

Diyet Yapan ve Yapmayan Ergenlerin Kendilik Algısı, Beden İmajı ve Beden Kitle İndeksi Açısından Karşılaştırılması

Dr. Sibel RSEL ¹, Dr. Banu IŞIK CANPOLAT ², Dr. Asena AKDEMİR ³, Dr. M. Haluk ZBAY ⁴

ÖZET

Amaç: Çalışmada diyet yapan ve yapmayan ergenlerde beden imajı, kendilik algısı ve beden kitle indeksi ilişkisinin araştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem: 15-17 yaş arasında değişen 531 lise öğrencisi rastgele örneklem yöntemiyle belirlenen okul ve sınıflardan alınmıştır. Ergenler için Kendilik Algısı Profili (EKAP), Beden Bölgesi ve Özelliklerinden Hoşnut Olma Anketi (BBÖHOA), Diyet Yapma Durumu ve ideal beden ağırlığı, demografik bilgilerin yer aldığı anket uygulanmıştır. Dünya Sağlık Örgütü ölçütlerine göre beden kitle indeksi (BKİ) belirlenmiştir. EKAP ve BBÖHOA alt ölçeklerinin puanlarının bağımlı değişken olarak yer aldığı 2(cinsiyet)*3(yaş) *3(diyet yapma durumu) faktöryel düzende çok değişkenli varyans analizi ve diyet yapanlarda yordayan etkenlerin saptanması amacıyla çoklu bileşik regresyon analizi uygulanmıştır.

Bulgular: Normal ağırlık grubunda olanların % 33'ü, diyet yaptığını belirtmiştir. Kız ergenler daha zayıf beden ideali için diyet yaparken, erkekler daha zayıf ya da daha kilolu beden ideali için diyet yapmaktadır. Diyet yapan gruplarda daha düşük beden imajı ve kendilik algısı saptanmıştır. Kız ve erkeklerde beden imajı doyumunu yordayan ortak değişkenler, fiziksel görünüm ve genel kendilik değeri alanlarıdır.

Tartışma: Çalışmamızdaki gerçek beden ağırlığından hoşnut olmama ve daha ince beden ideali olan kız ergenlerin oranının literatürde yer alan sonuçlara yakınlığı dikkati çekmektedir. BKİ ve beden imajı doyumsuzluğunun aksine kendilik algısıyla ilgili alt ölçekler, diyeti yordayan etkenler olarak saptanmıştır. Kendilik algısı ve psikopatoloji alanında yapılan çalışma sonuçları dikkate alındığında, diyet yapanlarda beden imajı, kendilik algısı ve beden ideali arasındaki bağıntının incelenmesi, yeme bozukluklarının psikopatolojisini anlamamıza yardımcı olacaktır.

Anahtar Sözcükler: Beden imajı, kendilik algısı, diyet, ergen

SUMMARY: Comparison of Body-Image Self-Perception and BMI of Dieting Adolescents with Those of Non-Dieters

Introduction: Our main objective was to determine the relationship between body image, self-perception and body mass index in dieting adolescents and non-dieters.

Method: 531 high-school students 15-17 years old were selected randomly and evaluated by Self-Perception Profile for Adolescents, Body Image Satisfaction Questionnaire, (BISQ) Dieting Status Measure (DiSM) and ideal body weight. Multivariate variance analysis for the effect of gender, age and dieting status on SPPA and BISQ subscales and multiple regression analysis for determining the predictors of dieting were used.

Results: 33% of girls of normal weight reported that they were dieting. The percentage of dieters among female adolescents was significantly higher than that among male adolescents. While female adolescents were dieting for a thinner body ideal, boys were dieting for a thinner or fatter body ideal. In the dieting groups, lower body image satisfaction and self-worth were determined the physical appearance and general self-worth domains of the SPPA were the predicting factors of body image satisfaction in both female and male groups.

Conclusion: The percentage of girls who have a thinner body ideal and are dissatisfied with their actual body weight is considerable and is close to those in developed countries. The relationship between body image, self-perception and body mass index in dieting groups may help us to understand the psychopathology of eating disorders.

Key Words: Body-image, diet, self-concept, adolescent

¹Uzm., ²Doç., ³Doç., SSK Ankara Eğitim Hastanesi Psikiyatri Kl., Ankara. ⁴Uzm., Berkshire Adolescent Unit, Wokingham, UK.

G R Ş

Beden imajı, bedenin öznel ve bireysel algısı olup kişiliğin temel bileşenlerinden biri olarak tanımlanmaktadır. Bireyin fiziksel kendiliğinin zihinsel bir resmi, kendiliğin gözle görünen kısmı, özellikle ergenlikte kendiliğin simgesi olarak nitelenen beden imajı, kendilik algısıyla bağlantılı olarak ele alınmaktadır (Adams 1980, Collins ve Propert 1983; Gökdoğan 1988). Diğer yandan beden imajının bireyin bedeninden hoşnut olmasıyla ilişkili olduğu ve fiziksel değişikliklerin hızlı yaşandığı bir dönem olan ergenlikte önemli olduğu vurgulanmaktadır (Garrison ve Garrison 1975).

İdeal ve algılanan beden imajı arasındaki uyumsuzluk olarak da tanımlanan beden imajı doyumsuzluğuyla ilgili yapılan çalışmalarda, ergenlerde beden imajı doyumsuzluğu ve kendilik saygısı arasında güçlü bir ilişki saptanmaktadır (Konstanski ve Gullone 1998, Koff ve ark. 1990, Pesa ve ark. 2000, Rosen ve Ross 1968, Usmiani ve Daniluk 1997). Çalışmalarda beden imajı doyumsuzluğunun kendilik saygısı üzerinde düzenleyici bir etkisi olduğu; beden imajından doyum ve kendilik algısı arasında pozitif yönde bağlantı olduğu bildirilmektedir (Ogden ve Evans 1996). Düşük kendilik saygısının gerçek beden ağırlığı ve beden kitle indeksinden daha çok olumsuz beden imajı algısıyla bağlantılı olduğuna işaret edilmektedir (Geller ve ark. 1997, Graham ve ark. 2000, Konstanski ve Gullone 1998, Işık-Canpolat ve ark. 2003). Benzer şekilde diyet yapanlarda da düşük kendilik saygısıyla ilgili bağlantılar elde edilmektedir (Elridge ve ark 1994, Pesa 1999, Wichstrom 1995).

Diyet yapma, gittikçe artan yaygınlığı nedeniyle sağlık alanında dikkati çeken konulardan biri olmuştur. Genç kızlar arasında yaygınlığı oldukça yüksektir ve %14 ile %77 arasında değişen oranlar bildirilmektedir (French ve ark. 1995, Neumark-Sztainer ve ark. 1995). Diyet yapanlar, yapmayanlara göre genel olarak daha kilolu olmalarına karşın medikal standartlara göre obez, hatta fazla kilolu ölçütlerini karşılamamaktadır (Emmons 1994, Smolak ve Levine 1994).

