerlerinde daha fazla hissetmeleri ile kontrol inançlarının düştüğünü söylemek mümkündür. Bu sonucu, kırsal alandaki örnekleme bireylerin bedenlerine yönelik aile baskısından ve yakın çevrelerinin olumsuz yorumlarından daha az etkilenebileceği ile açıklamak mümkündür. Çağdaş Batı dünyasında özellikle kadınların bir çeşit “beden değiştirme kültürüne” dalmış oldukları ve bunu beden memnuniyetini olumsuz etkileyecek yaşam olaylarına yönelik bir önlem olarak yaptıkları görülmektedir (Lee, Damhorst ve Ogle, 2009). Dolayısıyla daha çok Batı kültüründen izler taşıyan kentsel alanda bireylerin, başkalarının bedenleri hakkındaki düşüncelerine önem verdikçe bedenlerini değiştirmeye çalışması; dolaylı yoldan bedenleri üzerindeki kontrol inancını kırsal alanda yaşayan bireylere kıyasla daha fazla etkilediği düşünülmektedir. Benzer şekilde kentsel alanda yaşayan katılımcılarda beden utancı ile genel çekiciliğin içselleştirilmesi arasında da pozitif yönlü anlamlı bir ilişki elde edilmiştir. Genel çekiciliği içselleştirmek, güzel ya da yakışıklı görünmeye yönelik yoğun bir çaba olarak

ifade edilebilir. Bu açıdan bakıldığında kırsal kesime kıyasla büyük kentlerdeki kişilerin genel çekiciliği içselleştirdikçe beden utancını daha çok duyumsayacaklarına yönelik bir eğilim olduğu söylenebilir. Ancak, genel çekiciliğin içselleştirilmesi hem kırsal alanda hem de kentsel alanda vücut algısı (beden memnuniyeti) ile pozitif yönlü bir ilişkiye sahiptir. Bu doğrultuda da beden memnuniyetini yordayan değişkenler yaşam yerine bağlı olarak hiyerarşik regresyon analizi ile incelendiğinde hem büyük kentte hem de kırsal bölgede yaşayanlarda genel çekiciliğin beden memnuniyetini pozitif yönde yordarken, aile baskısının negatif yönde yordadığı görülmüştür. Dolayısıyla, kişilerin yaşam yerine bağlı olmaksızın kendi genel çekiciliklerine yönelik algıları beden memnuniyetini olumlu yönde etkilerken, bedene yönelik aile baskısı beden memnuniyetini olumsuz yönde etkilemektedir. Benzer bir bulgu cinsiyet açısından değişkenler arası ilişki incelendiğinde de görülmüştür. Erkeklerde ve kadınlarda vücut algısı ile genel çekiciliğin içselleştirilmesi arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuş; beden memnuniyeti arttıkça, kişilerin genel çekiciliği içselleştirme düzeylerinin de arttığı, bireyler genel çekiciliği önemsedikçe de beden memnuniyetlerinin artış gösterdiği görülmüştür. Burada kişinin bedenini sevmesini, kabul etmesini ve takdir etmesini beden memnuniyeti olarak tanımlamak (Tylka ve Wood-Barcalow, 2015) gerekirse; çekiciliğe yönelik yapılan içselleştirmelerin de kişinin beden algısını olumlu etkileyebileceğini söylemek mümkün olacaktır. Öte yandan bazı çalışmalar ideal beden algısının içselleştirilmesinin de beden memnuniyeti ile doğrudan ilişkili olmadığını söylemektedir (Tiggemann, 2015; Lee ve Lee, 2021). Konuyla ilgili kentsel ve kırsal alanda yapılan çalışmalar oldukça azdır. İleride beden algısı, kendini nesneleştirme ve görünüme yönelik sosyal tutumlar bağlamında yapılacak olan araştırmaların kentsel ve kırsal alandaki örneklem üzerinde yoğunlaşması literatüre anlamlı katkılar sağlayacaktır.

4.3. Yaşa İlişkin Bulguların Tartışılması

Çalışmada ele alınan nesneleştirilmiş beden bilinci, vücut algısı, depresyon ve görünüme yönelik sosyal tutum değişkenleri açısından, yaşa bağlı farklılıklar olup olmadığı incelenmiş ve sadece genel çekiciliğin içselleştirilmesinde anlamlı bir farklılık elde edilmiştir. Buna göre; 36 ve üzeri yaş grubunun, daha genç yaş grubuna (18-25 yaş) kıyasla genel çekiciliğin içselleştirilmesinde daha yüksek puanlar aldığı görülmektedir. Bu bulgu beklentinin aksine olmakla birlikte ortalama arasında farkların etki gücü oldukça düşüktür. Dolayısıyla her ne kadar bu anlamdaki farklılık da gerçek bir farklılık olmasa da, daha genç yaş grubunun fiziksel gelişimini tam olarak tamamlamaması

sebebiyle genel çekicilik açısından daha olumsuz görüşlere sahip olmasının da muhtemel olduğu söylenebilir. Bu anlamda, Murray ve Lewis'in (2014) çalışmasında, özellikle genç yetişkinlerde (17-29 yaş arası) kas tatminsizliği ve boy uzunluğu tatminsizliği gibi unsurların, orta yetişkinlerden (30-49 yaş arası) ve ileri yetişkinlerden (50-71 yaş arası) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde yaşça daha büyük bireylerde, gençlere kıyasla beden memnuniyetinin daha fazla olduğunu belirten çalışmalar (Mellor, Fuller-Tyszkiewicz, McCabe ve Ricciardelli, 2010; Peat, Peyerl, Ferraro ve Butler, 2011) da mevcuttur. Öte yandan yaşlı erkeklerin kendini nesneleştirme riskiyle karşılaşabilmelerini (Bennett, Hurd, Pritchard, Colton ve Crocker, 2020) ve hem kadınların hem de erkeklerin ileri yaşlarında kilo ile daha çok meşgul olduklarını (Pila, Solomon-Krakus, Egelton ve Sabiston, 2017) gösteren çalışmalar, çekicilikle ilgili yoğunlaşan uğraşın içselleştirmeye yol açabileceğini akla getirmektedir. Literatürde, medyadaki ideal beden tasvirlerinin, doğrudan hedef almasa da, yaşlı grubun beden memnuniyetini etkileyebileceğini söyleyen bulgular da mevcuttur (Cash, 2017). Sanchez-Cabrero, León-Mejía, Arigita-García ve Maganto-Mateo (2019) tarafından yapılan bir çalışmada, 50 yaş ve üzeri insanların da daha alt yaş gruplarına benzer şekilde, beden ile ilgili yoğun bir kaygıya sahip olduğu ve daha düşük yaş gruplarına benzer bir beden memnuniyetsizliği düzeyine ulaşabildiği söylenmektedir.

