Uluslararası Spor, Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi

Cilt 2, Sayı 4, 124-136, (2016) *Orijinal Makale*

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Obez Bireylere Karşı Tutum Düzeylerinin Sınıf Değişkenine ve Bazı Değişkenlere Göre Karşılaştırılması

Eren ULUÖZ[1]

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu (BESYO) öğrencilerinin obez bireylere karşı tutum düzeylerinin sınıf değişkenine ve diğer seçilmiş değişkenlere göre karşılaştırılmasıdır.

Materyal ve Yöntem: Bu araştırmada nedensel karşılaştırma modeli kullanılmıştır. Araştırmaya 117'si (%35.50) kadın 213'ü (%64.50) erkek olmak üzere toplam 330 öğrenci (yaş ort:22.33±2.31) katılmıştır. Obez bireylere yönelik tutum düzeyinin belirlenmesi amacıyla Alison ve ark., (1991) tarafından geliştirilen "Obez Bireylere Yönelik Tutum Ölçeği"nin Dedelioğlu ve arkadaşları (2014) tarafından uyarlanan Türkçe versiyonu (T-ATOP) kullanılmıştır.

Bulgular: ANOVA testi sonuçlarına göre katılımcıların okudukları sınıf ile T-ATOP puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur, $F(3, 326)=6.51$, $p<0.05$. Buna göre 4. Sınıf T-ATOP puanlarının diğer sınıflara göre anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Bu durum 4. sınıf öğrencilerinin obez bireylere daha olumlu tutuma sahip olduklarını göstermektedir. Araştırma sonuçlarına göre sınıf değişkeni ile obez bireylere karşı geliştirilen olumlu tutum arasında pozitif yönde bir ilişki vardır. Buna göre sınıf yükseldikçe kilolu ve obez bireylere karşı tutumun olumlu yönde değiştiği görülmüştür.

Sonuçlar: BESYO öğrencilerinin lisans eğitimleri sırasında aldıkları obeziteyle doğrudan ya da dolaylı olarak ilişkili dersler aracılığı ile obezitenin oluş mekanizması ile ilgili bilgi sahibi olmaları fazla kilolu ve obez bireylere karşı tutumlarını olumlu yönde değiştirmiştir. Buna ek olarak lisans eğitiminin son yılında yer alan topluma hizmet uygulamaları, staj, antrenörlük uygulamaları gibi derslerin de teoride alınan bilgileri pratikte uygulama şansı yaratarak öğrencilerin bu dersler kapsamında yapılan faaliyetler sırasında karşılaştıkları fazla kilolu obez bireylere karşı daha anlayışlı olmalarına neden olduğu düşünülebilir.

Anahtar Kelimeler

Beden eğitimi ve spor, Obez bireylere karşı tutum, Üniversite öğrencileri, Önyargı.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 17.11.2016
Kabul Tarihi: 29.11.2016
Online Yayın Tarihi: 20.12.2016

DOI: 10.18826/useeabd.267101

A comparison of the attitudes toward obese persons of the students in the Physical Education and Sports School in terms of classes and some variables

Abstract

Aim: The main purpose of this study was to compare the attitudes toward obese persons scale (ATOP) scores of the students in Physical Education and Sports School (PES) in terms of classes and some variables.

Material and Methods: Causal comparative research method was used in this study. The study was performed 330 students (age:22.33±2.31) (117 female/213 male). In order to determine the attitudes toward obese persons ATOP scale developed by Alison *et al* (1991) and validated for Turkish population (T-ATOP) by Dedeli *et al* (2014) was used.

Results: ANOVA test indicated that the T-ATOP scores of the classes showed significant differences, $F(3, 326)=6.51$, $p<0.05$. Consequently, T-ATOP scores of 4. class students was significantly higher than the other classes. The main significant result of this study was that as the classes get higher, the attitude towards overweight and obese people changed positively.

Conclusion: It can be considered that the students of PES have positive attitudes towards overweight and obese persons by being informed about the mechanism of obesity through their courses which directly or indirectly related to obesity during their undergraduate education. In addition to this courses, it can be thought that in the last year of undergraduate education, such as the practice of collective service application, internship, coaching practice, it is possible to create a chance to practice the theoretical knowledge practically, which may lead to students becoming more understanding of overweight obese persons they meet and to explain the sudden change of attitude in the positive direction.

Keywords

Physical education and sports, Attitudes toward obese persons, University students, Bias,

Article Info

Received: 17.11.2016
Accepted: 29.11.2016
Online Published: 20.12.2016

DOI: 10.18826/useeabd.267101

USEABD yazım kurallarının "Yazarlık Hakkı" bölümündeki MADDELERE göre yazar katkıları şu şekilde rapor edilmiştir:
1. Yazar: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8.

[1]Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Adana/TÜRKİYE, proferde@hotmail.com

GİRİŞ

Sanayi devriminden günümüze kadar geçen süreçte hareketsiz yaşam biçimi günden güne artarak birçok sağlık sorununu beraberinde getirmiştir. Bu süreçte insanların daha önce beden gücü ile yaptıkları günlük işler artık makinalar aracılığı ile yapılmaya başlanmıştır. Bu durum insanları günlük yaşamın gerektirdiği basit fiziksel hareketleri dahi yapamaz hale getirmiştir (Yoksuler ve Dinç, 2010). Hareketsiz yaşam tarzına ek olarak beslenme bozuklukları da son yıllarda ciddi sağlık sorunlarına yol açmaktadır. Hareketsiz yaşam tarzı ve beslenme bozuklukları obezite hastalığının oluşmasına neden olan iki temel faktör olarak bildirilmiştir (Tanumihardjo ve ark., 2007; Kaidar-Person ve ark., 2008). Obezite yaş gurubu, cinsiyet, sosyo-ekonomik yapı farkı gözetmeksizin günden güne artan sıklıkla görülebilen bir hastalık olarak değerlendirilebilir. Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) verilerine göre dünyada 1.6 milyar bireyin obez olduğu ve bu rakamın yakın gelecekte 2.3 milyara ulaşabileceği belirtilmektedir (DSÖ, 2000). Obezitenin belirlenmesi ve sınıflandırılmasında Beden Kitle İndeksi (BKİ) standardı kullanılmaktadır. DSÖ tarafından belirlenen bir formüle göre obezite, kişilerin vücut kilogram cinsinden ağırlıklarının, metre cinsinden boylarının karesine bölünmesi yoluyla edilmektedir. Elde edilen hesaplamalar sonucunda beden kitle indeksi 30 kg/m2 ve üzerinde olan kişi obez olarak tanımlanmaktadır. Obezite ile ilgili sınıflama Tablo 1'de gösterilmiştir (DSÖ, 1997).

