



Elementary Education Online, 2018; 17(1): pp. 125-142
İlköğretim Online, 2018; 17(1): s.125-142 . [Online]: <http://ilkogretim-online.org.tr>
doi [10.17051/ilkonline.2018.413749](https://doi.org/10.17051/ilkonline.2018.413749)

Okul Öncesi Öğretmenlerinin Medyanın Çocukların Beslenme Alışkanlıkları ve Bozuklukları Üzerindeki Etkisine Yönelik Bakış Açıları

Early Childhood Teachers' Perspectives About the Effect of Media on Children's Eating Habits and Nutritional Disorders

Mine KOYUNCU ŞAHİN, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi, mine.koyuncu@hacettepe.edu.tr

Aysel ESEN ÇOBAN, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi, aysel.coban@hacettepe.edu.tr

Neslihan GÜNEY KARAMAN, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi, neslihanguney@yahoo.com

Öz. Son yıllarda medyanın bireyin yaşantısındaki yansımaları göz önüne alındığında zararlı beslenme alışkanlıkları ve bozuklukları bunlardan sadece birkaçıdır. Medyanın çocukların beslenme alışkanlıkları ve bozuklukları üzerindeki etkisini okul öncesi öğretmenlerinin gözüyle değerlendirmek amacıyla yapılan bu çalışmada nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Veriler, Ankara ilinde görev yapan 12 okul öncesi öğretmeni ile yapılan yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile elde edilmiştir. İçerik analizi tekniği ile analiz edilen verilere göre çalışmada 7 tema bulunmaktadır. Yapılan analiz sonucunda okul öncesi öğretmenleri, ailenin yeme konusundaki tutumunun ve medyanın, çocuklardaki beslenme alışkanlıkları ve bozuklukları üzerinde etkili olduğunu düşünmektedirler. Elde edilen veriler ışığında, çocuklarda sağlıklı beslenme alışkanlıklarının oluşması için sağlıklı beslenme üzerine farkındalık sağlamayı amaçlayan projeler planlanması, ailelere medya okuryazarlık eğitimleri ve aile katılımını sağlayacak eğitimlerin düzenlenmesi gibi öneriler sunulmuştur.

Anahtar Sözcükler: Medya, çocuklar, beslenme alışkanlıkları, beslenme bozuklukları, okul öncesi öğretmenleri

Abstract. Considering the impact of the media on the individual's life in recent years, harmful eating habits and nutritional disorders are just a few of them. The qualitative research method was used in this study, which was conducted with the aim of evaluating the effect of the media with the eye of preschool teachers on the children's eating habits and nutritional disorders .The data were obtained by a semi-structured interview technique with 12 pre-school teachers working in Ankara. There are 7 themes according to the analyzed by content analysis technique. As a result of data analysis it was found that the pre-school teachers had thought attitudes of family about eating and the media affect on eating habits and nutritional disorders of children. Suggestions to develop healthy eating habits of children, such as the planning of projects aiming to raise awareness about healthy nutrition, media literacy training for families and the organization of trainings to provide family participation were given.

Keywords: Media, children, eating habits, nutritional disorders, early childhood teachers

SUMMARY

Purpose and Significance

A balanced nutrition is an important factor for societies and individuals to continue their lives in a healthy and strong manner. As in many other habits, nutrition and physical activity habits are also established in early childhood. It is considered important that firstly the parents, and then the teachers have an awareness of the potential harm by the media, which has an important influence on children's nutrition. Preschool teachers, with whom children spend large amounts of time, should have a sufficient level of knowledge regarding unhealthy eating habits and nutritional problems, be aware of the negative effects of the media, and be effective in media literacy. Thus, the main purpose of this study is to investigate the opinions of preschool teachers on the effects of the media on eating habits and nutritional disorders of children.

Methodology

The study used the design of phenomenology, which is a qualitative research method. The sample consisted of 12 preschool teachers employed at two different state preschools in the province of Ankara, Turkey. The sample was selected using the method of extreme (or deviant) case sampling. The method of interviews was used as a data collection technique. For this, the study utilized a semi-structured interview form developed by the researchers. The data were content-analyzed.