Öte yandan kendini nesneleştirme, vücut algısı ve depresyon düzeyi gibi hususlarda yaşın etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmaması, sıklıkla rastlanan ve beklenen bir durum değildir ve çalışma açısından dikkat çekici olduğu açıktır. Çünkü genç yaşlarda hissedilen toplumsal cinsiyet rol baskısı, genç yaşlarda tecrübe edilen kendini nesneleştirme ve vücut algısı (Tiggeman ve McCourt, 2013), yine genç yaşlarda hissedilen depresyon düzeyi ile bu konularda ileri yaşlarda hissedilen ve tecrübe edilen düzeylerin aynı olması (Lawton, Kleban ve Dean, 1993) ve yaş grupları arasında önemli bir farklılık bulunmaması, literatürdeki genel bulgular ışığında sıklıkla rastlanılan ve beklenen bir durum değildir. Ancak, bu durumun mevcut çalışmada yaş aralıklarının birbirine daha yakın olacak şekilde sınıflandırılarak genç yetişkin ve orta yetişkin dönemlerini temsil ediyor olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. İleriki çalışmalarda yaş aralığının daha geniş tutulması literatüre daha derinlemesine katkı sağlayacaktır.

4.4. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Gelecek Çalışmalar İçin Öneriler

Araştırmaya üç kentsel alan (Ankara, İstanbul, İzmir), üç kırsal alan (Bayburt, Gümüşhane, Kars) olarak ifade edilen illerde yaşayan bireyler kolayda örnekleme ile dahil edilmiştir. Gelecek araştırmalarda Türkiye'nin tüm coğrafi bölgelerinde yaşayan bireylerin tabakalı örnekleme yoluyla araştırmaya dahil edilmesi kendini nesneleştirme ve beden memnuniyetinin yaşam yerine ve cinsiyete bağlı olarak daha derinlemesine bilgi sağlayacaktır. Böylece araştırma sonuçlarının genellenebilirliği daha gerçeğe yakın olacaktır. Çalışmada kentsel alanda yer almasına karşın daha kırsal özellikler taşıyan ve kırsal alanda yer alıp kentsel özellikler taşımayan yaşam yerlerinden toplanan verilerin sayısının artırılması, kentsel-kırsal ayrımı ile ortaya çıkması beklenen farklılığın daha iyi gözlemlenebilmesini sağlayacaktır. Gelecekteki araştırmalarda eğitim seviyesinin daha düşük olduğu ve teknolojiye erişimin daha kısıtlı olduğu kırsal alanlara gidilerek yüz yüze yapılacak anket çalışmasıyla, ilgili örnekleme daha iyi temsil eden bir grubun oluşturulması sağlanarak çalışma değişkenleri açısından kırsal ve kentsel alandaki farklılığın olup olmadığı daha net olarak ortaya konulabilmektedir.

Araştırma kesitsel desende yapılmıştır. Gelecek çalışmalarda beden memnuniyeti üzerinde nesneleştirilmiş beden bilinci ve görünüme yönelik sosyal tutumların etkisini görebilmek amacıyla boylamsal araştırmalar tasarlanabilir. Boylamsal araştırmalar ile bu araştırmada olduğu gibi cinsiyet, yaş ve yaşanan yer değişkenlerine göre gruplandırma yapılarak nedensel etkinin daha detaylı görülmesi sağlanabilir.

Gelecekteki araştırmaların, beden memnuniyetini etkileyebilecek sosyal faktörler ile birlikte gebelik, menopoz, antreopoz gibi biyolojik faktörleri de göz önünde bulundurarak ele alınmasının elde edilen sonuçları daha detaylı olarak beden algısı ve kendini nesneleştirmenin tüm boyutlarıyla ele alınmasını sağlayabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Ackard, D. M. ve Peterson, C. B. (2001). Association between puberty and disordered eating, body image, and other psychological variables. *International Journal of Eating Disorders*, 29, 187–194.
- Adams, D. F., Behrens, E., Gann, L. ve Schoen, E. (2017). Gender conformity, self-objectification, and body image for sorority and nonsorority women: A closer look. *Journal of American College Health*, 65(2), 139-147. doi:10.1080/07448481.2016.1264406
- Akın, A. ve Demirel, S. (2003). Toplumsal cinsiyet kavramı ve sağlığa etkileri. *CÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 25(4), 73-82.
- Aktaş, A., Aştı, T. A., Bakanoğlu, E. ve Çelebioğlu, M. (2010). Bir Hemşirelik Yüksekokulu Öğrencilerinin Beden İmgesi Algısının Belirlenmesi. *İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 18(2): 63-71.
- Albert, P. R. (2015). Why is depression more prevalent in women? *Journal of Psychiatry & Neuroscience*, 40(4), 219–221.
- Arslangiray, N. (2013). *Üniversite öğrencilerinde beden imajının yordayıcıları olarak bağlanma stilleri ve toplumsal cinsiyet rolleri*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Aslan, D. (2004). Beden Algısı İle İlgili Sorunların Yaratabileceği Beslenme Sorunları. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 13(9), 326-329.
- Aubrey, J. S. (2006). Exposure to sexually objectifying media and body self-perceptions among college women: An examination of the selective exposure hypothesis and the role of moderating variables. *Sex Roles*, 55(3), 159-172.
- Aubrey, J. S., Henson, J. R., Hopper, K. M. ve Smith, S. E. (2009). A picture is worth twenty words (about the self): Testing the priming influence of visual sexual objectification on women's self-objectification. *Communication Research Reports*, 26(4), 271-284.
- Avşar, S. (2017). Toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında tarihsel rollerini yitiren erkekliğin çöküşü: Küllerinden “yeni erkek”liğin doğuşu. *KADEM Kadın Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 224-241.
- Bayköse, N. ve Esin, İ. (2019). Sporda beden imajı ve sosyal medya etkisi: Sosyal karşılaştırma kuramı çerçevesinde facebook kullanımının beden imajına etkileri üzerine bir derleme. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 67-80.

- Beck, A. T. (1961). An Inventory for Measuring Depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561–571.
- Bem, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42, 155-162.
- Bem, S. L. (1977). On the utility of alternative procedures for assessing psychological androgyny. *Journal of consulting and clinical psychology*, 45(2), 196.
- Bem, S. L. (1981). Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. *Psychological Review*, 88, 354-364.
- Bem, D. J. (1983). Constructing a theory of the triple typology: Some (second) thoughts on nomothetic and idiographic approaches to personality. *Journal of Personality*, 51(3), 566-577.
- Bem, S. L. (1993). *The lenses of gender: Transforming the debate on sexual inequality*. Yale University Press.
- Bem, S. L., Martyna, W. ve Watson, C. (1976). Sex typing and androgyny: Further explorations of the expressive domain. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34(5), 1016-1023.
- Bennett, E. V., Hurd, L. C., Pritchard, E. M., Colton, T. ve Crocker, P. R. (2020). An examination of older men's body image: How men 65 years and older perceive, experience, and cope with their aging bodies. *Body Image*, 34, 27-37.
- Bozkurt, S. (2019). Türkiye’de kırsal alanda sosyal medya eğilimleri: Balıkesir’in Kepsut ilçesi örneği. *SDÜ İFADE*, 2(1), 9-35.
- Burger, J. M. ve Promislow, D. E. (2004). Sex-specific effects of interventions that extend fly life span. *Science of aging knowledge environment: SAGE KE*, 2004(28), pe30-pe30.
- Calogero, F. (2012). Newton-equivalent Hamiltonians describing a plane rotator and their quantization. *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 45(22), 225203.
- Calogero, R. M. (2013). Objects don't object: Evidence that self-objectification disrupts women's social activism. *Psychological Science*, 24(3), 312-318. doi:10.1177/0956797612452574
- Calogero, R. M. ve Jost, J. T. (2011). Self-subjugation among women: Exposure to sexist ideology, self-objectification, and the protective function of the need to avoid closure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(2), 211-228. doi:10.1037/a0021864