Tablo 1. DSÖ'nün obezite sınıflandırılması

Gruplar	BKİ (kg/m^2)
Zayıf	< 18.50
Normal kilolu	18.50 - 24.99
Fazla kilolu	25.00 - 29.99
Hafif düzey obez (sınıf 1)	30.00 - 34.99
Orta düzey obez (sınıf 2)	35.00 - 39.99
İleri düzey obez (sınıf 3)	≥ 40.00

Obezite temel teori olarak vücuda alınan besinlerden sağlanan enerji miktarının, tüketilen enerji miktarından fazla olmasından kaynaklanmaktadır. Obezite vücut yağ kitlesinin, yağsız vücut kitlesine oranla artması ile kendisini gösteren kronik bir metabolik hastalık olarak tanımlanmıştır (Altunkaynak ve Özbek, 2006; Wells, 2012). Obez bireyler obezitenin düzeyine bağlı olarak başta kardiovasküler ve endokrin sistem olmak üzere vücudun tüm organ ve sistemlerini etkileyen çeşitli rahatsızlıklara ve hastalıklara maruz kalmaktadırlar. Obezite artan ve birbirini tetikleyen sistematik bozukluklara ve hatta ölümlere yol açabilen ciddi bir sağlık sorunu olarak değerlendirilmektedir (Masters ve ark., 2013; Childers ve ark., 2010). Obezitenin sebep olduğu fiziksel sağlık sorunları hakkında çok fazla sayıda bilimsel araştırma bulunmaktadır. Bu araştırma sonuçlarına göre obezitenin kas-iskelet sistemi hastalıkları, menstruasyon düzensizlikleri, osteoartrit, hipertansiyon, insülin direnci, hiperinsülinemi ,tip 2 diabetes mellitus, safra kesesi hastalıkları, koroner arter hastalığı, deri enfeksiyonları, aşırı kıllanma, hiperlipidemi – hipertrigliseridemi, metabolik sendrom, bazı kanser türleri, felç, karaciğer yağlanması, mantar enfeksiyonları, uyku apnesi, astım, solunum zorluğu, gebelik komplikasyonları, ameliyat risklerinin artması, azalmış fertilite vb birçok sağlık sorununa yol açtığı bildirilirmiştir (Fontaine ve ark., 2001; Kopelman, 2007; Koplan ve ark., 2005; Lobstein ve ark., 2004; Story ve ark., 2002; Swallen ve ark., 2005). Bu rahatsızlıklara ve obeziteye karşı düzenli fiziksel aktivite yapılması ve doğru beslenme tarzı uygulanması en temel yaklaşımlardır. Literatürde birçok yaş grubundan insan üzerinde fiziksel aktivite ve beslenme tarzları üzerine çalışmalara rastlamak mümkündür (Akandere, 2007; Akman ve ark., 2012; Aksoydan ve Çakır, 2011; Bavlı, 2014; Dinç ve ark., 2010; Türkmen ve ark. 2013).

Fiziksel hastalıklara ek olarak obez bireylerin psikolojik rahatsızlıklar da yaşadıkları bildirilmektedir. Anksiyete, depresyon, anoreksiya nevroza, blumia nevroza, gece yeme sendromu, Binge Eating sendromu, özgüven problemleri, kişilik bozuklukları, benlik saygısında azalma gibi rahatsızlıklar en sık rastlanan psikolojik sorunlar olarak bildirilirmiştir. (Friedman ve ark., 1995; Simon ve ark., 2006). Değirmenci ve ark. (2015) yaptıkları çalışmada obezitesi olan bireylerde depresyon ve anksiyete düzeylerinin diğer bireylere göre daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca bu bireylerin yeme tutum ve davranışlarında sorun yaşadıklarını, özellikle fiziksel anlamda yaşam kalitelerinin düşük olduğunu bildirmişlerdir. Buna bağlı olarak depresyon ve anksiyete belirtilerinin bulunmasının yaşam kalitesini, benlik saygısını ve yeme tutumunu olumsuz olarak etkilediğini ileri

sürülmüştür. Balcığlu ve Başer (2008) ise yaptıkları çalışmada obez bireylerin karşılaştıkları psikolojik sorunlarla ilgili görüşleri; "obezite ile birlikte major depresyon, bipolar bozukluk, panik bozukluk ya da agorafobi prevalansı artar. Madde kullanım bozukluğu riski ise belirgin olarak azalmıştır. Prevalans disfori, anksiyete ve depresyon gibi psikopatolojik problemlerin de obeziteye neden oldukları ileri sürülebilir. Obezlerdeki disfori, anksiyete ve depresyonu obezitenin sonucu olarak görenler de vardır. Son yapılan araştırmalara göre BKİ>40 olanlarda (aşırı obezler) depresyon riski artar; obezlerde depresyon daha ağır geçer ve prognozları daha kötüdür. Erişkinlerde önce obezite arkasından depresyon gelişirken çocuklarda ise önce depresyon ardından obezite geliştiği bildirilmektedir. Obez erkeklerde depresyon görülme sıklığında bir değişiklik olmazken kadınlarda artmıştır. Bipolar bozuklukta da obezite genel popülasyondan daha sık görülür. Ayrıca obezlerde manik ve depresif hecmeler daha sık görülmektedir. Aşırı obez kişilerin %89'u bipolar bozukluk spektrumundadır. En sık görülen bipolar 2 bozukluğudur. Özellikle aşırı aktivite ile karakterize olan hipomanik durum ciddi obezite ile ilişkilidir" şeklindedir.

Obez bireylerin yaşadığı fiziksel ve psikolojik sorunların yanı sıra sosyal yaşantılarında da çok büyük zorluklarla karşılaştıkları ulusal ve uluslararası birçok çalışmada bildirilirmiştir (Chambliss, 2004; Poon ve Tarrant, 2009; Usta ve ark., 2015). Yılmaz ve Dinç (2010) obezitenin yol açtığı fiziksel rahatsızlıkların yanında, bireyleri farklı açılardan da olumsuz yönde etkilediğini, sosyal açıdan ele alındığında; obez bireylerin normal kilolu kişilere oranla daha zor arkadaş edindiklerini, kendilerini daha az çekici bulduklarını ve girdikleri ortamda fiziksel görünüşleri yüzünden kendilerini güvensiz ve utangaç hissettikleri belirtilmişlerdir. Bu olumsuz durumların obez kişilerin depresyon yaşamalarına bile neden olabildiğini ve buna bağlı olarak sosyal faaliyetlere daha az katılma eğiliminde oldukları görüşünü ileri sürmüşlerdir. Başka bir çalışmada araştırmacılar, kilolu bireylerin kendi beden kitle indeksleri ile karşı karşıya kaldıkları kötü davranışlar ve tutumlar arasında doğru orantı olduğunu ortaya koymuşlar ve vücut kitle indeksi fazla olanların az olanlara oranla ortalama on kat daha fazla kötü davranışa maruz kaldıklarını bulmuşlardır (Falkner ve ark., 1999).

Obez bireylere karşı tutumlarla ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde sosyal yaşantıda obez bireylere karşı olumsuz düşüncelerin olduğu, bunun da obez bireylere karşı olumsuz tutum ve davranışlar sergilenmesine yol açtığı görülmektedir. Bacon ve ark. (2001) yapmış oldukları çalışmada fazla kilolu kişilere karşı olumsuz tutum ve davranışlar sergilendiğini bildirmişlerdir. Robinson ve ark. (1993) yapmış oldukları çalışmada obez kişilere karşı olumsuz tutum ve davranışların uygulanan eğitim programları sonucunda azaltılabileceği gösterilmiş olsa da özellikle kilolu bireylere karşı sahip olunan önyargının obez bireylere karşı sergilenen olumsuz tutumlar üzerinde etkili olduğu bildirilmiştir. Örneğin, Usta ve ark. (2015) çalışmalarında sağlık personeli adaylarının dahi obez bireylere karşı ön yargılarının olabildiğini ve olumsuz tutum ve davranışlar sergileyebildiklerini belirtmişlerdir. Teachmen ve ark. (2003) ise kilolu kişilere karşı olumsuz tutumlar sergilenmesinin bilinçli ve isteyerek olabileceği gibi, bilinçsizce ve önyargılar nedeniyle de ortaya çıkabileceğini belirtmişlerdir. Bu durum daha çok obez olmayan kişilerin kilonun kontrol edilebileceğini düşünmeleri, kilolu olma sorununun kilolu kişiye bağlanması ve obezitenin birçok nedene bağlı olarak gelişebilen bir hastalık olduğunun farkında olmamaları nedeniyle ortaya çıkmaktadır.