Özellikle genç kızlarda artan diyet yapma yaygınlığı, puberte sırasında başlayan beden değişikliklerine ve gerçek beden ağırlığı, algıladığı beden ağırlığı ve ideal beden ağırlığı arasındaki farklılıklara bağlanmaktadır. Diğer diyet yapma

nedenleri arasında, zayıflıkla ve görünüşle ilgili sosyal normlar ve kitle iletişim araçlarının etkisi sayılmaktadır (Brownell 1991, Ogden ve Evans 1996). Medya idealleri ile karşılaştırma yapmanın hoşnutsuzluk yarattığı; medyadaki klişeleşmiş tiplerin, ideal zayıflık ile başarı, çekicilik gibi olumlu özelliklerle, diğer yandan şişmanlık ile uyuşukluk, yavaşlık gibi olumsuz özelliklerle bağlantı kurulmasına neden olduğu bildirilmektedir (Brownell 1991, Morris ve ark. 1989, Ogden ve Evans 1996).

Sağlık açısından metabolizmadaki yavaşlama nedeniyle kilo vermek ve mevcut kilonun korunması için daha katı yöntemlerin uygulanması sonucu diyet yapmanın kendisi de başlıbaşına bir risk olabilmektedir (Garner ve Wooley 1991). Diyetle ilişkili sağlık sorunları arasında, yeme bozuklukları (örneğin tıknırcasına yeme, anoreksiya ve bulimiya nervosa), kilo alma ve verme döngüsüne bağlı olarak kendilik saygısında azalma, kardiyovasküler risk artışı ve ölüm sayılmaktadır (French ve ark. 1995, Rierdan ve Koff 1997, Smolak ve Levine 1996).

Diyet yapma ve kendilik saygısı arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar olmasına karşın, bunlar konunun artan önemine oranla az sayıdadır. Bizi bu konuda çalışmaya yönlendiren diğer bir etken de bu konudaki çalışmaların farklı kültürlerde yapılması ve ülkemizde bu konuda çalışma olmamasıdır. Çalışmamızda geç ergenlik dönemi olarak da adlandırılan 15 ile 17 yaş aralığı, fiziksel değişikliklerin belirginleştiği ve sona erdiği dönemde beden imajının gelişimsel yönünün değerlendirilmesi amacıyla alınmıştır. Bu yaş grubunda ideal, algılanan ve gerçek beden ağırlığının diyet yapan ve yapmayan ergenlerde, cinsiyet ve yaş farklılıkları göz önüne alınarak karşılaştırılması, diyet yapan ve yapmayan gruplarda beden imajını yordayan değişkenlerin saptanması amaçlanmıştır.

Y NTEM

meklem

Araştırmanın örneklemini 15-17 yaş arasında olan 242 (%45.6) kız, 289 (%54.4) erkek olmak üzere toplam 531 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Okullar, Milli Eğitim Bakanlığı Ankara Milli Eğitim Müdürlüğü'nden izin alınarak, Ankara'daki liselerin bulunduğu listeden küme örnek-

TABLO 1. Örneklemin Demografik Verilerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.

	Kız (n=242)		Erkek (n=289)		Toplam (n=531)	
	n	%	n	%	n	%
Eğitim sınıfı						
1. yıl	90	%36.7	141	%47.3	231	%42.5
2. yıl	155	63.3	157	%52.7	312	%57.5
Ekonomik durumu						
İyi olanlar	142	26.7	183	%34.5	325	%61.2
	X	SS	X	SS	X	SS
Yaş	16.03	0.63	16.12	0.66	16.08	0.65
Kilo*	54.85	7.51	64.49	11.74	60.10	11.12
Boy**	1.62	5.77	1.74	7.15	1.69	8.96
Beden kitle indeksi	20.79	2.62	21.05	3.15	20.93	2.91

* t: -11.02, p<0.05 ** t: -21.46, p<0.05

lem yöntemiyle seçilmiştir. Bu şekilde belirlenen 5 liseden sınıflar aynı yöntemle belirlenmiştir. 229 kişi (%43.1) lise 1, 302 kişi (%56.9) lise 2 öğrencisidir. Sınıflarda bu araştırmanın amacı ve yöntemi açıklandıktan sonra, katılmaya gönüllü olan ergenler çalışmaya alınmıştır. Çalışmaya katılmayacağını belirten ergen olmamakla birlikte formları eksik bırakan ya da doldurmadan veren 9 kişi ile farklı yaşlarda (15 yaş altı ve 17 yaş üstü) olan 8 kişi olmak üzere toplam 17 kişi (%3.1) değerlendirme dışı bırakılmıştır. Çalışmaya katılan ve örnekleme alınanların yaş ortalaması 16.08 ± 0.65 'tir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları şunlardır:

Beden İmajı Doyum Anketi (BİDÖ) (Body Image Satisfaction Questionnaire): Berscheid, Walster ve Bohrnstedt'in beden imajı doyumunun ölçülmesinde kullanılan "Beden İmajı Anketi" (Body Image Questionnaire) temel alınarak Gökdoğan (1988) tarafından uyarlanmıştır. Orijinal formunda cinsel organların ölçüsü ve görünümü ile alt ve üst kalça bölgesi ayrı ikiye madde olmasına karşın Türkçe'ye uyarlanan formda cinsel organlar, kalça şeklinde tek madde olarak yer almıştır. Bedenin genel görünümü başlığı altında 7 madde (beden oranları, bedenin duruşu, spor yeteneği, ten rengi, kas gücü, boy, kilo), yüz başlığı altında kızlar için 9 madde (yüz güzelliği, saçlar, gözler, kulaklar, burun, ağız, dişler, ses, çene), erkekler için ek olarak yüzdeki kıl miktarıyla birlikte 10 madde), beden üyeleri başlığı al-

tında 4 madde (omuzlar, kollar, eller, ayaklar), gövde başlığı altında 3 madde (karın, kalçalar, bacak ve bilekler), ayrıca meme ve göğüs bölgesi ile cinsel organlar maddelerine yer verilmiştir. Kızlar için toplam 25, erkekler için 26 madde bulunmaktadır. Her madde için 1-hiç hoşnut değilim ile 5-çok hoşnutum arasında derecelendirme yapılmaktadır. Toplam puan ve bölüm puanları, maddelere verilen puanların toplamının madde sayısına bölümü ile elde edilmektedir.

Çok ve Gökdoğan tarafından, anketin Türkçe uyarlaması ve yüzeysel geçerlik tekniğiyle anketin geçerlik çalışması yapılmıştır. Güvenilirlik çalışmasında, ilk ve ikinci uygulama arasında toplam puanların korelasyonu, Pearson çarpım momentler korelasyon katsayısı ile 0.88 olarak saptanmıştır (Çok 1990, Gökdoğan 1988).

Ergenler için Kendilik Algısı Profili: (EKAP) (Self Perception Profile for Adolescents).

Harter tarafından geliştirilmiş olan Çocuklar İçin Kendilik Algısı Profili'nin (Self-Perception Profile for Adolescents) yine Harter tarafından genişletilerek ergenler için düzenlenmiş bir versiyonudur (Harter 1988). EKAP'ın İngilizce orijinalinde iç tutarlılığı ifade eden alfa katsayısı boyutlara göre 0.78 ile 0.92 arasında değişmektedir (Harter 1988). Şahin ve Güvenç'in (1996) EKAP'ı Türkçeye uyarlayarak yaptıkları çalışmada, bu katsayı 0.88 olarak bulunmuş; 3 hafta arayla 130 kişilik bir örneklem grubunda gerçekleştirilen test-tekrar-test güvenilirlik katsayısı ise 0.87 olarak saptanmıştır. Türkiye'de 197 lise öğrencisiyle EKAP kullanılarak yapılan bir başka

TABLO 2. Beden Kitle İndeksi ve İdeal Beden Ağırlıklarının Cinsiyet ve Diyet Grupları Açısından Karşılaştırılması.