- Calogero, R. M., Tantleff-Dunn, S. ve Thompson, J. K. (2011). *Self-objectification in women: causes, consequences, and counteractions*. Washington DC: American Psychological Association.
- Carrillo, D. M. (2018). *Media Body Images and Males' Body Dissatisfaction, Muscularity, Disordered Eating, and Depression* (Doctoral dissertation, Walden University).
- Cash, T. F. (2012). Cognitive-behavioral perspectives on body image. *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*, 1, 334-342.
- Cash, T. F. (2017). Body Image: A joyous journey.
- Cash, T. ve Fleming, E. (2002). "Body image and social relations." *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*.
- Cash, T. F., Theriault, J. ve Annis, N. M. (2004). Body image in an interpersonal context: Adult attachment, fear of intimacy and social anxiety. *Journal Of Social And Clinical Psychology*, 23(1), 89-103.
- Chen, F. F. ve Russo, N. F. (2010). Measurement invariance and the role of body consciousness in depressive symptoms. *Psychology of Women Quarterly*, 34(3), 405-417.
- Choma, B., Shove, C., Busseri, M., Sadava, S. ve Hosker, A. (2009). Assessing the role of body image coping strategies as mediators or moderators of the links between self-objectification, body shame, and well-being. *Sex Roles; A Journal of Research*, 61(9), 699-713. doi:10.1007/s11199-009-9666-9
- Chrisler, J. C. ve McCreary, D. R. (2010). *Handbook of gender research in psychology*. Springer.
- Cihan, B., Bozo, Ö., Schaefer, L. M. ve Thompson, J. K. (2016). Psychometric properties of the sociocultural attitudes towards appearance Questionnaire-4-Revised (SATAQ-4R) in turkish women. *Eating behaviors*, 21, 168-171.
- Clark, L. ve Tiggemann, M. (2008). Sociocultural and individual psychological predictors of body image in young girls: a prospective study. *Developmental psychology*, 44(4), 1124.
- Culbertson, F. M. (1997). Depression and gender: an international review. *American Psychologist*, 52(1), 25.
- Croll, D. A., Goldbogen, J. A., Calambokidis, J., McKenna, M. F., Oleson, E., Potvin, J., ... ve Tershy, B. R. (2012). Scaling of lunge-feeding performance in roqual

- whales: mass-specific energy expenditure increases with body size and progressively limits diving capacity. *Functional Ecology*, 26(1), 216-226.
- Çiftçi, S. ve Aydın, H. (2015). Türkiye’de kır-kent kavramlarının değişen niteliği ve mevzuatın sürece etkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(54), 192-200.
- Doğan, G. (2016). Bir Sistemi Meşrulaştırma Pratiği Olarak Kendini Nesneleştirme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 19 (37), 35-45.
- Doğan, H.Ö. ve Piyal, B. (2017). Toplumsal cinsiyetle ilişkili sorunlar. *Turk J Public Health*, 15(2), 150-163.
- Doğan, O. ve Doğan, S. (1992). *Çok Yönlü Beden Self İlişkileri Ölçeği El Kitabı*. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Basımevi.
- Dolatian, A., Arzaghi, S. M., Qorbani, M. ve Pishva, H. (2017). The relationship between body mass index (BMI) and depression according to the rs16139NPY Gene. *Iranian journal of psychiatry*, 12(3), 201.
- Dolgun, G., İnal, S. ve Uğurlu, F. (2011). Ergen sağlığının sürdürülme ve geliştirilmesinde hemşirenin rolü. *Turkish Pediatrics Archive/Turk Pediatri Arsivi*, 46.
- Dökmen, Z. Y. (2009). Menopoz, beden imgesi ve ruh sağlığı. *Türk Psikoloji Yazıları*, 12(24), 41-55.
- Elliott, M. (2001). Gender differences in causes of depression. *Women & Health*, 33(3-4), 183-198.
- Elosua, P. ve Hermosilla, D. (2013). Does body dissatisfaction have the same meaning for males and females? A measurement invariance study. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée/European Review of Applied Psychology*, 63, 315–321. doi:10.1016/j.erap.2013.06.002
- Erkal, S. ve Hatice, P. E. K. (1993). Beden İmajında Değişimler ve Hemşirenin Rolü. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 7(30), 61-71.
- Esnaola, I., Rodriguez, A. ve Goni, A. (2010). Body Dissatisfaction and Perceived Sociocultural Pressures: Gender and Age Differences, *Salud Ment*, 33(1), 21-9.
- Eşiyok Sönmez, E. ve Özgen, Ö. (2017). Medya kullanımı ve beden imajı: Türkiye ve İngiltere örneği. *Akdeniz İletişim Dergisi*, (27), 78-95.
- Fardouly, J. ve Vartanian, L. R. (2015). Negative comparisons about one's appearance mediate the relationship between Facebook usage and body image concerns. *Body image*, 12, 82-88.

- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R. ve Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body image*, 13, 38-45.
- Ferreira, C., Marta-Simões, J. ve Trindade, I. A. (2016). Defensive responses to early memories with peers: A possible pathway to disordered eating. *The Spanish journal of psychology*, 19.
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. sage.
- Fischer, A. R., Bettendorf, S. K. ve Wang, Y. W. (2011). Contextualizing sexual objectification. *The Counseling Psychologist*, 39(1), 127-139.
- Frederick, D., Forbes, G., Grigorian, K. ve Jarcho, J. (2007). The UCLA body project I: Gender and ethnic differences in self-objectification and body satisfaction among 2,206 undergraduates. *Sex Roles; A Journal of Research*, 57(5), 317-327. doi:10.1007/s11199-007-9251-z
- Fredrickson, B. L. ve Roberts, T. A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology Of Women Quarterly*, 21(2), 173-206.
- Fredrickson, B. L., Roberts, T., Noll, S. M., Quinn, D. M. ve Twenge, J. M. (1998). That swimsuit becomes you: Sex differences in self-objectification, restrained eating, and math performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 269-284. doi:10.1037/0022-3514.75.1.269
- George, D. ve Mallery, P. (2020). *IBM SPSS Statistics 26 Step by Step A Simple Guide and Reference*. US: Routledge
- Grabe, S., ve Hyde, J. S. (2009). Body Objectification, MTV, and Psychological Outcomes Among Female Adolescents. *Journal of Applied Social Psychology*, 39(12), 2840-2858.
- Grabe, S., Hyde, J. S. ve Lindberg, S. M. (2007). Body objectification and depression in adolescents: The role of gender, shame, and rumination. *Psychology of Women Quarterly*, 31(2), 164-175. doi:10.1111/j.1471-6402.2007.00350.x
- Grogan, S. (2005). *Body image understanding body dissatisfaction in men, women and children*. USA: Routledge.
- Grogan, H. M. (2008). Challenges facing mushroom disease control in the 21st century. In Proceedings of the 6th International Conference on Mushroom Biology and Mushroom Products, <http://wsmbmp.org/proceedings/6th%20international%20conference/Proceedings.pdf> [dostęp: 12.01. 2012].