Obez ve kilolu bireylere karşı sosyal yaşantıda sergilenen olumsuz tutum ve davranışlar spesifik olarak aile içerisinde, okul yaşantısında ve iş ortamında da görülmektedir. Musher ve ark. (2007) 228 ebeveyn üzerinde yaptıkları çalışmada çocuklarının aşırı kilo almasından ya da obez olmasından çekinen ebeveynlerin çocuklarının beslenme miktarlarında azaltma eğilimi sergilediklerini bildirmişlerdir. Puhl ve Brownell (2001) ise yaptıkları çalışmada bazı ailelerin obez çocuklarına diğerlerine nazaran daha negatif yaklaştıklarını ve onlara daha az eğitim olanağı sunduklarını bildirmişlerdir. Falkner ve ark. (1999) çalışmasında fazla kilolu bireylerin karşı karşıya kaldıkları önyargılı tutumlar ve ayrımcılık konusu ele alınmıştır. Bu çalışmaya 800'ü kadın ve 187'si erkek olmak üzere toplam 987 kişi katılmıştır. Çalışmada erkeklerin %17'sinin kadınların ise %22'sinin ve fazla kilolarından kaynaklı kötü bir davranışla karşı karşıya kaldıkları görülmüştür. Erkekler maruz kaldıkları kötü muamelelerin %10.2'sinin eşleri ya da sevgilileri tarafından, %7.5'inin ise arkadaşları tarafından sergilendiğini belirtmişlerdir. Kadınlar ise maruz kaldıkları olumsuz davranışların %12.5'inin yabancılar tarafından, %11.9'u ise eşleri ya da sevgilileri tarafından ortaya konduğunu belirtmişlerdir.

Okul ortamında kilolu ya da obez bireylere karşı tutumları inceleyen çalışmalarda toplumdaki genel olumsuz tutumun okul yaşantısında da kendisini gösterdiği bildirilmiştir. Literatürde okul ortamında yapılan çalışmalar incelendiğinde bu olumsuz tutum ve davranışların anaokulundan üniversiteye kadar her aşamada ortaya çıkabileceği görülmektedir. Holub (2008) kreş ve anaokulu çağındaki çocuklarda kilolu ya da obez okul arkadaşlarına karşı olumsuz tutum ve önyargılar olduğunu bildirmiştir. Araştırmaya 90 (4-6 yaş) çocuk katılmış ve bu çocukların kendi vücut şekilleri ve vücut ağırlıkları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda kendilerini zayıf olarak tanımlayan çocukların daha yüksek önyargıya sahip oldukları bulunmuştur. Harris ve ark. (1998) 390 öğrenci üzerinde yaptıkları çalışmada ise katılımcıların kendi obez olma durumları ile diğer kişilerin obez olma durumlarına karşı gösterdikleri tutum ve davranışları incelemişlerdir. Araştırma sonucuna göre katılımcılar hem kendilerinin hem de diğer insanların obez olma durumuna karşı olumsuz tutum ve davranış gösterdikleri sergiledikleri bildirilmiştir. Çalışmada kız öğrencilerin fazla kilolu olma durumuna karşı erkeklere göre daha sert tutum sergiledikleri görülmüştür. Yine aynı araştırmada kadınların erkeklere oranla daha yüksek oranda kendi fazla kilolarından şikâyetçi oldukları ve daha ince bir vücut yapısına sahip olmayı hayal ettikleri bildirilmiştir. Üniversitede spor eğitimi alan öğrencilerle psikoloji bölümünde eğitim alan öğrencilerin kilolu kişilere karşı olumsuz tutumlarının incelendiği çalışmada spor eğitimi alan öğrencilerin psikoloji bölümü öğrencilerine oranla daha fazla olumsuz önyargıya sahip olduklarını bulmuştur (O'Brien ve ark., 2007). Kilolu ya da obez öğrencilere karşı sergilenen bu olumsuz davranışların çoğu zaman akranları tarafından yapılsa da bazı çalışmalarda öğretmenlerin ve ailelerinde okul ortamında bu bireylere karşı olumsuz tutum ve davranışları sergiledikleri bildirilmiştir.

Yukarıda sözü edilen literatür bilgilerinin ışığında fazla kilolu ya da obez bireylere karşı sergilenen tutum ve davranışların belirlenmesinin bu konuda yapılabilecek çalışmalara ve alınacak önlemlere yol gösterebileceği düşünülebilir. Fazla kilolu ya da obez bireyler yaşadıkları bu sorunlardan kurtulabilmek için hayatlarının belirli dönemlerinde egzersiz ya da spor yapmayı denemektedirler. Bu girişimleri sırasında onlara yardımcı olması muhtemel temel meslek insanları doktorlar, beslenme uzmanları ve spor bilimcilerdir. Beden eğitimi öğretmenleri, antrenörler ve diğer spor uzmanları üniversitelerin beden eğitimi veren bölümlerinde yetişmektedir. Dolayısıyla bu bölümlerde okuyan öğrencilerin fazla kilolu ya da obez bireylere yönelik tutumlarının belirlenmesinin fazla kilolu ve obez bireylere karşı doğru yaklaşımlar geliştirmeleri konusunda bilinçlendirilmeleri için gereken önlemlerin alınması konusunda yol gösterici olabileceği düşünülebilir. Bu bağlamda bu çalışmanın amacı BESYO öğrencilerinin obez bireylere karşı tutum düzeylerinin sınıf değişkenine ve diğer seçilmiş değişkenlere göre karşılaştırılmasıdır.

MATERYAL ve YÖNTEM

Katılımcılar

Araştırmanın evrenini 2015-2016 eğitim öğretim yılında, Çukurova Üniversitesi BESYO'da öğrenim gören tüm öğrenciler oluşturmuştur. Bu evren aynı zamanda ulaşılabilen çalışma evreni olarak kabul edilmiştir. Çukurova Üniversitesi BESYO'daki tüm kadın ve erkek öğrencilerin çalışmaya katılması düşünüldüğü için katılımcıların belirlenmesi aşamasında her hangi bir örneklem seçme yöntemi kullanılmamıştır. Buna karşılık araştırmaya katılımda gönüllük ilkesine uyularak veri toplama aşamasında ilgili sınıfta hali hazırda derse gelen öğrencilere veri toplama aracı dağıtılmış ve araştırmaya bu öğrenciler dâhil edilerek araştırmanın örneklemi oluşturulmuştur. Araştırmaya 117'si (%35.50) kadın 213'ü (%64.50) erkek olmak üzere toplam 330 öğrenci katılmıştır. Araştırmaya katılan kadın katılımcıların yaş ortalaması 22.23±2.29, erkek katılımcıların yaş ortalaması ise 22.39±2.32 olarak bulunurken katılımcıların genel yaş ortalaması yaş ortalaması 22.33±2.31 olarak bulunmuştur.

Araştırmanın Deseni

Bu araştırma kapsamında Çukurova Üniversitesi BESYO öğrencilerinin obez bireylere karşı tutum düzeylerinin sınıf değişkenine, yaşa, cinsiyete, VKİ'ne, spor yapma durumuna, ailede obez birey olup olmaması durumuna göre göre karşılaştırılmasıdır. Bu araştırmada nedensel karşılaştırma modeli kullanılmıştır. Cohen ve Manion, (1994) nedensel karşılaştırmanın uygulandığı çalışmalarda aynı durumlara farklı biçimlerde maruz kalmış en az iki grup ya da varsayılan etkiye maruz kalmış ve kalmamış farklı gruplar olduğunu belirtmişlerdir. Bu mevcut durumun olası nedenlerini ve etkileyenlerini ortaya koyabilmek için bu gruplar bazı değişkenler açışından incelenmektedir.