		Sık diyet yapanlar		Nadir diyet yapanlar		Hiç diyet yapmayanlar		
		n	%	n	%	n	%	
Beden-kitle indeksi								
Kızlar	Düşük kilolu	1	20.0	5	10.0	44	88.0	X ² = 53.5*
	Normal	58	33.0	41	23.3	77	43.8	
	Fazla kilolu	13	81.3	2	12.5	1	6.3	
Erkekler	Düşük kilolu	0	0	5	9.3	49	90.7	X ² = 33.0*
	Normal	12	6.3	26	13.5	154	80.2	
	Fazla kilolu	12	27.9	9	20.9	22	51.2	
İdeal beden ağırlığı								
Kızlar	Daha zayıf	59	56.7	27	26.0	18	17.3	X ² = 94.0*
	Daha kilolu	0	0	0	0	20	100	
	Memnun	13	11.0	21	17.8	84	71.2	
Erkekler	Daha zayıf	17	31.5	13	24.1	24	44.4	X ² = 58.9*
	Daha kilolu	3	5.7	4	7.5	46	86.8	
	Memnun	4	2.2	23	12.6	155	85.2	

*p< 0.001

pilot araştırmada güvenilirlik değerlendirmesinde test-tekrar-test güvenilirlik katsayıları (2 haftalık bir arayla) 0.75 ile 0.87 arasında, iç tutarlılık ise 0.77 ile 0.90 arasında bulunmuştur (Aşçı ve ark. 1988).

EKAP toplam 45 maddeden oluşan likert tipi bir ölçektir. Her bir alt ölçek 5'er maddeyi kapsamaktadır. Maddelerde iki ergen grubunu tanımlayan iki farklı cümle bulunmaktadır. Profili dolduran kişiden önce iki gruptan hangisine girdiğine karar vermesi, sonra bu cümlelerin kendisine tamamen mi yoksa kısmen mi uyduğuna karar vererek işaretlemesi istenir. Her maddeye verilen puan 1-olumsuz kendilik algısı ile 4-olumlu kendilik algısı arasında değişmektedir. Bu alt ölçekler ve neyi ölçtükleri aşağıda özetlenmektedir:

1. Okul Yeterliliği: Bu alt ölçek ergenlerin okul başarısı konusunda kendilerini nasıl algıladıklarını ve ne derece zeki bulduklarını ölçmektedir.

2. Toplumsal Kabul Görme: Burada ergenlerin, arkadaşları tarafından kabul görmeleri; popüler olmaları ve etrafları tarafından ne kadar çok sevildikleri ölçülmektedir.

3. Atletik Yeterlilik: Maddeler, kişinin sporadaki başarısını ve atletik yeterlilik algısını değerlendirmektedir.

4. Fiziksel Görünüm: Bu alt ölçek, ergenlerin kendi görünüşleri ve bedenlerinden ne derece memnun olduklarını ölçmektedir.

5. İş Yeterliliği: Bu alt ölçeğin maddeleri ergenlerin kendilerinin ne dereceye kadar mesleki becerilere sahip olduklarına, yarım günlük işleri yapmaya hazır olduklarına ve varsa işlerini ne derece iyi yaptıklarına olan inançlarını değerlendirmektedir.

6. Romantik Çekim: Burada ise ergenlerin beğendikleri kişiler tarafından çekici bulunup bulunmadıkları, çıkmak istedikleri kişilerle çıkıp çıkmadıkları gibi konulardaki sorularla kendileriyle ilgili romantik çekim algıları ölçülmektedir.

7. İlişkilerdeki Davranışlar: Bu alt ölçek ergenlerin kendi davranışlarından ne kadar memnun oldukları, kendilerinden beklenen ya da doğru olanı ne kadar yaptıklarıyla ilgili algılarını değerlendirmektedir.

8. Yakın Arkadaşlık: Buradaki maddeler ergenlerin kişisel düşünce ve sırlarını paylaşabilecekleri yakın arkadaşlıklar kurma becerisiyle ilgili algılarını ölçmektedir.

9. Genel Kendilik Değeri: Son olarak bu alt ölçekte ergenin bir kişi olarak kendini ne kadar sevdiği ve kendinden ve sürdürdüğü yaşamdan ne kadar memnun olduğu ele alınmaktadır. Vurgu-

TABLO 3. Cinsiyet ve Diyet Gruplarından Elde Edilen Beden İmajı Doyum Anketi Maddeleri Ortalama Puanları.

Beden İmajı Doyum Ölçeği Maddeleri		Sık diyet yapanlar		Nadir diyet yapanlar		Hiç diyet yapmayanlar	
		(n= 96)		(n= 88)		(n= 347)	
		Kızlar (n=72)	Erkekler (n= 24)	Kızlar (n=48)	Erkekler (n= 40)	Kızlar (n= 122)	Erkekler (n= 225)
Bedenin genel görünümü	X	3.26	3.70	3.36	3.75	3.47	4.00
	SS	0.66	0.60	0.73	0.74	0.71	0.69
Yüz görünümü	X	3.91	3.89	3.93	3.91	4.1	4.08
	SS	0.60	0.57	0.59	0.58	0.69	0.70
Beden üyeleri	X	3.98	4.28	4.14	4.08	4.19	4.34
	SS	0.81	0.70	0.64	0.86	0.81	0.73
Gövde	X	3.09	3.36	3.49	3.73	3.89	4.11
	SS	0.99	1.21	0.99	0.85	1.05	0.89
Göğüsler ve üst bölge	X	3.67	3.83	3.79	3.78	3.80	4.28
	SS	1.07	1.24	1.03	1.17	1.15	0.44
Cinsel organlar	X	3.67	4.21	3.79	4.70	3.80	4.70
	SS	1.07	1.14	1.03	0.76	1.15	0.62
Toplam BİDÖ	X	3.62	3.85	3.75	3.89	3.81	4.14
	S	0.53	0.49	0.53	0.59	0.60	0.60

BİDÖ: Beden İmajı Doyum Ölçeği.

lanması gereken önemli bir nokta burada ölçülen alana özgü bir yeterlilikten ya da genel bir yeterlilik algısından çok kişinin genel olarak kendi değerine ilişkin yargısıdır. Bu madde bir alt ölçek olmaktan çok tek başına değerlendirilmesi gereken bir maddedir.

Beden Kitle İndeksi (BKİ) (Body Mass Index): Deneklerin boy ve kiloları ölçülmüş, kilo/boy² formülü ile beden kitle indeksi hesaplanmıştır. Sonuçlar, Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO) sınıflamasına göre değerlendirilmiştir. Bu sınıflama şöyledir; 18.5'un altı düşük kilolu, 18.5–24.5 arası normal, 25–29.5 arası fazla kilolu, 30–34.5 arası Derece I Obez, 35–39.9 arası Derece II Obez, 40'ın üstü Derece III Obez (WHO 2000).