- Gül, S. K. ve Güneş, İ. D. (2009). Ergenlik Dönemi Sorunları ve Şiddet. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 80.
- Gürsoy, Ö. B. ve Dodurka, B. Z. (2016). *Türkiye’de kırsal yoksulluğun güncel durumu üzerine bir inceleme*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Sosyal Politika Formu.
- Halliwell, E. (2012). Social comparison theory and body image. In *Encyclopedia of body image and human appearance* (pp. 751-757). Academic Press.
- Hamilton, S. R. (2008). A relationship between perceived body image and depression: How college women see themselves may affect depression. *Student Journal of Psychological Science*, 1(1), 13-20.
- Hargreaves, D. A. ve Tiggemann, M. (2009). Muscular ideal media images and men's body image: Social comparison processing and individual vulnerability. *Psychology of Men & Masculinity*, 10(2), 109.
- Harrison, K. ve Fredrickson, B. L. (2003). Women's sports media, Self-Objectification, and mental health in black and white adolescent females. *Journal of Communication*, 53(2), 216-232. doi:10.1111/j.1460-2466.2003.tb02587.x
- Hartmann, T. ve Klimmt, C. (2006). Gender and computer games: Exploring females' dislikes. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 11(4), 910-931.
- Haspolat, N. K. (2016). *Üniversite öğrencilerinde beden imajı benlik saygısı ve sosyal fobinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Erzincan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Hautala, J. (2011). Cognitive proximity in international research groups. *Journal of Knowledge Management*, 15(4), 601-624.
- Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliği, güvenirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 3-13.
- Hockey, A., Milojev, P., Sibley, C. G., Donovan, C. L. ve Barlow, F. K. (2021). Body image across the adult lifespan: A longitudinal investigation of developmental and cohort effects. *Body Image*, 39, 114-124.
- Holsen, I., Jones, D. C. ve Birkeland, M. S. (2012). Body image satisfaction among Norwegian adolescents and young adults: A longitudinal study of the influence of interpersonal relationships and BMI. *Body image*, 9(2), 201-208.
- Hovardaoğlu, S. (1993). Vücut Algısı Ölçeği. İ. Dağ, (Ed.), *3P Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi Ek Sayı*, Türkiye’de kullanılan psikolojik ölçekler, 1 (Ek sayı: 2), 26.

- Howell, E. A., Mora, P. A., Horowitz, C. R. ve Leventhal, H. (2005). Racial and ethnic differences in factors associated with early postpartum depressive symptoms. *Obstetrics Gynecology*, 105(6), 1442-50.
- Jones, B. A. ve Griffiths, K. M. (2015). Self-objectification and depression: An integrative systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 171, 22-32. doi:10.1016/j.jad.2014.09.011
- Jung, J. ve Lee, S.H. (2006). Cross-Cultural Comparisons of Appearance Self-Schema, Body Image, Self-Esteem, and Dieting Behavior Between Korean and U.S. Women. *Journal of Family and Consumer Sciences*, 34(4), 350-365.
- Kakeshita, I. S. ve Almeida, S. D. S. (2006). Relationship Between Body Mass Index and Self-Perception Among University Students. *Revista de Saude Publica*, 40(3), 497-504
- Karadamar, M., Yiğit, R. ve Sungur, M. A. (2015). Ergenlerin kiloları ile ilgili algıları ve kilo kontrolüne yönelik davranışlarının incelenmesi. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 17(1), 51-61.
- Kaschak, E. (1992). *Engendered lives*. New York: Basic Books.
- Kılıç, A. Z. (2013). *Ebeveynlerin Toplumsal Cinsiyet Algisi Ve Çocuk Yetiştirmeye Etkileri*. Araştırma Raporu, İstanbul Bilgi Üniversitesi.
- Klonoff, E. A. (2000). Sexist discrimination may account for well-known gender differences in psychiatric symptoms. *Psychology of Women Quarterly*. 24(1), 93–99. doi: 10.1111/j.1471-6402.2000.tb01025.x. [CrossRef] [Google Scholar]
- Koyuncu, A. (2011). Sosyoloji kuramlarında kent. *Selçuk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 25, 31-56.
- Lawton, M. P., Kleban, M. H. ve Dean, J. (1993). Affect and age: Crosssectional comparisons of structure and prevalence. *Psychology and Aging*, 8, 165-17 5.
- Lee, H. H., Damhorst, M. L. ve Paff Ogle, J. (2009). Body satisfaction and attitude theory: Linkages with normative compliance and behaviors undertaken to change the body. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 37(4), 466-488.
- Lee, M. ve Lee, H. H. (2021). Social media photo activity, internalization, appearance comparison, and body satisfaction: The moderating role of photo-editing behavior. *Computers in Human Behavior*, 114, 106579.
- Lev-Ari, L., Baumgarten-Katz, I. ve Zohar, A. H. (2014). Mirror, mirror on the wall: How women learn body dissatisfaction. *Eating Behaviors*, 15(3), 397-402.

- Lim, M. (2018). Roots, routes, and routers: communications and media of contemporary social movements. *Journalism & Communication Monographs*, 20(2), 92-136.
- Lindner, D. M. (2010). Social Comparison, Self-objectification, And Objectification Of Others Investigating The Vicious Cycle That Leads To Body Dissatisfaction And Disordered Eating.
- Mahalik, J. R., Morray, E. B., Coonerty-Femiano, A., Ludlow, L. H., Slattery, S. M. ve Smiler, A. (2005). Development of the conformity to feminine norms inventory. *Sex Roles*, 52(7-8), 417-435.
- Mandleco, B. ve McCoy, K. (2007). Growth and Development of the Adolescent. Nicki L. Potts, Barbara L. Mandleco (Ed.), *Pediatric Nursing içinde* (s.310-348). Canada: Thomson.
- Markey, C. N., ve Markey, P. M. (2010). A correlational and experimental examination of reality television viewing and interest in cosmetic surgery. *Body image*, 7(2), 165-171.
- McKinley, N. M. (1998). Gender differences in undergraduates' body esteem: The mediating effect of objectified body consciousness and actual/ideal weight discrepancy. *Sex roles*, 39(1), 113-123.
- McKinley, N. M. (2004). Resisting body dissatisfaction: Fat women who endorse fat acceptance. *Body Image*, 1(2), 213-219.
- McKinley, N. M. (2006). The developmental and cultural contexts of objectified body consciousness: A longitudinal analysis of two cohorts of women. *Developmental psychology*, 42(4), 679.
- McKinley, N. M. ve Hyde, J. S. (1996). The objectified body consciousness scale: Development and validation. *Psychology Of Women Quarterly*, 20(2), 181-215.
- Mellor, D., Fuller-Tyszkiewicz, M., McCabe, M. P. ve Ricciardelli, L. A. (2010). Body image and self-esteem across age and gender: A short-term longitudinal study. *Sex roles*, 63(9), 672-681.
- Moradi, B. ve Huang, Y. (2008). Objectification theory and psychology of women: A decade of advances and future directions. *Psychology of Women Quarterly*, 32(4), 377-398. doi:10.1111/j.1471-6402.2008.00452.
- Morrison, T. G., Kalin, R. ve Morrison, M. A. (2004). Body-Image Evaluation And Body-Image Among Adolescents: A Test Of Sociocultural And Social Comparison Theories. *Adolescence*, 39, 155.