Emrahoğlu ve Öztürk (2010) nedensel karşılaştırma araştırmalarını neden-sonuç ilişkisini açıklamaya çalışması yönüyle deneysel araştırmalara benzetmektedir. Nedensel karşılaştırma araştırmalarında deneysel araştırmalardan farklı olarak araştırılan durumun araştırmacının kurgusundan ve etkisinden bağımız bir şekilde ortaya çıktığı ve araştırıcının ortaya çıkan bu durumun olası nedenlerini ve etkileyenlerini belirlemeye çalışan bir rolü olduğu bildirilmiştir (Cohen ve Manion, 1994; Büyüköztürk ve ark., 2008). Bu çalışma için uygulanan araştırma modelinde de geçmişte ya da halen var olan bir durum var olduğu şekliyle betimlenmeye çalışılmıştır. Karşılaştırmalı araştırma modelinde incelemeler doğal ortamda yapıldığından bulguların geçerlik olasılığı yüksektir, çünkü deneysel çalışmalardaki sıkı kontrollere bağlı olarak oluşturulan yapay ortam bu modelde yoktur (Yılmaz ve Dinç, 2010). Bu araştırmanın bağımlı değişkeni öğrencilerin T-ATOP ölçeği kullanılarak belirlenmiş olan Çukurova Üniversitesi BESYO öğrencilerinin obez bireylere karşı tutum seviyeleridir. Araştırmadaki bağımsız değişkenler ise cinsiyet, yaş, BKİ, spor yapma durumu, ailede obez varlığı ve sınıf değişkenleridir. Öğrencilerin obez bireylere karşı tutum seviyeleri bağımsız değişkelere göre karşılaştırılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcılara ait demografik özelliklerin belirlenmesi amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Obez bireylere yönelik tutum düzeyinin belirlenmesi amacıyla ilk olarak Alison ve ark. (1991) tarafından geliştirilen ve orijinal adı "The Attitudes toward Obese Persons Scale (ATOP)" olan "Obez Bireylere Yönelik Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. ATOP ölçeğinin Türkçe diline çevrilmesi, uyarlanması ve geçerlik/güvenirlik çalışması Dedelioğlu ve arkadaşları (2014) tarafından yapılmıştır. ATOP ölçeğinin Türkçe versiyonu Dedelioğlu ve ark. (2014) tarafından T-ATOP olarak adlandırılmıştır ve bizim çalışmamızın ilerleyen bölümlerinde bu adla anılacaktır. Kullanılan ölçekte toplam 20 madde bulunmakta ve cevaplar -3 (güçlü bir şekilde reddediyorum) ile +3 (güçlü bir şekilde kabul ediyorum) arasında skorlanmaktadır. Ölçekten alınan puanlar 0-120 arasında olabilmektedir. Yüksek puanlar obez bireylere karşı olumlu tutumu ifade ederken düşük puanlar olumsuz tutumu ifade etmektedir.

Veri Toplama Süreci

Araştırmacı tarafından sınıf ortamında katılımcılara araştırmanın amacı ve önemi konusunda gerekli açıklamalar yapılmıştır. Araştırmada elde edilecek bulguların istatistiksel yöntemlerle işlendikten sonra sadece sayısal sonuç olarak sunulacağı, kişisel bilgilere kesinliklere yer verilmeyeceği ve araştırma sonuçlarının belirtilen amaçlar dışında kullanılmayacağı konusunda gerekli açıklamalar yapılmıştır. Bu açıklamalar sonucunda çalışmaya katılmak istemediğini belirten öğrenciler çalışmaya alınmayarak sınıf ortamı dışarısına çıkarılmış ve veri toplama araçları çalışmaya katılma konusunda gönüllü olan öğrencilerle uygulanmıştır. Katılımcılar veri toplama araçlarını doldurmaya başlamadan önce bilimsel araştırmaların önemi konusunda gerekli açıklamalar yapılmış ve soruları dikkatli şekilde okuyarak olabildiğince doğru yanıtlar vermeleri rica edilmiştir.

Verilerin Analizi

Çalışmada elde edilen tüm bulgular ortalama, standart sapma, frekans, yüzde vb. istatistiksel yöntemlerle özetlenmiştir. Araştırmadaki iki gruplu bağımsız değişkenlere ait ortalama farklarının anlamlılığını test etmek için parametrik hipotez testlerinden biri olan Independent Sample T testi kullanılmıştır. Gurup sayısının ikiden fazla olduğu durumlarda guruplar arasındaki ortalama farklarının anlamlılığını test etmek için ANOVA testi kullanılmıştır. Sürekli sayısal değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenmesi için Pearson korelasyon testi kullanılmıştır. (Büyüköztürk, 2012). Bu testlerin uygulanabilmesine ilişkin gerekli evren dağılımının normal dağılım göstermesi ve evren varyanslarının homojen olması, grupların birbirinden bağımsızlığı, verilerin sürekli sayısal veri grubundan olması gibi ön koşullar sağlanmıştır. Tüm analizlerde anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde çalışmada elde edilen bulgulara ilişkin elde edilen istatistiksel test sonuçlarına yer verilmiştir. Tablo 2'de katılımcıların cinsiyetlerine, spor yapma durumlarına ve ailelerinde obez birey olup olmaması durumlarına göre göre T-ATOP puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı belirlemek amacıyla yapılan T testi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 2. Katılımcıların Cinsiyetlerine, spor yapma durumlarına ve ailelerinde obez birey olup olmaması durumlarına göre T-ATOP puan ortalamalarının karşılaştırılması.

Değişkenler	Guruplar	n	Ort.	S.S.	s.d.	t	p
Cinsiyet	Kadın	117	64.20	11.26	328	1.64	0.10
	Erkek	213	62.00	11.88			
Katılımcının aktif spor yapma durumu	Evet yapıyorum	300	62.82	11.63	328	0.18	0.85
	Hayır yapmıyorum	30	62.40	12.50			
Ailede obez birey varlığı	Evet ailemde obez birey var	33	63.00	10.96	328	0.11	0.91
	Hayır ailemde obez birey yok	297	62.75	11.79			
	Toplam T-ATOP puanı	330	62.78	11.39			

p<0.05*

Tablo 2'de görüldüğü gibi katılımcıların T-ATOP puan ortalamaları cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir, t(328)=1.642, p>0.05. Benzer şekilde katılımcıların T-ATOP puan ortalamaları ile spor yapma durumları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı değildi, t(328)=0.128, p>0.05. Katılımcıların ailelerinde obez birey olup olmaması durumlarına göre de guruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemiştir, t(328)=1.113, p>0.05. Tablo 3'de katılımcıların okudukları sınıf değişkenine göre T-ATOP puan ortalamalarına ilişkin betimsel istatistik sonuçları verilmiştir.

Tablo 3. Sınıflara göre T-ATOP puanı ortalamalarına ilişkin betimsel istatistik sonuçları

Sınıflar	n	ort	s.s
1. sınıflar	48	58.43	14.18
2. sınıflar	150	62.58	11.65
3. sınıflar	99	62.84	9.90
4. sınıflar	33	69.81	9.92

Tablo 3'de görüldüğü gibi alt sınıf yükseldikçe T-ATOP puan ortalamalarının da yükseldiği görülmektedir. Tablo 4'de katılımcıların okudukları sınıf değişkenine göre T-ATOP puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olup olmadığını test etmek amacıyla yapılan ANOVA testi sonuçları verilmiştir.