Diyet Yapma Durumu Ölçümü (Dieting Status Measure): Bu ölçme yöntemi bireyleri diyet yapma durumlarına göre sınıflandırmak için geliştirilmiştir (Strong ve Huon 1997). Deneklerden 1) Sürekli diyet yaparım 2) Sıklıkla diyet yaparım 3) Ara sıra diyet yaparım 4) Nadiren diyet yaparım 5) Hiç diyet yapmam şeklinde yer alan beş tümce arasından diyet durumunu en iyi tanımlayan tümceyi seçmeleri istenmektedir. Türk-

çe'ye çeviri ve geri çevirisi yapılarak çalışmada kullanılmıştır.

deal Beden A ırlı 1: Anket sorularında "şimdiki kilosunu nasıl bulduğu" sorusu yer almış ve yanıt olarak üç seçenekten birini seçmeleri istenmiştir: 1) Daha ince olmayı isterdim 2) Daha kilolu olmayı isterdim 3) Şimdiki kilomdan memnunum.

Anket: Sosyo ekonomik durum ve ailedeki diyet uygulamalarıyla ilgili sorular yer almıştır.

şlem

Araştırmada kullanılan ölçekler, gerekli açıklamalar yapıldıktan ve ölçeklerin yönergeleri okunduktan sonra çalışmaya katılmaya onam veren öğrencilerin kendileri tarafından doldurulmuştur. Öğrencilerin ölçekleri tamamlamaları için 2 ders saati süre verilmiştir. Sınıf öğretmeni, uygulama boyunca sınıfta bulunmuştur. Anket formu üzerine isim yazılıp yazılmaması öğrenciye bırakılmıştır. Ölçekler tamamlandıktan sonra her öğrencinin boyu ve kilosu standart aletlerle ve gizli kalacak biçimde ölçülmüştür.

TABLO 4. Cinsiyet ve Diyet Gruplarından Elde Edilen Ergenler İçin Kendilik Algısı Alt Ölçekleri Ortalama Puanları.

EKAP Alt ölçekleri		Sık diyet yapanlar		Nadir diyet yapanlar		Hiç diyet yapmayanlar	
		(n= 96)		(n= 88)		(n= 347)	
		Kızlar (n=72)	Erkekler (n= 24)	Kızlar (n=48)	Kızlar (n= 72)	Erkekler (n= 24)	Kızlar (n= 48)
Okul yeterliliği	X	2.62	2.38	2.48	2.54	2.60	2.54
	SS	0.51	0.57	0.49	0.50	0.56	0.51
Toplumsal kabul	X	2.92	2.96	2.80	2.85	2.81	2.93
	SS	0.54	0.56	0.67	0.45	0.58	0.60
Atletik yeterlilik	X	2.47	2.95	2.33	2.73	2.53	2.80
	SS	0.62	0.63	0.75	0.57	0.72	0.64
Fiziksel görünüm	X	2.42	2.51	2.63	2.54	2.68	2.76
	SS	0.67	0.75	0.81	0.62	0.71	0.68
İş yeterliliği	X	2.88	2.92	2.75	2.72	2.77	2.82
	SS	0.51	0.60	0.57	0.48	0.66	0.55
Romantik çekim	X	2.74	2.88	2.60	2.75	2.65	2.70
	SS	0.60	0.58	0.59	0.58	0.65	0.55
İlişkilerdeki davranış	X	2.93	2.69	2.91	2.95	3.00	2.82
	S	0.56	0.60	0.66	0.50	0.59	0.54
Yakın arkadaşlık	X	3.31	2.77	3.20	2.93	3.30	3.04
	SS	0.69	0.67	0.75	0.67	0.70	0.68
Genel kendilik değeri	X	2.72	2.38	2.87	2.84	3.08	3.96
	SS	0.70	0.58	0.78	0.58	0.66	0.62

EKAP: Ergenler İçin Kendilik Algısı Profili.

Diyet Yapma Durumu ölçümüne göre 1. grupta (sürekli diyet yapan) 9 kişi (%1.7); 2. grupta (sık sık diyet yapan) 15 kişi (%13.6); 3. grupta (ara sıra diyet yapan) 72 kişi (%13.6), 4. grupta (nadir olarak diyet yapan) 88 kişi (%16.6), 5. grupta (hiç diyet yapmayan) 347 kişi (%65.3) yer almıştır. İstatistiksel analizlerin sağlıklı yapılabilmesi için 1, 2 ve 3. grup birleştirilerek "sık diyet yapanlar", 4. grup "nadiren diyet yapanlar" ve 5. grup "hiç diyet yapmayanlar" olarak alınmıştır. Sonuç olarak çalışmada 347 kişi (%65.3) "hiç diyet yapmayanlar"; 88 kişi (%16.6) "nadiren diyet yapanlar" ve 96 kişi (%18.1) "sık diyet yapanlar" gruplarında yer almıştır.

statistiksel Y ntem

Verilerin değerlendirmesi sırasında gruplararası karşılaştırmalarda sayısal olmayanlarda ki-kare testi, sayısal olanlarda student-t testi ve tek yönlü ANOVA olmak üzere varyans analizleri

kullanılmıştır. Ergenlerde Kendilik Algısı Profili alt ölçekleri ve Beden İmajı Doyum Anketi'nin maddelerinin bağımlı değişken olarak alındığı yaş, cinsiyet ve diyet durumu etkisini saptamak üzere 2(cinsiyet) x 3(yaş grubu) x 3(diyet yapma durumu) faktör desenli çok değişkenli varyans analizi kullanılmıştır. Post-hoc analizlerde Tukey HSD testi seçilmiştir.

Bileşik Aşamalı Çoklu Regresyon analizinde beden imajı doyumu toplam puanının bağımlı değişken olarak; kendilik algısı alanları, yaş ve beden kitle indeksi ise bağımsız değişkenler olarak alınmıştır; kızlarda diyet yapan ve yapmayan gruplarda uygulanmıştır. Erkeklerde diyet yapan gruplarda az sayıda denek olması nedeniyle regresyon analizi uygulanmamıştır. Çalışmada istatistiksel anlamlılık derecesi olarak $p < 0.05$ seçilmiştir.

TABLO 5. Cinsiyet ve Diyet Gruplarında Beden İmajı Doyumu Toplam Puanını Yordayan Değişkenlerin Saptanmasına Yönelik Aşamalı Bileşik Çoklu Regresyon Analizleri.

Gruplar	Yordayıcı değişken	R	R ² Düzeltilmiş	F	Beta	t
Kız Sık diyet yapanlar (n=72)	Toplumsal kabul	.57	.29	10.8	.32	2.99**
	Fiziksel görünüm				.30	2.81**
Nadir diyet yapanlar (n=48)	Fiziksel görünüm	.65	.41	33.0	.65	5.75***
Diyet yapmayanlar (n=122)	Fiziksel görünüm	.38	.14	20.6	.38	4.54***

** p< 0.01 , *** p< 0.001

BULGULAR

Ölçeklerin araştırma örnekleminde güvenilirliklerini saptamak için yapılan analizlerde, Ergenler İçin Kendilik Algısı Profili'nde 0.83, Beden İmajı Anketi'nde ise 0.91 Cronbach Alfa katsayısı elde edilmiştir.

Çalışmada yer alan ergenlerin cinsiyet ile yaş, eğitim sınıfı, ekonomik durum ve beden kitle indeksi açısından karşılaştırmaları Tablo 1'de yer almaktadır. Kız ve erkekler arasında bu değişkenler açısından istatistiksel anlamlı fark saptanmamıştır. Dünya Sağlık Örgütü beden kitle indeksi değerlendirmelerine göre çalışmamızda evre I, II, III obezite yer almamaktadır. Çalışma grubunun %11'i (n=59) fazla kilolu grupta yer almaktadır.