- Moya-Garófano, A. ve Moya, M. (2019). Focusing on one's own appearance leads to body shame in women but not men: The mediating role of body surveillance and appearance-contingent self-worth. *Body image*, 29, 58-64.
- Murnen S.K. ve Smolak L. (2000). The experience of sexual harassment among grade-school students: Early socialization of female subordination? *Sex Roles*, 43(1-2), 1-17.
- Murray, T. ve Lewis, V. (2014). Gender-role conflict and men's body satisfaction: The moderating role of age. *Psychology of Men & Masculinity*, 15(1), 40-48. doi:10.1037/a0030959
- Muth, J. L. ve Cash, T. F. (1997). Body image attitudes: What difference does gender make? *Journal of Applied Social Psychology*, 27, 1438-1452.
- Myers, T. A. ve Crowther, J. H. (2007). Sociocultural pressures, thin-ideal internalization, self-objectification, and body dissatisfaction: Could feminist beliefs be a moderating factor?. *Body image*, 4(3), 296-308.
- Oktan, V. ve Şahin, M. (2010). Kız ergenlerde beden imajı ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2), 543-556.
- Orta Karadeniz Kalkınma Ajansı (2013). *Türkiye ve TR83 Bölgesi'nde Toplumsal Cinsiyet Eşitliği ve Kalkınma*, Erişim adresi: <https://www.oka.org.tr/assets/upload/dosyalar/turkiye-ve-tr83-bolgesi-nde-toplumsal-cinsiyet-esitligi-ve-kalkinma-oka.pdf>
- Özgüngör, S. ve Arıcıoğlu, A. (2020). Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği-Genç Formunun Türkçeye uyarlanarak kendini nesneleştirmenin sosyal medya kullanımı ve beğenilme arzusu arasındaki ilişkide aracı rolünün incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 50, 23-49. doi: 10.9779/pauefd.544809.
- Peat, C. M., Peyerl, N. L., Ferraro, F. R. ve Butler, M. (2011). Age and body image in Caucasian men. *Psychology of Men & Masculinity*, 12(2), 195.
- Pila, E., Solomon-Krakus, S., Egelton, K. ve Sabiston, C. M. (2018). "I am a fat baby, who moved to a fat child, who moved to a fat teenager, who moved to a fat adult": Women's reflections of a lifetime of body and weight concern. *Journal of women & aging*, 30(2), 158-177.
- Pop, C. (2016). Self-Esteem and Body Image Perception in a Sample of University Students. *Eurasian Journal of Educational Research*, 64, 31-44.

- Pruzinsky, T. ve Cash, T. F. (2004). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. The Guilford Press.
- Rand, C. S., ve Wright, B. A. (2000). Continuity and change in the evaluation of ideal and acceptable body sizes across a wide age span. *International Journal of Eating Disorders*, 28(1), 90-100.
- Ricciardelli, L. A., ve Yager, Z. (2016). An Inordinate Emphasis On [Adolescent] Body Image”.
- Roberts, T. A. ve Gettman, J. Y. (2004). Mere exposure: Gender differences in the negative effects of priming a state of self-objectification. *Sex Roles*, 51(1-2), 17-27.
- Rodgers, R. F., Kruger, L., Lowy, A. S., Long, S. ve Richard, C. (2019). Getting real about body image: a qualitative investigation of the usefulness of the Aerie Real campaign. *Body Image*, 30, 127-134.
- Sánchez-Cabrero, R., León-Mejía, A. C., Arigita-García, A. ve Maganto-Mateo, C. (2019). Improvement of body satisfaction in older people: An experimental study. *Frontiers in psychology*, 10, 2823.
- Sarıkaya, A. (2015). *14-18 Yaş Arası Ergenlerin Benlik Saygısı ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişki*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Schilder, P. (2013). *The image and appearance of the human body*. Routledge.
- Secord, P. F. ve Jourard, S. M. (1953). The appraisal of body-cathexis: body-cathexis and the self. *Journal of consulting psychology*, 17(5), 343.
- Shavitt, S., Lowrey, T. M. ve Han, S. P. (1992). Attitude functions in advertising: The interactive role of products and self-monitoring. *Journal of Consumer Psychology*, 1(4), 337-364.
- Sheldon, P. (2013). Testing parental and peer communication influence on young adults’ body satisfaction. *Southern Communication Journal*, 78(3), 215-232.
- Silberstein, L. R., Striegel-Moore, R. H., Timko, C. ve Rodin, J. (1988). Behavioral and psychological implications of body dissatisfaction: Do men and women differ?. *Sex roles*, 19(3-4), 219-232.
- Singh, M. M., Ashok, L., Binu, V. S., Parsekar, S. S. ve Bhumika, T. V. (2015). Adolescents and Body Image: A Cross Sectional Study. *The Indian Journal Of Pediatrics*, 82(12), 1107- 1111.

- Snyder, J. (2012). *Examining the relationship between body image perceptions and perceived threat of heart disease among African American women* (Doctoral dissertation, Texas Woman's University).
- Stojcic, I., Dong, X. ve Ren, X. (2020). Body image and sociocultural predictors of body image dissatisfaction in Croatian and Chinese women. *Frontiers in psychology, 11*, 731.
- Strelan, P. ve Hargreaves, D. (2005). Reasons for exercise and body esteem: Men's responses to self-objectification. *Sex Roles; A Journal of Research, 53*(7), 495-503. doi:10.1007/s11199-005-7137-5
- Striegel-Moore, R. H. ve Franko, D. L. (2002). Body image issues among girls and women. *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*, 183-191.
- Swim, J.K., Hyers, L.L., Cohen, L.L. ve Ferguson, M.J. (2001). Everyday sexism: Evidence for its incidence, nature, and psychological impact from three daily diary studies. *Journal of Social Issues, 57*(1), 31–53. doi: 10.1111/0022-4537.00200.
- T.C. Kalkınma Bakanlığı (2018). *On birinci kalkınma planı (2019-2023): Kırsal Kalkınma Özel İhtisas Komisyonu raporu*. Ankara.
- Thompson, J. K. ve Stice, E. (2001). Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology. *Current directions in psychological science, 10*(5), 181-183.
- Thompson, J. K., Schaefer, L. M. ve Menzel, J. E. (2012). Internalization of thin-ideal and muscular-ideal.
- Tiggemann, M. (2002). Media influences on body image development. *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*, 91-98.
- Tiggemann, M. (2015). Considerations of positive body image across various social identities and special populations. *Body image, 14*, 168-176.
- Tiggeman, M. ve Miller, J. (2010). The Internet and adolescent girls' weight satisfaction and drive for thinness. *Sex Roles, 63*, 79-90
- Tiggemann, M. ve McCourt, A. (2013). Body appreciation in adult women: Relationships with age and body satisfaction. *Body Image, 10*(2013), 624-627.
- Topal, K. (2004). Kavramsal olarak kent nedir ve Türkiye’de kent neresidir? *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 6*(1), 276-294.