Tablo 4. Sınıf değişkenine göre T-ATOP puan ortalamalarına ANOVA testi sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	f	p	Anlamlı farklar
Gruplar arası	2546.30	3	848.76			4. sınıf – 1. sınıf
Grup içi	42467.98	326	130.27	6.51	***0.00****	4. sınıf – 2. sınıf
Toplam	45014.29	329				4. sınıf – 3. sınıf

p<0.05*

Tablo 4'de görüldüğü gibi ANOVA testi sonuçlarına göre katılımcıların okudukları Sınıf ile T-ATOP puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur, F(3, 326)=6.51, p<0.05. anlamlı farklılığın hangi grup lehine olduğunu belirlemek için yapılan Scheffe testi sonuçlarına göre 4. Sınıf T-ATOP puanlarının diğer sınıflara göre anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Başka bir deyişle 1. sınıf (ort=58.43±14.18), 2. sınıf (ort=62.58±11.65) ve 3. sınıf (ort=62.84±9.90) öğrencilerinin T-ATOP puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır. Buna karşılık 4. sınıf (ort=69.81±9.92) öğrencilerinin T-ATOP puan ortalamaları diğer sınıflara göre anlamlı düzeyde yüksektir. Tablo 5'de katılımcıların T-ATOP puanları ile yaş ve BKİ değerleri arasındaki ilişkilere ilişkin bulgular verilmiştir.

Tablo 5. Katılımcıların T-ATOP puanları ile yaş ve BKİ arasındaki korelasyon testi sonuçları

	T-ATOP	BKİ	Yaş
T-ATOP	-	0.02	0.19*****
BKI	0.02	-	0.16*****
Yaş	0.19*****	0.16*****	-

p<0.05*

Tablo 5'de görüldüğü gibi katılımcıların T-ATOP puanları ile BKİ arasında ilişki bulunamamıştır, $r=0.02$, $p>0.05$. Buna karşılık katılımcıların T-ATOP puanları ile yaşları arasında çok düşük düzeyde pozitif yönde korelasyon bulunmuştur, $r=0.191$, $p<0.01$. Benzer şekilde katılımcıların yaşları ile BKİ arasında da düşük düzeyde pozitif yönde korelasyon bulunmuştur, $r=0.162$, $p<0.01$.

TARTIŞMA

Fazla kilolu ya da obez bireylerin yaşadığı fiziksel ve psikolojik sorunların yanı sıra sosyal yaşantılarında da çok büyük zorluklarla karşılaştıkları ulusal (Usta ve ark., 2015; Yılmaz ve Dinç, 2010) ve uluslararası birçok çalışmada bildirilirmiştir (Chambliss, 2004; Poon ve Tarrant, 2009). Aile ortamında, okul yaşantısında, iş hayatında ve diğer tüm sosyal alanlarda olumsuz tutum ve davranışlar sergileyen kişiler ile ilgili yapılan araştırmalarda fazla kilolu ya da obez bireylere karşı olumsuz tutum ve davranışlar sergilemenin birçok değişkenle ilgili olduğu görülmektedir. Yaş, cinsiyet, kişinin kendi fiziksel durumu, sosyo-ekonomik durum, eğitim durumu, bireylerin okudukları bölümler, ailede obez olup olmaması, spor yapma durumu, kişinin yetiştiği ortam, önyargılar ve dini inançlar gibi değişkenlerin kişilerin fazla kilolu ya da obez bireylere karşı sergilenen olumsuz tutumlar ve davranışlar üzerinde etkili olabileceği düşünülebilir.

Cinsiyet değişkeninin kişilerin fazla kilolu ya da obez bireylere karşı sergiledikleri tutumlar üzerinde etkisi olabileceğini bildiren çalışmalar vardır. Bizim çalışmamızda katılımcıların T-ATOP puan ortalamaları cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Kahraman ve ark. (2015) obeziteye yönelik tutum ve inançların geliştirilmesinde sağlık programlarının etkisi üzerine 365 kişi ile yaptıkları çalışmada da cinsiyet değişkeni ile obez bireylere karşı sergilenen olumsuz tutumlar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Altun (2015) üniversite öğrencilerinin obeziteye ilişkin önyargılarının belirlenmesi üzerine yaptığı çalışmasında cinsiyet değişkeni ile ilgili bölümlere göre iki farklı sonuca ulaşmıştır. Altun'a (2015) göre Sağlık Bilimleri Fakültesi'nde öğrencilerin cinsiyetlerine göre yapılan gruplar arasında obezite önyargısı farkları istatistiksel olarak önemli bulunmamıştır. Ancak Ticaret Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin obezite önyargı beyanları cinsiyetler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermiş olup kadınların erkeklere göre obez bireylere karşı daha önyargılı oldukları bildirilmiştir. Yılmaz ve Dinç (2010) BESYO öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada cinsiyete göre kilolu bireylere karşı fobik yaklaşım düzeylerinin istatistiksel açından anlamlı olmadığını belirtmişlerdir. Buna karşılık normal popülasyonlarda yapılan çalışmalarda kadınların fazla kilolu olma durumu ve obeziteye karşı daha olumsuz tutumlara sahip oldukları görülmüştür. Sikorski ve ark. (2013) çalışmasında toplumda genellikle kadınların kilo alma korkularının daha yüksek olduğunu, kilo almaları durumunda güzelliklerini ve çekici olma durumlarını kaybedecekleri korkusunun erkeklere nazaran daha baskın geldiği bildirilmiştir. Kadınların bu hissiyatları fazla kilolu olma durumunu ve obezite konusunu daha fazla problem olarak algıladıklarını düşündürebilir. Usta ve ark. (2015) sosyo-demografik özellikler açısından incelendiğinde sadece kadın olmanın obeziteye yönelik negatif tutuma neden olan bir özellik olduğunu bildirmişlerdir. Hansson ve Rasmussen (2014) çalışmalarında erkeklere oranla kadınların fazla kilolu ve obez bireylere karşı daha olumsuz tutumlara sahip olduklarını ve kendi vücut ağırlığı durumları ne olursa olsun erkeklere oranla vücut ağırlıklarından daha fazla şikâyetçi olduklarını bildirmişlerdir. Cinsiyetin obez bireylere yönelik tutumlar üzerine etkisi ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde normal popülasyonda yapılan çalışmalarda kadınların erkeklere göre daha olumsuz tutumlara ve önyargılara sahip oldukları görülmüştür (Sikorski ve ark., 2013; Hansson ve Rasmussen, 2014). Normal popülasyonda yapılan çalışmalara katılan kadınların olumsuz tutumlarının yüksek olması "fazla kilo alma ve obezite nedenleri, obezitenin oluşum şekli ve obez olmanın kişilerin kendi tercihleri olmadığı" konularında yeterli ve bilgiye sahip olmamalarından kaynaklanabileceği düşünülebilir. Elbette normal popülasyonda yapılan çalışmalara katılan erkeklerin de fazla kilo alma ve obezite ile ilgili bilgi yetersizliğinin tutumlarını olumsuzlaştırması beklenebilir ancak Hansson ve Rasmussen (2014) çalışmalarında kadınların doğası gereği böyle bir eğilime sahip olduklarını belirtmişlerdir. Buna karşılık beden eğitimi ve spor bölümü öğrencileri ile sağlık sektörü çalışanları ve öğrencileri üzerine yapılan çalışmalarda ise fazla kilolu olma durumu ve obeziteye karşı olumsuz tutum sergilemede cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı bildirilmiştir (Altun, 2015; Dedeli ve ark., 2014; Yılmaz ve Dinç, 2010). Beden eğitimi ve spor bölümü öğrencilerinin, sağlık sektörü çalışanlarının ve öğrencilerinin eğitim hayatları boyunca insan fizyolojisi, beslenme, egzersiz, hastalıklar, sağlık sorunları, obezite, kilo alma verme mekanizması gibi konularda dersler almış olmalarının obezitenin

kişilerin tercihi olmadığı konusunda bilinçlenmelerine neden olduğu düşünülebilir. Buna bağlı olarak cinsiyetler arası tutum farkının ortadan kalkmış olabileceği düşünülebilir.