Grubun %20.2'si (n=107) psikiyatrik bir yardım alıp almadığı sorusunu yanıtsız bırakırken, %5.8'i (n=31) psikiyatrik yardım aldığını belirtmiştir. Diyet yapan gruplar, psikiyatrik bir sorunu olmadığını belirtenler ile yanıtsız bırakan ya da yardım alanların yer aldığı gruplar açısından karşılaştırılmış ve istatistiksel açıdan anlamlı farklılık saptanmamıştır ($\chi^2= 1.2$, $sd= 2$, $p>0.05$).

Tablo 2'de diyet yapma durumuna göre oluşturulan grupların, cinsiyet dikkate alınarak BKİ ve ideal beden ağırlığı değerlendirmeleri açısından ki-kare analiz sonuçları yer almaktadır. Diyet yapan kız ve erkek gruplar, beden kitle indeksi ve ideal ağırlık tercihi açısından istatistiksel olarak farklıdır (Tablo 2).

Tüm grubun %29.8'i daha zayıf olmayı istediğini, %13.7'si ise daha kilolu olmayı istediğini belirtmiştir. Cinsiyet gruplarına göre kızların %48.8'i, erkeklerin %63'ü şimdiki kilolarından memnun olduğunu ifade etmiştir. Kızların %43'ü daha zayıf olmayı isterken, erkeklerde daha zayıf (%18.3) ya da daha kilolu (%18.7) olmayı isteyenlerin oranı benzerdir. Diyet yapma durumunu

cinsiyet grupları açısından değerlendirdiğimizde, kızların %29.8'i (n=72), erkeklerin %8.3'ü (n=24) sık diyet yaptığını belirtmiştir (Tablo 2).

İdeal beden ağırlığı seçeneklerine göre oluşan 3 grup, beden imajı toplam puanı açısından tek yönlü ANOVA ile karşılaştırıldığında, kilosundan memnun olanların, daha zayıf ya da daha kilolu olmayı isteyen diğer iki gruptan anlamlı derecede yüksek puan aldığı, daha olumlu beden imajına sahip oldukları saptanmıştır ($F(2, 528) = 31.4$; $p<0.001$). Nesnel bir ölçüm olan beden kitle indeksine göre oluşturulan fazla kilolu, normal ve düşük kilolu gruplar arasında beden imajı toplam puanları açısından farklılık saptanmamıştır.

Cinsiyet, Yaş ve Diyet Gruplarının Beden İmajı Doyumu ve Kendilik Algısı Açısından Karşılaştırmaları

Yaş, cinsiyet ve diyet gruplarının, Ergenler İçin Kendilik Algısı Profili alt ölçekleri ve Beden İmajı Doyum Anketi'ndeki genel görünüm, yüz, ekstremiteler, gövde, göğüs ve üst gövde, seksüel organlar maddelerindeki etkisini değerlendirmek için 3(diyet yapma durumu) * 2(cinsiyet) * 3(yaş) faktörlü çok değişkenli varyans analizi uygulanmıştır.

Beden imajından doyumu, diyet gruplarında yordayan değişkenleri saptamak amacıyla kız diyet gruplarında beden imajı doyum anketi toplam puanının bağımlı değişken olarak alındığı aşamalı bileşik çoklu regresyon analizi uygulandı. Bağımsız değişkenler olarak Ergenler İçin Kendilik Algısı Profili alt ölçek puanları, beden kitle indeksi ve yaş alınmıştır.

Cinsiyet: Beden İmajı Doyum Ölçeği bölüm ve toplam puanlarının cinsiyet ve diyet gruplarına göre dağılımı Tablo 3'te yer almaktadır. Beden İmajı Doyum Ölçeği'nde cinsiyetin (Pillai's $F = 9.56$, $p<0.001$) temel etkisi olduğu saptanmıştır. Cinsiyet gruplarının tek yönlü varyans

analiz sonuçlarına göre, genel görünüm ($F(1,513)=13.95, p<0.001$) ve seksüel organlar alt ölçeklerinde ($F(1,513)= 32.8, p<0.001$) temel etkisi vardır; cinsiyet değişkeni için yapılan t-test analizleri sonunda kızlar genel görünüm (Kız: $X= 3.47$ $SS= 0.71$; Erkek: $X= 3.94$ $SS= 0.69$ $t = -7.7, p<0.001$) ve seksüel organlarda (Kız: $X= 3.93$ $SS= 0.91$; Erkek: $X= 4.66$ $SS= 0.71$ $t = -10.3$ $p<0.001$) daha düşük puanlar almışlardır. Bu maddelerde kızların beden imajı doyumu daha düşüktür.

Ergenler İçin Kendilik Algısı Profili alt ölçek puanlarının cinsiyet ve diyet gruplarına göre dağılımı Tablo 4'te yer almaktadır. EKAP alt ölçeklerinde cinsiyet temel etkisi saptanmıştır (Pillai's $F= 5.76, p<0.001$). Tek değişkenli varyans analizi sonuçlarına göre cinsiyet etkisi EKAP-3 ($F(1,513)=13.90$, ort kare= 6.12, $p<0.001$), EKAP-7 ($F(1,513)= 5.30$, ort kare= 1.71, $p<0.001$) ve EKAP-8 ($F(1,513)=20.2$, ort kare= 9.62, $p<0.001$) altölçeklerinde saptanmıştır. Erkekler EKAP-3' te (Kız: $X= 3.47$ $SS= 0.71$; Erkek: $X= 3.94$ $SS= 0.69$ $t = -5.7$ $p<0.001$) daha yüksek puanlar alırken; kızlar EKAP 7 (Kız: $X= 2.96$ $SS= 0.59$; Erkek: $X= 2.82$ $SS= 0.55$ $t = 2.88$ $p<0.001$) ve EKAP 8 de (Kız: $X= 3.28$ $SS= 0.70$; Erkek: $X= 3.00$ $SS= 0.69$ $t = 4.61$ $p<0.001$) daha olumlu kendilik algısına işaret eden yüksek puanlar almıştır.

Yaş: Beden İmajı Doyum Anketi maddelerinde yaşın temel etkisinin olmadığı, yaş ve diyet arasında etkileşim etkisi olduğu (Wilks' = 1.79, $p<0.01$), tek değişkenli varyans analiz sonuçları ise "göğüs" ($F(2,513)= 4.21$, ort kare= 4.36, $p<0.002$) ve "cinsel organlar" ($F(2,513)= 2.87$, ort kare= 1.79, $p<0.001$) maddelerinde etkileşim etkisi olduğunu ortaya çıkarmıştır.

EKAP alanlarında da diyet grupları ve yaş arasında etkileşim etkisinin olduğu (Wilks' = 1.53, $p<0.05$), post hoc analizde ise istatistiksel anlamlılığın ortadan kalktığı gözlenmiştir.

Diyet: Beden İmajı Doyum Anketi maddelerinde diyetin temel etkisi olduğu (Wilks' = 3.53, $p<0.0001$); tek değişkenli varyans analiz sonuçları "genel görünüm" ($F(2,513)= 6.98$, ort kare= 3.35 $p<0.001$), "yüz" ($F(2,513)= 3.81$, ort kare= 1.67 $p<0.02$), "gövde" ($F(2,513)= 13.43$, ort kare= 12.5 $p<0.001$), "seksüel organlar" ($F(2,513)= 4.2$, ort kare= 2.6 $p<0.02$) maddelerinde ve toplam puanda ($F(2,513)= 7.34$, ort kare= 2.54

$p<0.001$) diyet grupları arasında fark olduğunu göstermiştir. İkili karşılaştırmalar için Tukey HSD testi uygulandığında genel görünüm, yüz maddeleri ve toplam puanda hiç diyet yapmayan grubun diğer iki gruptan daha yüksek puan aldığı; gövde maddesinde hiç diyet yapmayanların en yüksek, sık diyet yapanların ise en düşük olmak üzere üç grubun birbirinden farklı puanlar aldığı; cinsel organlar maddesinde ise sık sık diyet yapanların diğer iki gruptan daha düşük puan aldığı saptanmıştır.