- Tylka, T. L. ve Wood-Barcalow, N. L. (2015). What is and what is not positive body image? Conceptual foundations and construct definition. *Body image*, 14, 118-129.
- Vandenbosch, L. ve Eggermont, S. (2012). Understanding sexual objectification: A comprehensive approach toward media exposure and girls' internalization of beauty ideals, self-objectification, and body surveillance. *Journal of Communication*, 62(5), 869-887.
- Van Vonderen, K. E. ve Kinnally, W. (2012). Media effects on body image: Examining media exposure in the broader context of internal and other social factors. *American Communication Journal*, 14(2), 41-57.
- van Wijk, C. M. G., Huisman, H. ve Kolk, A. M. (1999). Gender differences in physical symptoms and illness behavior: A health diary study. *Social Science & Medicine*, 49(8), 1061-1074.
- Voelker, D.K., Reel, J.J. ve Greenleaf, C. (2015). Weight status and body image perceptions in adolescents: current perspectives. *Adolesc Health Med Ther.* 6, 149-158.
- Yağmurcu, Y. (2015). *Nesneleştirme kuramı, sistemi meşrulaştırma kuramı ve çelişik duygulu cinsiyetçilik perspektiflerinden kendini nesneleştirmenin incelenmesi.* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Yağmurcu Y. ve Tosun, L.P. (2018). Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 13(6), 225-255.
- Yaktıl Oğuz, G. (2005). Bir güzellik miti olarak incelik ve kadınlarla ilgili beden imgesinin televizyonda sunumu. *Selçuk İletişim*, 4(1), 31-37.
- Yang, C. F. J., Gray, P. ve Pope Jr, H. G. (2005). Male body image in Taiwan versus the West: Yanggang Zhiqi meets the Adonis complex. *American Journal of Psychiatry*, 162(2), 263-269.
- Yiğit, H. (2010). *Ergenlerin Benlik Saygılarının Yaşam Doyumu ve Bazı Özlük Nitelikleri Açısından İncelenmesi.* (Yayımlanmamış doktora tezi). Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

EKLER

EK 1. ONAM FORMU

Sayın Katılımcı,

Bu çalışma Ufuk Üniversitesi Psikoloji Bölümü öğretim üyesi Doç. Dr. Eda Karacan'ın danışmanlığında Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencisi Reyhan Pektaş tarafından yürütülmektedir. Araştırmanın temel amacı, kendini nesneleştirme düzeyi, toplumsal cinsiyet rolleri ve beden imgesi arasındaki ilişkileri incelemektir.

Lütfen soruları olmasını gerektiğini düşündüğünüz biçimde değil, sizin düşüncelerinizi ve gerçekten ne yaptığınızı gösterecek şekilde cevaplayınız. Cevaplarınız sadece araştırmanın amacına uygun olarak toplu olarak değerlendirilecek ve bilimsel açıdan kullanılarak gizli tutulacaktır. Bu nedenle araştırmanın doğru sonuçlara ulaşabilmesi için sorulara samimi yanıtlar vermeniz çok önemlidir. Uygulama süresi yaklaşık 20 dakikadır.

Katılımcı Beyanı:

Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman yarıda kesip çıkabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayımlarda kullanılmasını kabul ediyorum.

Kabul ediyorsanız lütfen aşağıda yer alan sorulara geçiniz.

Ayrıca çalışma ile ilgili herhangi bir bilgi almak isterseniz, aşağıdaki elektronik iletişim adresinden ulaşabilirsiniz.

Araştırmacı: Reyhan Pektaş

e-posta adresi:

Katılımınız ve ayırdığınız vakit için şimdiden teşekkür ederiz.

EK 2. DEMOGRAFİK BİLGİLER

Durumunuza uygun olan özellikleri çarpı işareti koyarak belirtiniz veya boşluk bırakılan yerlere yazınız.

1. Cinsiyet:	☐ Kadın ☐ Erkek					
2. Yaş:						
3. Eğitim Durumunuz:	☐ Lise mezunu ☐ Üniversite öğrencisi ☐ Üniversite mezunu ☐ Lisans üstü (mastır veya doktora)					
4. Medeni Durumunuz:	☐ Bekar ☐ Evli ☐ Boşanmış veya ayrı					
5. Mesleğiniz veya çalışma durumunuz:	☐ İşsiz ☐ Ev Hanımı ☐ Öğrenci ☐ Memur /Subay/ Küçük esnaf ☐ İşçi/Tezgahtar/Usta/Çiftçi vb. ☐ Üst düzey bürokrat, serbest meslek sahibi(doktor, avukat, mimar, mühendis vb.), tüccar vb.					
6. Lütfen anne ve babanızın eğitim durumunu belirtiniz:						
	Okuma- yazma bilmiyor	İlkokul	Ortaokul	Lise	Üniversite veya Yüksekokul	Lisans üstü (mastır veya doktora)
Anneniz						
Babanız						
7. Şu an hangi şehirde ve ne adar süredir yaşıyorsunuz?					yıldır	
8. Eğer daha önce başka yerlerde yaşadıysanız çoğunlukla nerede/nerelerde yaşadınız?	☐ Köy / Kasaba ☐ Şehir				☐ Büyükşehir (Ankara, İstanbul, İzmir vb.)	
9. Ailenizin Gelir Durumu:	☐ Düşük ☐ Orta ☐ Yüksek ☐ Çok Yüksek					
10. Kendinizi Türkiye şartlarında hangi sosyoekonomik statüde görüyorsunuz?	☐ Düşük ☐ Orta ☐ Yüksek ☐ Çok Yüksek					
11. Boyunuz:cm. Kilonuz: kg. İdealinizdeki kilo :kg.						
12. Hiç diyet (perhiz) yaptınız mı ?				☐ Evet ☐ Hayır		
13. Şu anda diyet yapıyor musunuz ?				☐ Evet ☐ Hayır		

14. Çocukluğunuzda kilo probleminiz var mıydı ?	☐ Evet ☐ Hayır
15. Ailenizde şişmanlık var mı ?	☐ Evet ☐ Hayır
16. Düzenli olarak spor yapar mısınız ?	☐ Evet ☐ Hayır
17. Hangi amaçla spor yaptınız/yapıyorsunuz?	☐ Fiziksel görünümüm için ☐ Sağlığım için ☐ Diğer
18. Sık sık kilo alıp verir misiniz ?	☐ Evet ☐ Hayır
19. Şu anki kilonuzu nasıl buluyorsunuz ?	☐ Az ☐ İdeal ☐ Fazla ☐ Çok fazla



EK 3. NESNELEŞTİRİLMİŞ BEDEN BİLİNCİ ÖLÇEĞİ

Lütfen aşağıdaki ifadelerin, sizin için ne oranda doğru ya da yanlış olduğunu sizi ne oranda tanımladığını göz önüne alıp ilgili rakamı daire içine alarak belirtiniz.