Bu çalışmada irdelenen başka bir konu ise katılımcıların ailelerinde obez birey olup olmamasının kişilerin kilolu ya da obez bireylere karşı tutumlarını değiştirip değiştirmediğidir. Bizim çalışmamızda ailede obez olma durumlarına göre guruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Altun (2015) çalışmasında katılımcı öğrencilerin aile bireylerinde şişman birey bulunma durumları fakülteler içinde cinsiyete göre karşılaştırıldığında, cinsiyetler arasındaki fark hem Sağlık Bilimleri Fakültesi'nde hem de Ticaret Bilimleri Fakültesi'nde anlamlı bulunmuştur. Öğrencilerin çevrelerinde şişman bireylerin olup olmama durumu fakülteler içinde cinsiyete göre karşılaştırıldığında Sağlık Bilimleri Fakültesi'nde cinsiyetler arasındaki fark istatiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Ancak Ticaret Bilimleri Fakültesi'nde öğrencilerin çevrelerinde şişman bireylerin olup olmama durumu fakülteler içinde cinsiyete göre karşılaştırıldığında gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Burada ailede ya da çevrede obez birey olup olmamasının tek başına obez bireylere karşı tutumu etkilemeyeceği düşünülebilir. Ailenin sosyo-ekonomik yapısı, eğitim seviyeleri, yaşanılan coğrafi ve sosyal ortam, dini inançlar vb. faktörler aile içinde ya da çevrede fazla kilolu ya da obez birey olsun olmasın tutumu olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebileceği düşünülebilir.

Araştırmamızda katılımcıların T-ATOP puan ortalamalarının, katılımcıların okudukları sınıflara göre farklılık gösterip göstermediği irdelenmiştir. Buna göre katılımcıların okudukları sınıf ile T-ATOP puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Anlamlı farklılığın hangi grup lehine olduğunu belirlemek için yapılan Post Hoc testi sonuçlarına göre 4. Sınıf öğrencilerine ait T-ATOP puanlarının diğer sınıflara göre anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Başka bir deyişle 1. sınıf (ort=58,43±14,18), 2. sınıf (ort=62,58±11,65) ve 3. sınıf (ort=62,84±9,90) öğrencilerinin T-ATOP puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır. Buna karşılık 4. sınıf (ort=69,81±9,92) öğrencilerinin T-ATOP puan ortalamaları diğer sınıflara göre anlamlı düzeyde yüksektir. Dedeli ve ark. (2014) araştırmamızda kullanılan T-ATOP ölçeğinde ölçekten alınan puan yükseldikçe kilolu ve obez bireylere karşı tutumun pozitif yönde yorumlanması gerektiğini bildirmişlerdir. Bu konu ile ilgili literatür incelendiğinde Altun (2015) çalışmasında katılımcı öğrencilerin sınıf düzeyine göre obezlere karşı önyargı puan ortalamalarına bakıldığında Sağlık Bilimleri Fakülteleri'nde 1. Sınıf öğrencilerin puan ortalaması 4. Sınıf öğrencilerden daha düşük bulunduğunu, sağlık eğitimi alan bu bireylerin 4. sınıfta gördükleri stajlar itibariyle obez hastalarla daha fazla iletişimde bulunmuş olmaları ve obez hastalarla çalışırken yaşadıkları zorlukların olumsuz tutum puanlarının artmasına neden olmuş olabileceğini bildirmiştir. Altun (2015) bu durumun kalıp yargıların yerini deneyimlerle oluşan olumsuz tutumlara bırakması olarak da yorumlanabileceğini bildirmiştir. Bizim çalışmamızda sınıf yükseldikçe kilolu ve obez bireylere karşı tutumun olumlu yönde değişmesinin öğrencilerin lisans eğitimleri sırasında aldıkları dersler aracılığı ile insan fizyolojisini, beslenme prensiplerini, egzersizin etkilerini, bazı metabolik hastalıkları tanımalarının ve sağlık sorunlarına karşı daha bilgili olmalarının fazla kilolu ve obez bireylere karşı tutumlarını olumlu yönde değiştirmiş olabileceği düşünülebilir. Buna ek olarak lisans eğitiminin son yılında yer alan topluma hizmet uygulamaları, staj, antrenörlük uygulamaları gibi derslerinde teoride alınan bilgileri sahada uygulama şansı yaratarak öğrencilerin karşılaştıkları fazla kilolu obez bireylere karşı daha anlayışlı bir tavır takınmalarına neden olabileceği düşünülebilir. Bu sosyal içerikli son sınıf derslerindeki uygulamaların 4.sınıftaki ani tutum değişikliğini de açıklayabileceği düşünülebilir. Eğitim elbette kişilerin obez bireylere karşı tutumlarını olumlu yönde etkilemesi beklenen bir araçtır. Ancak literatürde sağlık, tıp, hemşirelik alanında alınmış eğitime rağmen kilolu ve obez bireylere karşı sergilenen olumsuz tutumların değişmediğini hatta daha da kötüleştiği bildiren çalışmalara rastlamakta mümkündür. Örneğin yurtdışında öğretmenler arasında yapılan bir çalışmada katılımcılara obezite ile ilgili görüşleri sorulduğunda katılımcıların %28'i obeziteyi bir insanın başına gelmesi muhtemel en kötü olay" olarak tanımlamışlardır (Puhl ve Brownell, 2001). Bu bakış açısına sahip öğretmenlerin kendi kilolu ve obez öğrencilerine karşı olumlu bir tutum sergileyip sergilemeyeceklerinin cevabı aranması gereken önemli bir konu olduğu düşünülebilir. Benzer şekilde sağlık alanında çalışan bireylerin incelendiği çalışmalarda da obez bireylere karşı katı bir önyargı olabildiği, çalışmalarda obez bireyleri "gereksiz", "işe yaramaz", "çok yiyen", "sağlık kurumlarını meşgul eden", "üzerinde uğraşılmaya değmez" vs sıfatlarla nitelemişlerdir. Fazla kilolu ve obez bireylere karşı tutumun bu kişileri sağlık hizmetlerini almak

konusunda çekingenliğe ittiği, çok acil durumlar dışında hastaneye gitmekten alıkoyduğunu bildiren çalışmalar bulunmaktadır (Forhan ve Salas, 2013; Keyworth ve ark., 2013; Puhl ve ark., 2014). Bu gibi araştırma sonuçları obez bireylere karşı özellikle eğitim ve sağlık gibi kritik alanlarda ortaya konan olumsuz davranış ve tutumların giderilmesi için çok daha fazla çaba harcanması gerektiğini düşündürmektedir. Çünkü fazla kilolu ve obez bireyler az veya çok bir şekilde eğitim, sağlık ve iş hayatında damgalama, ötekileştirilme gibi ayrımcılıklara, önyargılı olumsuz tutumlarla karşı karşıya kalmaktadır (Hansson ve Rasmussen, 2014) . Bunun sonucu olarak fazla kilolu ve obez bireyler kendileri ile alay edileceği kaygısıyla bir çok hizmeti almaktan dahi geri kaldıkları bildirilmiştir (Sikorski ve ark., 2013). Bu yönüyle bakıldığında obezite fizyolojik bir hastalık olmanın yanı sıra toplumsal yaşantıda da ciddi sorunların beraberinde getiren bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Yapılan bu değerlendirmelere ek olarak ülkemizde yapılan çalışmalarla ilgili literatür incelendiğinde kişilerin fazla kilolu ve obez bireylere yönelik tutumlarının batı toplumlarındaki insanlara göre olumluya dönüşmeye daha yatkın olduğu görülebilir. Bunun toplumumuzda ananeler, kültür yapısı ve dini inançlarla şekillenen ve yüzyıllardır var olan zor durumda olanın yanında olma ve horlanan insana yardımcı olma güdüsüyle açıklanabileceği düşünülebilir.