EKAP alt ölçeklerinde diyet yapma temel etkisi (Wilks' ($F= 2.74, p<0.0001$); tek değişkenli varyans analizleri sonucunda EKAP-4 ($F(2,513)= 5.09$, ort kare= 2.46 $p<0.001$) ve EKAP-9 ($F(2,513)= 13.53$, ort kare= 5.69 $p<0.001$) alt ölçeklerinde saptanmıştır. Diyet yapmayan grup, her iki alt ölçekte daha yüksek puan alarak daha olumlu kendilik algısı olduğunu göstermiştir.

Diyet yapan ve yapmayan gruplarda, aşamalı bileşik çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre, kızlarda sık diyet yaptığını belirten grupta fiziksel görünüm alanıyla birlikte toplumsal kabul görme alanı yer almaktadır. Diğer iki grupta (nadir diyet yapanlar ve hiç diyet yapmayanlar) yalnızca fiziksel görünümün beden imajı doyumunu yordadığı görülmektedir (Tablo 5).

TARTIŞMA

Çalışmamızda kız ergenlerin %43'ü daha zayıf olmayı istediğini belirtirken, erkek ergenlerde bu oran %18.3'tür. Bu konuda yapılan birçok çalışmada, kızların erkeklere oranla, bedenlerinden daha az hoşnut olduğu ve daha zayıf beden ideali taşıdıkları bildirilmektedir (Desmond ve ark. 1986, Eisele ve ark. 1986, Kann ve ark. 1998, Storz ve Greene 1983). Japonya'da yapılan bir çalışmada, ilköğretimdeki kızların %30'unun daha zayıf olmayı istediği, bu oranın lisedeki kızlar arasında ise %70'lere ulaştığı bildirilmektedir (Ohtahara ve ark. 1993). Çalışmamızda gerçek kilosundan hoşnut olmayan ve daha zayıf olmayı isteyen kızların oranları, beklentilerimizden daha yüksek olarak saptanmıştır.

Araştırmada yer alan kızların %29.8'i, erkeklerin ise %8.3'ü sık diyet yapan grupta yer almaktadır. Araştırmamızın sonuçları literatürde yer alan kızların erkeklere oranla daha fazla diyet yaptıkları şeklindeki bulguyu desteklemekle bir-

likte, her iki cinste de oranlar daha düşüktür. Diyet yapma girişimlerinin oldukça erken yaşlarda başladığı, ilkokuldaki 2-4. sınıflarda kızların %15'nin, erkeklerin %5'nin diyet yaptığı, %34'ünün ise daha önce kilo vermeye çalıştığı bildirilmiştir (Powell ve Hendricks 1999). Lucas ve arkadaşları (1991), liseli kızların %58'nin diyet yaptığını, 5 kişiden birinde tıknırcasına yeme ve kusma olduğunu bildirmişlerdir. Yaşamlarının bir döneminde diyet yapma oranı kız ergenlerde %25 (Leon ve ark. 1989, Williams ve ark. 1986) ile %63 (Kann ve ark. 1997, Rosen ve Gross 1987) arasında değişmektedir. Bir başka çalışmada ise lise öğrencilerinin %76'sının kilo vermeye çalıştığı belirtilmektedir (Felts ve ark. 1996).

Normal kiloda olan kızların %33.6'sı, erkeklerin ise %6.3'ü sık diyet yapan grupta yer almaktadır. Beden imajı doyumunda cinsiyetler arasında fark saptanmamakla birlikte, kızlar beden oranları, beden duruşu, boy, kilo gibi maddelerin yer aldığı genel görünüm ve seksüel organ maddelerinde erkeklerden daha düşük puanlar almıştır ve kızlarda artan yaşla beden imajı doyumu azalmaktadır. Çalışmalarda benzer olarak kızların erkeklerden daha düşük beden imajı doyumu gösterdikleri bildirilmektedir (Çok 1990, Graham ve ark. 2000). Kitle iletişim araçlarında incelik, uzun bacaklılık ve fiziksel çekicilik gibi özellikleri ideal kadın bedeni olarak vurgulandığı; bu tanımın geç gelişen kızların bedenine uyduğu, erken gelişen ve pubertedeki değişim nedeniyle kalça bölgesinde doğal olan yağ birikiminin ergenlerde sıklıkla hoşnutsuzluk nedeni olduğu belirtilmektedir (Davies ve Furnham 1986). Türkiye'de yapılan bir çalışmada benzer olarak puberteye erken giren kızlarda ve geç giren erkeklerde düşük beden imajı olduğu, yaş grupları arasında fark olmadığı bildirilmiştir (Çok 1990).

Diyet yapma ve beden hoşnutsuzluğu arasındaki güçlü bağıntı literatürdeki birçok çalışmada yer almaktadır (Dunkley ve ark. 2001, French ve ark. 1995, Gruber ve ark. 2001, Paxton ve ark. 1991, Pesa 1999, Sands 2000). Diyet yapma sıklığına göre ayırdığımız gruplar arasında beden genel görünüşü, yüz, gövde ve seksüel organlar maddelerinde diyet yapanların daha düşük beden imajı doyumunu gösteren puanlar alması bu bağıntıyı desteklemektedir. Çalışmamızdaki bir diğer önemli bulgu ise çalışmadaki ergenleri diyet yapma durumuna göre sık, nadir ve hiç diyet yap-

mayanlar gruplarına ayırmamıza karşın; diyet yapanların beden imajı doyumu, hiç diyet yapmayan gruptan anlamlı olarak düşüktür. Bu sonuç, diyet yapma sıklığından daha çok kişide diyet yapmayla ilgili bir kavram olmasının önemini ortaya koymaktadır.

Nesnel bir ölçüm olan standart beden-kitle indeksine göre ayrılan gruplar arasında beden imajı açısından anlamlı bir farklılık olmamasına karşın, ideal beden isteğine göre yapılan gruplarda, kilosundan memnun olanlar daha olumlu beden imajı bildirmiştir. Bu bulgu öznel etkenlerin, daha zayıf ya da daha kilolu olmayı istemek gibi, kişinin beden imajı algısında daha etkin bir rol oynadığını göstermektedir. Aynı zamanda beden imajı hoşnutsuzluğunun algılanan ve istenen beden arasındaki uyumsuzluktan kaynaklandığını belirten görüşleri de desteklemektedir (Gruber ve ark. 2001, Ogden ve Evans 1996).