1	2	3	4	5	6	7						
Kesinlikle katılmıyorum						Kesinlikle katılıyorum						
						(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
1. Nasıl göründüğüm hakkında nadiren düşünürüm.												
2. Kilomu kontrol edemediğimde kendimde bir terslik varmış gibi hissederim.												
3. Bence giysilerimin rahat olması, üzerimde güzel durmasından daha önemlidir.												
4. Bence bir insan doğuştan getirdiği görünüş özelliklerinin büyük bir kısmını yaşamı boyunca korur.												
5. En iyi şekilde görünmek için çaba sarf etmediğimde kendimden utanırım.												
6. Formda bir bedene sahip olmak en baştan beri öyle bir bedene sahip olmayı gerektirir.												
7. Bedenimin nasıl görüldüğünden çok nasıl hissettiği hakkında düşünürüm.												
8. Olabildiğim kadar iyi görünemediğimde, kendimi kötü bir insanmış gibi hissederim.												
9. Kendi görünüşümü başkalarının görünüşleri ile nadiren kıyaslarım.												
10. Bence, eğer bir kişinin görünüşü üzerinde çalışmaya niyeti varsa, büyük ölçüde istediği gibi bir görünüme sahip olması mümkündür.												
11. İnsanlar gerçekte kaç kilo olduğumu bilirlerse kendimden utanırım.												
12. Bedenimin nasıl görüldüğü hakkında pek fazla kontrolüm olduğunu sanmıyorum.												
13. Kilomu kontrol edemediğimde bile kendimi makbul bir insan olarak görürüm.												
14. Yapmam gerektiği kadar egzersiz yapmadığımda, kendimde bir terslik olduğu kaygısına asla kapılmam.												
15. Gereği kadar egzersiz yapmadığımda, yeterince iyi bir insan olup olmadığımı sorgularım.												
16. Diğer insanların gözüne nasıl gözüktüğüm hakkında nadiren kaygılanırım.												
17. Bence bir insanın kilosu çoğunlukla o kişinin doğuştan getirdiği genleriyle belirlenmektedir.												
18. Bedenimin nasıl görüldüğünden ziyade bedenimle neler yapabileceğimle ilgilenirim.												
19. Kilo almak/vermek için ne kadar uğraşırsam uğraşayım, büyük ihtimalle kilom hep aynı kalacak.												
20. Olmam gerektiğini düşündüğüm beden ölçülerine sahip değilsem, utanırım.												
21. Yeterince gayret ettiğim takdirde, olmam gereken kiloya ulaşabilirim.												
22. Bedeninizin şekli, büyük ölçüde genlerinize bağlıdır.												

EK 4. VÜCUT ALGISI ÖLÇEĞİ

Aşağıda yer alan soruların doğru bir cevabı yoktur. Lütfen kendinize en uygun şekilde cevaplayınız.

	Hiç Beğenmiyorum	Pek Beğenmiyorum	Kararsızım	Oldukça Beğeniyorum	Çok Beğeniyorum
	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
1. Saçlarım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2. Yüzümün rengi	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3. İştahım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4. Ellerim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5. Vücudumdaki kıl dağılımı	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6. Burnum	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7. Fiziksel gücüm	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
8. İdrar – dışkı düzenim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9. Kas kuvvetim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
10. Belim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
11. Enerji düzeyim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
12. Sırtım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
13. Kulaklarım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
14. Yaşım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
15. Çenem	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
16. Vücut yapım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
17. Profilim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
18. Boyum	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
19. Duyularımın keskinliği	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
20. Ağrıya dayanıklılığım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
21. Omuzlarımın genişliği	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
22. Kollarım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
23. Göğüslerim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
24. Gözlerimin şekli	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
25. Sindirim sistemim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
26. Kalçalarım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
27. Bacaklarım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
28. Dişlerimin şekli	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

29. Cinsel gücüm	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
30. Ayaklarım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
31. Uyku düzenim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
32. Sesim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
33. Sağlığım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
34. Cinsel faaliyetlerim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
35. Dizlerim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
36. Vücudumun duruş şekli	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
37. Yüzümün şekli	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
38. Kilom	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
39. Cinsel organlarım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
40. Hastalığa direncim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

EK 5. BECK DEPRESYON ÖLÇEĞİ

Aşağıda gruplar halinde cümleler verilmektedir. Öncelikle her gruptaki cümleleri dikkatle okuyarak, BUGÜN DÂHİL GEÇEN HAFTA içinde kendinizi nasıl hissettiğini en iyi anlatan cümleyi seçiniz. Eğer bir grupta durumunuzu, duygularınızı tarif eden birden fazla cümle varsa her birini daire içine alarak işaretleyiniz.

1- 0. Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissetmiyorum.

1. Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum.
2. Hep üzüntülü ve sıkıntılıyım. Bundan kurtulamıyorum.
3. O kadar üzüntülü ve sıkıntılıyım ki artık dayanamıyorum.

2- 0. Gelecek hakkında mutsuz ve karamsar değilim.

1. Gelecek hakkında karamsarım.
2. Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.
3. Geleceğim hakkında umutsuzum ve sanki hiçbir şey düzelmeyecekmiş gibi geliyor.

3- 0. Kendimi başarısız bir insan olarak görmüyorum.

1. Çevremdeki birçok kişiden daha çok başarısızlıklarım olmuş gibi hissediyorum.
2. Geçmişe baktığımda başarısızlıklarla dolu olduğunu görüyorum.
3. Kendimi tümüyle başarısız biri olarak görüyorum.

4- 0. Birçok şeyden eskisi kadar zevk alıyorum.

1. Eskiden olduğu gibi her şeyden hoşlanmıyorum.
2. Artık hiçbir şey bana tam anlamıyla zevk vermiyor.
3. Her şeyden sıkılıyorum.

5- 0. Kendimi herhangi bir şekilde suçlu hissetmiyorum.

1. Kendimi zaman zaman suçlu hissediyorum.
2. Çoğu zaman kendimi suçlu hissediyorum.
3. Kendimi her zaman suçlu hissediyorum.

6- 0. Bana cezalandırılmışım gibi geliyor.

1. Cezalandırılabilceğimi hissediyorum.
2. Cezalandırılmayı bekliyorum.
3. Cezalandırıldığımı hissediyorum.

7- 0. Kendimden memnunum.

1. Kendi kendimden pek memnun değilim.

2. Kendime çok kızıyorum.
3. Kendimden nefret ediyorum.

8- 0. Başkalarından daha kötü olduğumu sanmıyorum.

1. zayıf yanların veya hatalarım için kendi kendimi eleştiririm.
2. Hatalarımdan dolayı ve her zaman kendimi kabahatli bulurum.
3. Her aksilik karşısında kendimi hatalı bulurum.

9- 0. Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok.

1. Zaman zaman kendimi öldürmeyi düşündüğüm olur. Fakat yapmıyorum.
2. Kendimi öldürmek isterdim.
3. Fırsatını bulsam kendimi öldürürdüm.

10- 0. Her zamankinden fazla içimden ağlamak gelmiyor.

1. Zaman zaman içimden ağlamak geliyor.
2. Çoğu zaman ağlıyorum.
3. Eskiden ağlayabilirdim şimdi istesem de ağlayamıyorum.

11- 0. Şimdi her zaman olduğumdan daha sinirli değilim.

1. Eskisine kıyasla daha kolay kızıyor ya da sinirleniyorum.
2. Şimdi hep sinirliyim.
3. Bir zamanlar beni sinirlendiren şeyler şimdi hiç sinirlendirmiyor.

12- 0. Başkaları ile görüşmek, konuşmak isteğimi kaybetmedim.

1. Başkaları ile eskiden daha az konuşmak, görüşmek istiyorum.
2. Başkaları ile konuşma ve görüşme isteğimi kaybetmedim.
3. Hiç kimseyle konuşmak görüşmek istemiyorum.

13- 0. Eskiden olduğu gibi kolay karar verebiliyorum.

1. Eskiden olduğu kadar kolay karar veremiyorum.
2. Karar verirken eskisine kıyasla çok güçlük çekiyorum.
3. Artık hiç karar veremiyorum.

14- 0. Aynada kendime baktığımda değişiklik görmüyorum.

1. Daha yaşlanmış ve çirkinleşmişim gibi geliyor.
2. Görünüşümün çok değiştiğini ve çirkinleştiğimi hissediyorum.
3. Kendimi çok çirkin buluyorum.

15- 0. Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum.