Sonuç olarak kilolu ya da obez bireylere karşı sergilenen olumsuz tutum ve davranışların bazı durumlarda artmakta ve azalmakta birlikte, sosyal yaşantıda fazla kilolu ve obez bireylere karşı yaygın bir olumsuz tutum ve önyargı olduğu yadsınamaz bir gerçektir. Bu olumsuz tutum ve davranışlar bu kişilerin yaşadıkları fiziksel, ruhsal ve sosyal çöküntünün daha da artmasına neden olmaktadır. Zira çok istisnai durumlar hariç kilolu olmak ya da obez olmak hiç kimsenin tercihi değildir. Bu kişilerinde aile, okul, iş ve sosyal yaşantılarında kendileri ve çevreleri için olumlu şeyler yapabileceği düşünülebilir. Bu çalışmanın özelinde bakılacak olursa beden eğitimi ve spor eğitimi veren eğitim kurumlarından mezun olan kişiler antrenörlükten beden eğitimi öğretmenliğine, yaşam koçluğundan bireysel antrenörlüğe, kondüsyonerlikten animatörlüğe kadar birçok iş alanında istihdam edilmektedirler. Bu çalışmada elde edilen sınıf arttıkça olumlu tutumların artması sonucu dikkat çekicidir ve çok çeşitli iş alanlarında çalışması muhtemel mezunlarımızın fazla kilolu ve obez bireylere karşı daha olumlu ve yardımsever yaklaşabileceği konusunda umut vermektedir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Toplumsal yaşantıda karşılaşılan tüm sorunlarda olduğu gibi fazla kilolu ve obez bireylere karşı olumsuz tutum ve davranışların tamamen ortadan kaldırılması mümkün değildir. Ancak hem obezitenin azaltılması hem de obez bireylere karşı olumsuz tutum ve davranışların azaltılması için bazı uygulamalar yapılabilir. Bu çalışma sonunda obezitenin azaltılması ve obez bireylere karşı olumsuz tutumların azaltılmasına yönelik olarak şu öneriler verilebilir;

- Obez bireylerin toplumdan dışlanmalarını engelleyecek sosyal sorumluluk projeleri yapılması
- Okullarda fast food tarzında yiyecek ve içecekler satılmasının kesin kurallarla engellenmesi
- Doğru ve bilinçli beslenme konusunda kamu spotları yayınlanması
- Okullarda beden eğitimi ve spor dersi saatlerinin olabildiğince arttırılması ve bu derslerin olması gerektiği gibi işlenmesi konusunda düzenlemeler yapmak
- Özellikle yerel yönetimler aracılığı ile çocukların, gençlerin ve tüm toplum kesimlerinin fiziksel aktivite yapmalarına imkân tanıyacak hizmetlerin sunulması
- Okullarda obezite konusunda öğrencilerin bilinçlendirilmesi ve obez bireylere yardımcı olunması konusunda eğitimler verilmesi
- Obezitenin oluş sebepleri, nedenleri ve obez bireylerin yaşadıkları sıkıntılar konusunda medya organlarında zorunlu kamu spotları yayınlanması
- Obezitenin bir tercih olmadığı, bir hastalık olduğu konusunda bilinçlendirme programları geliştirilmesi
- Obezi bireylere karşı olumsuz tutumların azaltılması için özellikle kamusal alanda çalışan kişilere eğitim programları düzenlenmesi
- Toplumdaki obezite oranlarının azaltılması için devlet tarafından daha sıkı önlemler alınması

- Devletin engelli bireyler için ayırdığı istihdam kadrolarının benzerlerini obez bireyler için de ayırması
- Özellikle sağlık alanında çalışan bireylerin obez kişilere karşı daha özenli davranmaları konusunda önlemler alınması
- Obez bireylere karşı sergilenen olumsuz davranışların cezai yaptırımlarının arttırılması
- Beden eğitimi ve spor alanında eğitim veren kurumlar özelinde ise;
    - Obezite ile ilgili ders içeriklerinde obezite konusunda çok daha fazla bilinçlendirici içeriklere yer verilmesi
    - Obezite konusunda zorunlu ya da seçmeli dersler açılması
    - Staj, topluma hizmet uygulamaları gibi derslerde öğrencilerin obez bireylerle çalışmalarının teşvik edilmesi
    - Obez bireylere doğru yaklaşım konusunda akademisyenlerin gerekli bilgi birikimini edinerek öğrencileriyle bu bilgileri paylaşmaları
    - Obezite ile ilgili daha fazla bilimsel araştırma yapılması konusunda gerekli desteklerin sağlanması.

KAYNAKÇA

Allison, D. B., Basile, V. C., & Yuker, H. E. (1991). The measurement of attitudes toward and beliefs about obese persons. International Journal of Eating Disorders, 10(5), 599-607.

Altun S. (2015). Üniversite öğrencilerinin obeziteye ilişkin önyargılarının belirlenmesi. Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi

Akandere, M. (2007). Huzurevinde kalan yaşlilarda fiziksel aktivitelerin yaşam doyum düzeylerine etkisi. Selcuk University Social Sciences Institute Journal, 18.

Akman, M., Tüzün, S., & Ünalan, P. C. (2012). Adolesanlarda sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite durumu. Nobel Med, 8(1), 24-29.

Aksoydan, E., & Çakır, N. (2011). Evaluation of nutritional behavior, physical activity level and body mass index of adolescents. Gulhane Medical Journal, 53(4), 264-270.

Altunkaynak, B. Z., & Özbek, E. (2006). Obezite: nedenleri ve tedavi seçenekleri. Van Tıp Dergisi, 13(4), 138-142.

Bacon, J. G., Scheltema, K. E., & Robinson, B. E. (2001). Fat phobia scale revisited: the short form. International Journal of Obesity & Related Metabolic Disorders, 25(2).

Balcıoğlu, İ., & Başer, S. Z. (2008). Obezitenin psikiyatrik yönü. İÜ Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Sempozyum Dizisi, 62, 341-348.

Bavli, Ö. (2014). Investigation the physical activity level of physical education students. International Journal of New Trends in Arts, Sports & Science Education, 3(1).

Büyüköztürk, Ş. (2012), Veri Analizi El Kitabı, 16. Baskı, Ankara: Pegem A Yayıncılık.

Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2008). Bilimsel araştırma yöntemleri. Ankara: Pegem Akademi.

Chamblıss, H. O., Fınley, C. E., & Blaır, S. N. (2004). Attitudes toward obese individuals among exercise science students. Medicine and science in sports and exercise, 36(3), 468-474.

Childers, D. K., & Allison, D. B. (2010). The 'obesity paradox': a parsimonious explanation for relations among obesity, mortality rate and aging&quest. International Journal of Obesity, 34(8), 1231-1238.

Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (1994). Educational research methodology. Athens: Metaixmio.