Kendilik algısı alanlarında, erkekler atletik yeterlilik, kızlar ise yakın arkadaşlık ve ilişkilerdeki davranışlar alanlarında daha olumlu kendilik algısı göstermiştir. Bu konuda yaptığımız başka bir çalışmada, kendilik algısı profilinde benzer cinsiyet farklılıkları saptanmıştır (Özbay ve ark. 2002). Diyet değişkeni gözönüne alındığında, cinsiyetten bağımsız olarak, diyet yapmayanların fiziksel görünüm ve genel kendilik değeri alanlarında daha olumlu kendilik algısı olduğu saptanmıştır. Bu konudaki birçok çalışmada, diyet yapan ergenlerin daha düşük kendilik saygısına sahip oldukları bildirilmektedir (Elridge ve ark. 1990, Neumark-Sztainer ve Hannan 2000, Pesa 1999, Wichstrom 1995). Bu bulgunun yorumu için iki farklı görüş bulunmaktadır. Birinci görüşe göre, düşük kendilik saygısı, yeme sorunlarının başlatan önemli etkenlerden biridir ve diyet yapma davranışları ile yeme sorunları düşük kendilik saygısının dışavurumudur (Button 1990, Button ve ark. 1996, Nassar ve ark. 1992, Pesa 1999). İkinci görüşte ise bu görüşün tersi yer almaktadır. Özellikle gelişmiş ülkelerde kız ergenler ve genç yaştaki kadınlarda diyet yaparak kiloları, dolayısıyla bedenleri üzerindeki kontrolü sağlayabilme kendilik saygısını artırmakta, ama bu konudaki başarısızlık düşük kendilik saygısıyla sonlanmaktadır (Pesa 1999). Kilo kontrolü üzerindeki başarı ve başarısızlık döngüsü dikkate alınırsa diyet yapanlardaki düşük kendilik saygısının nedeni daha iyi anlaşılacaktır.

Fiziksel görünüm, kişinin kendini değerlendirmesi kadar, sosyal değerlendirilmesi açısından da güçlü bir uyaran faktör olması nedeniyle beden imajını etkilemektedir (Cash ve ark. 1988, Rosenblum ve Lewis 1999). Beden imajı, fiziksel kendiliğin görünümü olarak da tanımlanmaktadır (Collins 1983). Konstanski ve Gullone (1998) tarafından yapılan hem kız hem de erkek ergenlerin bulunduğu bir çalışmada beden imajı hoşnutsuzluğunu yordayan faktörler cinsiyet, beden kitle indeksi, kendilik saygısı ve anksiyete olarak saptanmıştır. Araştırmamızda, sık diyet yapan kızlarda fiziksel görünümle birlikte toplumsal kabul görme alt ölçeği, beden imajı doyumunu yordayan değişkenler arasında yer almaktadır. Fazla kilolu ergenlerin kendilerini, "sosyal açıdan daha az kabul gören" olarak tanımlamalarına dikkat çeken araştırmacılar, düşük kendilik algısı ve sosyal geri çekilmenin ergenlerde depresyon, anksiyete, yeme bozuklukları gibi ruhsal sorunlara yol açabileceği uyarısında bulunmaktadırlar (Buddeberg-Fischer ve Reed 1999, O'dea ve Abraham 1999).

Literatürde daha çok kızlarla ilgili veriler yer almaktadır. Çalışmamızdaki erkek grubunda diyet yapma oranları kızlara göre oldukça düşüktür. Ayrıca sözü edilen erkek ergenlerin bir kısmı daha kilolu olmak için diyet yapmaktadır ki bu da kızlardakinden tamamen farklı bir durum ortaya

koymaktadır. Çocuk ve ergen erkeklerde beden imajı ile ilgili yapılan çalışmalarda, birçok erkeğin bedenlerinden hoşnutsuzluk duyduğu, erkeklerde beden hoşnutluğunun kendilik değeri ile pozitif olarak ilişkili olduğu belirtilmektedir (Pope ve ark. 1999, Pope ve ark. 2000).

Bununla birlikte, çalışmamızda beden imajından duyulan hoşnutsuzlukta ve diyet davranışlarının başlaması ve sürmesinde önemli etkenler olarak gösterilen kitle iletişim araçları ve modernizasyonun etkileri ele alınmamıştır. Bu nedenle beden imajını yordayan değişkenlerin ele alınması bu çalışmanın sınırları içinde yapılabilmektedir.

Sonuç olarak, beklentilerimizin aksine araştırmamızda diyet yapma ve daha zayıf beden ideali oranları literatürde bildirilen oranlara yakındır. Fakat bu sonuçların modernizasyondan daha az etkilenen ülkenin diğer bölgelerini temsil edemeyeceği açıktır. Çalışmamızdaki önemli bulgulardan biri beden imajının, nesnel bir ölçüm olan gerçek beden ağırlığından etkilenmemesi ve öznel bir değerlendirme olan ideal beden seçimine göre farklılık göstermesidir. Bu durum normal kiloda olmalarına rağmen diyet yapan ve olumsuz beden algısı olan ergenlerin daha iyi anlaşılmasını sağlayabilir. Fazla ya da düşük kilolu olmanın çok, daha zayıf olma ideali olanlarda beden imajı doyumu daha düşüktür ve beden imajından doyum olumlu kendilik algısıyla birliktedir.

KAYNAKLAR

- Adams JF (1980) Understanding Adolescence, 4. baskı, Allyn ve Bacon Inc., Boston.
- Aşçı FH, Gökmen H, Tiryaki G ve ark. (1997) Self-concept and body image of Turkish high school male athletes and non-athletes. *Adolescence*, 32:959-967.
- Brownell KD (1991) Dieting and the search for the perfect body: where physiology and culture collide. *Behavior Therapy*, 22:1-12.
- Buddaberg-Fisher B, Klaghofer R, Reed V (1999) Associations between body weight, psychiatric disorders and body image in female adolescents. *Psychother Psychosom*, 68:325-332.
- Button EJ (1990) Self-esteem in girls aged 11-12: Baseline findings from a planned prospective study of vulnerability to eating disorders. *J Adolesc*, 13:407-413.
- Button EJ, Loan P, Davies J ve ark. (1996) Self-esteem, eating problems and psychological well-being in a cohort of school girls aged 15 to 16: A questionnaire and interview study. *Int J Eat Disord*, 21:39-47.
- Cash TF, Dawson KS, Davis M ve ark. (1998) Effects of cosmetic use on the physical attractiveness and body image of american college women. *The J Soc Psychol*, 129:349-355.
- Collins JK, Propert DS (1983) A prospective study of body recognition in adolescent girl. *Adolescence* 18:767-774.
- Çok F (1990) Body image satisfaction in Turkish adolescents. *Adolescence*, 25: 409-413
- Davies E, Furnham A (1986) Body satisfaction in adolescent girls. *Br J Med Psychol*, 59:279-287.
- Desmond SM, Price JH, Gray N ve ark. (1986) The etiology of adolescents' perceptions of their weight. *J Youth Adolesc*, 15:461-474.
- Dunkley TL, Wertheim EH, Paxton SJ (2001) Examination of model of multiple sociocultural influences on adolescent girls' body dissatisfaction and dietary restraint. *Adolescence*, 36:265-279.
- Eisele J, Hertsgaard D, Light HK (1986) Factors related to eating disorders in young adolescent girls. *Adolescence*, 21:283-300.
- Eldridge K, Wilson GT, Whaley A (1990) Failure self-evaluation and feeling fat in women. *Int J Eat Disord*, 9:37-50.
- Emmons L (1994) Predisposing factor differentiating adolescent dieters and nondieters. *J Am Diet Assoc*, 94:725-731.
- Fairburn CG, Kelly DB (2002) *Eating Disorders and Obesity*, The Guilford Press, New York.
- Felts WM, Parrillo AV, Ghenier T ve ark. (1996) Adolescents' perceptions of relative weight and self-reported weight-loss activities.

es: Analysis of the 1990 YRBS national data. *J Adolesc Health*, 18:20-26.