1. Bir şeyler yapabilmek için gayret göstermem gerekiyor.
2. Herhangi bir şeyi yapabilmek için kendimi çok zorlamam gerekiyor.
3. Hiçbir şey yapamıyorum.

16- 0. Her zamanki gibi iyi uyuyabiliyorum.

1. Eskiden olduğu gibi iyi uyuyamıyorum.
2. Her zamankinden 1-2 saat daha erken uyanıyorum ve tekrar uyuyamıyorum.
3. Her zamankinden çok daha erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum.

17- 0. Her zamankinden daha çabuk yorulmuyorum.

1. Her zamankinden daha çabuk yoruluyorum.
2. Yaptığım her şey beni yoruyor.
3. Kendimi hemen hiçbir şey yapamayacak kadar yorgun hissediyorum.

18- 0. İştahım her zamanki gibi.

1. İştahım her zamanki kadar iyi değil.
2. İştahım çok azaldı.
3. Artık hiç iştahım yok.

19- 0. Son zamanlarda kilo vermedim.

1. İki kilodan fazla kilo verdim.
2. Dört kilodan fazla kilo verdim.
3. Altı kilodan fazla kilo vermeye çalışıyorum.

Evet Hayır

20- 0. Sağlığım beni fazla endişelendirmiyor.

1. Ağrı, sancı, mide bozukluğu veya kabızlık gibi rahatsızlıklar beni endişelendirmiyor.
2. Sağlığım beni endişelendirdiği için başka şeyleri düşünmek zorlaşıyor.
3. Sağlığım hakkında o kadar endişeliyim ki başka hiçbir şey düşünmüyorum.

21- 0. Son zamanlarda cinsel konulara olan ilgimde bir değişme fark etmedim.

1. Cinsel konularla eskisinden daha az ilgiliyim.
2. Cinsel konularla şimdi çok daha az ilgiliyim.

3. Cinsel konular olan ilgimi tamamen kaybettim.

EK 6. GÖRÜNÜME YÖNELİK SOSYAL TUTUMLAR ÖLÇEĞİ

Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve maddelerin size uygunluğuna göre işaretleyiniz.

	Kesinlikle katılmıyorum	Çoğunlukla katılmıyorum	Ne katılıyorum ne katılmıyorum	Çoğunlukla katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1. Kaslı görünmek benim için önemlidir.	☐	☐	☒	☐	☐
2. Giydiğim kıyafetlerin içinde iyi görünmek benim için önemlidir.	☐	☐	☐	☐	☐
3. Vücudumun çok zayıf görünmesini isterim.	☐	☐	☐	☐	☐
4. Kaslı görünmekle ilgili çok fazla düşünürüm.	☐	☐	☐	☐	☐
5. Dış görünüşümle ilgili çok fazla düşünürüm.	☐	☐	☐	☐	☐
6. Zayıf görünmekle ilgili çok fazla düşünürüm.	☐	☐	☐	☐	☐
7. Güzel/yakışıklı görünmek isterim.	☐	☐	☐	☐	☐
8. Vücudumun kaslı görünmesini isterim.	☐	☐	☐	☐	☐
9. Dış görünüşüm hakkında çok da fazla düşünmem.	☐	☐	☐	☐	☐
10. Vücudumun kaslı görünmesini istemem.	☐	☐	☐	☐	☐
11. Vücudumun çok ince görünmesini isterim.	☐	☐	☐	☐	☐
12. Çekici olmak benim için önemlidir.	☐	☐	☐	☐	☐
13. Vücudumda çok az yağ olması ile ilgili çok fazla düşünürüm.	☐	☐	☐	☐	☐
14. Nasıl görüldüğümle ilgili çok fazla düşünmem.	☐	☐	☐	☐	☐
15. Çok kaslı görünen bir vücudum olsun isterim.	☐	☐	☐	☐	☐

Aşağıdaki soruları ailenizi (ebeveynleri, ağabeyleri, ablaları, kardeşleri ve akrabalarınızı içerecek şekilde) düşünerek cevaplayınız

	Kesinlikle katılmıyorum	Çoğunlukla katılmıyorum	Ne katılıyorum ne katılmıyorum	Çoğunlukla katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
16. Daha zayıf görünmem konusunda ailemin baskısını hissederim.	☐	☐	☐	☐	☐
17. Dış görünüşümü düzeltmem konusunda ailemin baskısını hissederim.	☐	☐	☐	☐	☐
18. Vücut yağımı düşürmem konusunda ailem beni teşvik eder.	☐	☐	☐	☐	☐
19. Ailem vücudumu daha iyi bir şekle sokmam konusunda beni teşvik eder.	☐	☐	☐	☐	☐

Aşağıdaki soruları akranlarınızı (yakın arkadaşlarınızı, sınıf arkadaşlarınızı ve aynı yaş grubunda olduğunuz diğer kişileri içerecek şekilde) düşünerek cevaplayınız.

	Kesinlikle katılmıyorum	Çoğunlukla katılmıyorum	Ne katılıyorum ne katılmıyorum	Çoğunlukla katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
20. Zayıflamam konusunda akranlarım beni teşvik eder.	☐	☐	☐	☐	☐
21. Dış görünüşümü düzeltmem konusunda akranlarımdan baskısını hissederim.	☐	☐	☐	☐	☐
22. Vücudumun daha iyi görünmesi konusunda akranlarımdan baskısını hissederim.	☐	☐	☐	☐	☐
23. Vücut yağımı düşürmem konusunda akranlarımdan baskı görürüm.	☐	☐	☐	☐	☐

Aşağıdaki soruları hayatınızdaki önemli kişileri (romantik ilişkide bulunduğunuz kişileri, öğretmenleri ve koçlarınızı içerecek şekilde) düşünerek cevaplayınız.

	Kesinlikle katılmıyorum	Çoğunlukla katılmıyorum	Ne katılıyorum ne katılmıyorum	Çoğunlukla katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
24. Zayıflamam konusunda hayatımdaki önemli kişiler beni teşvik eder.	☐	☐	☐	☐	☐
25. Dış görünüşümü düzeltmem konusunda üzerimde hayatımdaki önemli kişilerin baskısını hissedirim.	☐	☐	☐	☐	☐
26. Vücudumun daha iyi görünmesi konusunda üzerimde hayatımdaki önemli kişilerin baskısını hissedirim.	☐	☐	☐	☐	☐
27. Vücut yağımı düşürmem konusunda hayatımdaki önemli kişilerden baskı görürüm.	☐	☐	☐	☐	☐

Aşağıdaki soruları medyayı (televizyon, dergiler, internet, filmler, reklam panoları ve reklamları içerecek şekilde) düşünerek cevaplayınız.

	Kesinlikle katılmıyorum	Çoğunlukla katılmıyorum	Ne katılıyorum ne katılmıyorum	Çoğunlukla katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
28. Vücudumun daha iyi görünmesi konusunda üzerimde medyanın baskısını hissedirim.	☐	☐	☐	☐	☐
29. Daha zayıf görünmem konusunda üzerimde medyanın baskısını hissedirim.	☐	☐	☐	☐	☐
30. Dış görünüşümü düzeltmem konusunda üzerimde medyanın baskısını hissedirim.	☐	☐	☐	☐	☐
31. Vücut yağımı düşürmem konusunda üzerimde medyanın baskısını hissedirim.	☐	☐	☐	☐	☐