Dedeli, O., Bursalioglu, S. A., & Deveci, A. (2014). Validity and reliability of the Turkish version of the attitudes toward obese persons scale and the beliefs about obese persons scale. Clinical Nursing Studies, 2(4), p105.

Değirmenci, T., Kalkan-Oğuzhanoğlu, N., Sözeri-Varma, G., Özdel, O., & Fenkçi, S. (2015). Obezitede Psikolojik Belirtiler ve İlişkili Etmenler Psychological Symptoms in Obesity and Related Factors. Arch Neuropsychiatr, 52: 42-6

Emrahoğlu, N., & Öztürk, A. (2010). Fen bilgisi öğretmen adaylarının akademik başarılarına bilişsel farkındalığın etkisi: bir nedensel karşılaştırma araştırması. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 19(2).

Falkner, N. H., French, S. A., Jeffery, R. W., Neumark-Sztainer, D., Sherwood, N. E., & Morton, N. (1999). Mistreatment due to weight: prevalence and sources of perceived mistreatment in women and men. Obesity Research, 7(6), 572-576.

Fontaine, K. R., & Barofsky, I. (2001). Obesity and health-related quality of life. Obesity reviews, 2(3), 173-182.

Forhan, M., & Salas, X. R. (2013). Inequities in healthcare: a review of bias and discrimination in obesity treatment. Canadian journal of diabetes, 37(3), 205-209.

Friedman, M. A., & Brownell, K. D. (1995). Psychological correlates of obesity: moving to the next research generation. Psychological bulletin, 117(1), 3.

Hansson, L. M., & Rasmussen, F. (2014). Attitudes towards obesity in the Swedish general population: The role of one's own body size, weight satisfaction, and controllability beliefs about obesity. Body image, 11(1), 43-50.

Harris, M. B., Sandoval, W. M., & Cortese, S. (1998). Introductory nutrition students' attitudes towards obesity: Ethnic and gender differences. Journal of Consumer Studies & Home Economics, 22(4), 231-240.

Holub, S. C. (2008). Individual differences in the anti-fat attitudes of preschool-children: The importance of perceived body size. Body Image, 5(3), 317-321.

Kahraman, G., Baş, T., & Akbolat, M. (2015). Obeziteye Yönelik Tutum ve İnançların Geliştirilmesinde Sağlık Programlarının Etkisi. Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi Cilt: 6, Sayı: 2

Kaidar-Person, O., Person, B., Szomstein, S., & Rosenthal, R. J. (2008). Nutritional deficiencies in morbidly obese patients: a new form of malnutrition?. Obesity surgery, 18(8), 1028-1034.

Keyworth C., Peters S., Chisholm A. Nursing students' perceptions of obesity and behaviour change: Implications for undergraduate nurse education. Nurse Education Today 33: 481–485, 2013.

Kopelman, P. (2007). Health risks associated with overweight and obesity. Obesity reviews, 8(s1), 13-17.

Koplan, J. P., Liverman, C. T., & Kraak, V. A. (Eds.). (2005). Preventing childhood obesity: health in the balance. National Academies Press.

Lobstein, T., Baur, L., & Uauy, R. (2004). Obesity in children and young people: a crisis in public health. Obesity reviews, 5(s1), 4-85.

Masters, R. K., Reither, E. N., Powers, D. A., Yang, Y. C., Burger, A. E., & Link, B. G. (2013). The impact of obesity on US mortality levels: the importance of age and cohort factors in population estimates. American journal of public health, 103(10), 1895-1901.

Musher-Eizenman, D. R., Holub, S. C., Hauser, J. C., & Young, K. M. (2007). The relationship between parents' anti-fat attitudes and restrictive feeding. Obesity, 15(8), 2095-2102.

O'Brien, K. S., Hunter, J. A., Halberstadt, J., & Anderson, J. (2007). Body image and explicit and implicit anti-fat attitudes: The mediating role of physical appearance comparisons. Body Image, 4(3), 249-256.

Poon, M. Y., & Tarrant, M. (2009). Obesity: attitudes of undergraduate student nurses and registered nurses. Journal of clinical nursing, 18(16), 2355-2365.

Puhl, R. M., Luedicke, J., & Grilo, C. M. (2014). Obesity bias in training: attitudes, beliefs, and observations among advanced trainees in professional health disciplines. Obesity, 22(4), 1008-1015.

Puhl, R., & Brownell, K. D. (2001). Bias, discrimination, and obesity. Obesity research, 9(12), 788-805.

Robinson, T. N., Hammer, L. D., Wilson, D. M., Killen, J. D., Kraemer, H. C., Hayward, C., & Taylor, C. B. (1993). Does television viewing increase obesity and reduce physical activity? Cross-sectional and longitudinal analyses among adolescent girls. Pediatrics, 91(2), 273-280.

Sikorski, C., Luppa, M., Glaesmer, H., Brähler, E., König, H. H., & Riedel-Heller, S. G. (2013). Attitudes of health care professionals towards female obese patients. Obesity facts, 6(6), 512-522.

Simon, G. E., Von Korff, M., Saunders, K., Miglioretti, D. L., Crane, P. K., Van Belle, G., & Kessler, R. C. (2006). Association between obesity and psychiatric disorders in the US adult population. Archives of general psychiatry, 63(7), 824-830.

Story, M. T., Neumark-Stzainer, D. R., Sherwood, N. E., Holt, K., Sofka, D., Trowbridge, F. L., & Barlow, S. E. (2002). Management of child and adolescent obesity: attitudes, barriers, skills, and training needs among health care professionals. Pediatrics, 110(Supplement 1), 210-214.

Swallen, K. C., Reither, E. N., Haas, S. A., & Meier, A. M. (2005). Overweight, obesity, and health-related quality of life among adolescents: the National Longitudinal Study of Adolescent Health. Pediatrics, 115(2), 340-347.

Tanumihardjo, S. A., Anderson, C., Kaufer-Horwitz, M., Bode, L., Emenaker, N. J., Haqq, A. M., ... & Stadler, D. D. (2007). Poverty, obesity, and malnutrition: an international perspective recognizing the paradox. Journal of the American Dietetic Association, 107(11), 1966-1972.

Teachman, B. A., Gapinski, K. D., Brownell, K. D., Rawlins, M., & Jeyaram, S. (2003). Demonstrations of implicit anti-fat bias: the impact of providing causal information and evoking empathy. Health Psychology, 22(1), 68.

Turkmen, M., Kul, M., Ocalan, M., Ozkan, A., & Bozkus, T. (2013). Determination of the relationship between physical activity levels and healthy life-style behaviors of university students. Australian Journal of Basic and Applied Sciences, 7(10), 507-512.

Usta, E., Acar, K., & Aygin, D. (2015). Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Obeziteye İlişkin Tutumları. Electronic Journal of Vocational Colleges- UMYOS Özel Sayısı

Wells, J. C. (2012). Obesity as malnutrition: the role of capitalism in the obesity global epidemic. American Journal of Human Biology, 24(3), 261-276.

World Health Organization. (1987). Measuring obesity—classification and description of anthropometric data. Report on a WHO consultation of the epidemiology of obesity. Warsaw 21-23 October 1987. Copenhagen: WHO, 1989. Nutrition Unit document, EUR/ICP/NUT, 123.

World Health Organization. (2000).n Obesity: preventing and managing the global epidemic (No. 894). World Health Organization.

Yılmaz, C. Y., & Dinç, Z. F. Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu'nda Öğrenim Gören Genç Kadın Ve Erkek Öğrencilerin Kilofobi Düzeylerinin Karşılaştırılması. Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 2010, VIII (1) 29-34