French SA, Jeffery RW (1994) Consequences of dieting to lose weight: Effects on physical and mental health. *Health Psychol*, 13:195-212.

French SA, Story M., Downes B ve ark. (1995) Frequent dieting among adolescents: Psychosocial and health behavior correlates. *Am J Public Health*, 85:695-701.

Garner D, Wooley S (1991) Confronting the failure of behavioral and dietary treatments for obesity. *Clin Psychol Rev*, 11:729-780.

Garrison KC, Garrison KC (1975) *Psychology of adolescence*, ikinci baskı, Englewood Cliffs, NJ:Prentice-Hall.

Geller J, Johnston C, Madsen K (1997) A new measure of the role of shape and weight in self-concept: The Shape and Weight Based Self-esteem Inventory. *Cognit Ther Res*, 21:5-24.

Gökdoğan F (1988) Orta öğretime devam eden ergenlerde beden imajından hoşnut olma düzeyi. Yayınlanmamış master tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 1988.

Graham MA, Eich C, Kephart B, Peterson D (2000) Relationship among body image, sex, and popularity of high school students. *Percep Mot Skills*, 90:1187-1193.

Gruber JA, Pope HG, Lalonde JK ve ark. (2001) Why do young women diet? The roles of body fat, body perception and body ideal. *J Clin Psychiatry*, 2001; 62:609-611.

Harter S (1988) *Manuel for the self-perception profile for adolescents*, University of Denver, 1988.

Işık-Canpolat B, Örsel S, Akdemir A, Özbay MH (2003) Ergenlerin kendilik algısında beden imajının ve beden kitle indeksinin rolü. *Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi*, yayında.

Kann L, Kinchen SA, Williams BI ve ark. (1988) Youth Risk Behavior Surveillance-United States, 1997. *J Sch Health*, 68:355-369.

Koff E, Rierdan J, Stubbs ML (1990) Gender, body image, and self-concept in early adolescence. *J Early Adolesc*, 10:56-68.

Konstanski M, Gullone E (1998) Adolescent body image dissatisfaction: relationship with self-esteem, anxiety, and depression controlling for body mass. *J Child Psychol Psychiatry*, 39:255-262.

Leon GR, Perri CL, Mangelsdorf C ve ark. (1989) Adolescent nutritional and psychological patterns and risk for the development of an eating disorder. *J Youth Adolesc*, 18:273-282.

Lucas AR, Beard CM, O'Fallon WM ve ark. (1991) 50-year trends in the incidence of anorexia nervosa in Rochester, Minn.: A population-based study. *Am J Psychiatry*, 148:917-22.

Morris A, Cooper T, Cooper TJ (1989) The changing shape of female fashion models. *Int J Eat Disord*, 8:593-596.

Nassar CM, Hodges P, Ollendick T (1992) Self-concept, eating attitudes, and dietary practices in young adolescent girls. *Sch Couns*, 39:338-343.

Neumark-Sztainer D, Palti H., Butler R (1995) Weight concerns and dieting behaviors among high school girls in Israel. *J Adolesc Health*, 16:53-59.

Neumark-Sztainer D, Hannan PJ (2000) Weight related behaviors among adolescent girls and boys. *Arch Ped Adolesc Med*, 154:569-577.

O'dea JA, Abraham S (1999) Association between self-concept and body weight, gender and pubertal development among male and female adolescents. *Adolescence*, 34: 69-79.

Ogden J, Evans C (1996) The problem with weighing: effects on mood, self-esteem and body image. *Int J Obesity*, 20:272-277.

Ohtahara H, Ohzeki T, Hanaki K ve ark. (1993) Abnormal perception of body weight is not solely observed in pubertal girls: Incorrect body image in children and its relationship to body weight. *Acta Psychiatr Scand*, 87:218-222.

Özbay MH, Örsel S, Akdemir A ve ark. (2002) Psikiyatri Polikliniğine başvuran ergenlerde kendilik algısı ile demografik değişkenlerin etkileşimi: kontrollü bir çalışma. *Psikiyatri, Psikoloji ve Psikofarmakoloji Dergisi*, 10:23-32.

Paxton SJ, Wertheim EH, Gibbons K ve ark. (1991) Body image satisfaction, dieting beliefs, and weight loss behaviors in adolescent girls and boys. *J Youth Adolesc*, 3:361-379.

Pesa, J (1999) Psychosocial factors associated with dieting behaviors among female adolescents. *J Sch Health*, 69:196-201.

Pesa JA, Syre TR., Jones E (2000) Psychosocial differences associated with body weight among female adolescents: the importance of body image. *J Adolesc Health*, 26:330-337.

Pope HG, Gruber AJ, Mangweth B ve ark. (2000) Body image perception among men in three countries. *Am J Psychiatry*, 157: 1297-1301.

Pope HG, Olivardia R, Gruber AJ ve ark. (1999) Evolving ideas of male images seen through action toys. *Int J Eat Disord*, 26:65-72.

Powell MR, Hendricks B (1999) Body schema, gender, and other correlates in nonclinical populations. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 125: 333-412.

Rierdan J, Koff E (1997) Weight, weight-related aspects of body image and depression in early adolescent girls. *Adolescence*, 32:615-624.

Rosenblum GD, Lewis M. (1999) The relations among body image, physical attractiveness, and body mass in adolescence. *Child Development*, 70:50-64.

Rosen G, Ross A (1968) Relationship of body image to self-concept. *J Consult Clin Psychol*, 32:100.

Rosen J, Gross, J (1987) Prevalance of weight reducing and weight gaining in adolescent girls and boys. *Health Psychol*, 6:131-147.

Şahin D, Güvenç GB (1996) Ergenlerde Aile Algısı ve Benlik Algısı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11(38):22-32.

Sands R (2002) Reconceptualization of body image and drive for thinness. *Int J Eat Disord*, 28:397-407.

Smolak L, Levine MP (1994) Toward an empirical basis for primary prevention of eating problems with elementary school children. *Eating Disorders: Journal of Treatment and Prevention*, 2:293-307.

Smolak L, Levine MP, Striegel-Moore R (1996) *The Developmental Psychopathology of Eating Disorders*, Lawrence Erlbaum Associates Inc., New Jersey.

Storz NS, Greene WH (1983) Body weight, body image, and perception of fad diets in adolescent girls. *J Nutr Educ*, 15:15-18.

Strong KG, Huon GF (1997) The development and evaluation of a staged-based Dieting Status Measure (DISM). *Eat Disord*, 5:97-104.

Usmiani S, Daniluk J (1997) Mothers and their adolescent daughters; relationship between self-esteem, gender role identity, and body image. *J Youth Adolesc*, 26:45-62.

WHO (2000) Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO Consultation (WHO Technical Report Series 894). Geneva, WHO.

Wichstrom L (1995) Social, psychological and physical correlates of eating problems: a study of the general adolescent population in Norway. *Psychol Med*, 25:567-579.

Williams RL, Schaefer SA, Shisslak CM ve ark. (1986) Eating attitudes and behaviors in adolescent women: Discrimination of normals, dieters and suspected bulimics using the Eating Attitudes Test and Eating Disorders Inventory. *Int J Eat Disord*, 5:879-894.