Results

As a result of the interviews with the teachers, seven themes were reached. These themes were; defining the problems regarding nutrition, teacher interventions, factors that affect eating habits and nutritional disorders, the effects of the media on fields of development in children, the effects of the media on eating habits and nutrition disorders in children, usage of the media in a nutrition-friendly way, and media usage purposes of teachers. While all teachers in the sample stated that the attitude of the family regarding nutrition affects children's eating habits and nutritional disorders, half of them had the opinion that the media is also effective in this matter in addition to the family. A large majority of the teachers emphasized the negative effects of the media.

Discussion and Conclusions

While the teachers mentioned the effects of the media on nutrition, they stated that it mostly leads to unhealthy food consumption and an irregular habit of eating. When the teachers were asked about their opinions on the fields of development in children affected by the media, they focused most frequently on cognitive and socio-emotional fields of development. The reason why the teachers used media in their classroom was the aim of studying the outcomes and concepts in the curriculum. However, they stated that they mainly utilized media tools in order to develop children's self-care skills. A very small part of teachers had the opinion that the media may be used as a positive tool for children's nutrition. Additionally, when the teachers were asked how the media may be used as a nutrition-friendly tool, most of them shared the opinion that the media may be utilized via cartoons, public service announcements and advertisements. The teachers, regarding nutritional disorders in children, stated that they mostly contact the family, talked to the child in person in the classroom, and used in-class activities as a tool. Consequently, it is expected that the negative effects of the media will be minimized and positive effects will be created in healthy eating habits of children by forming media literacy programs, providing families and teachers with training in this issue, utilizing media training programs in school, and popularizing "Nutrition-Friendly School" projects to be started by the teachers.

GİRİŞ

Yeterli ve dengeli beslenme, toplumun ve bireylerin sağlıklı ve güçlü bir şekilde hayatlarına devam etmelerinde, ekonomik ve sosyal açıdan ilerlemelerinde, toplumun refah düzeyinin artmasında temel faktörlerden birisi belki de en önemlisidir (Pekcan, 2001). Toplumun geleceğinin sağlıklı olması için temel koşul, o toplumun çocuklarını sağlıklı bir şekilde yetiştirmesidir. Çocukların sağlıklı bireyler olmaları, doğum öncesinden başlayarak, sağlıklı bir çevrede büyümelerine bağlıdır (Köroğlu, 2009). Süt çocukluğu dönemi olarak bilinen yaşamın ilk yıllarındaki beslenme, büyümenin en temel belirleyicisi iken, erken çocukluk dönemindeki beslenme, sağlıklı beslenme alışkanlıklarının kazanılması ve yetişkin döneminde ortaya çıkabilecek olası sağlık sorunlarının önlenmesi açısından önemli görülmektedir (Durmaz-Süoğlu, 2004). Erken çocukluğun ilk yılları hayatın en kritik evrelerinden biri olarak görülmekte ve bunun devamında okul öncesi çocuğunun içinde bulunduğu ortam, alınan duyarlar çocuğun fiziksel, sosyal ve duygusal açıdan büyüme ve gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır (Köroğlu, 2009). Birçok alışkanlık gibi, beslenme ve fiziksel aktivite alışkanlığı da erken çocukluk döneminde oluşmaktadır (Murphey, Mackintosh ve McCoy-Roth, 2011). Bu nedenle okul öncesi dönemde sağlıklı beslenmenin yanı sıra fiziksel aktiviteden yoksun bir yaşam alışkanlığının engellenmesi ve çocukların gelişim özelliklerine uygun olarak onlara düzenli fiziksel aktivite alışkanlığının kazandırılmaya çalışılması, yetişkinlik dönemlerinde sağlıklı bir yaşam sürdürebilmeleri için gereklidir (Durmaz-Süoğlu, 2004).

Erken çocukluk dönemi, çocukların beslenme alışkanlıklarının geliştiği, ev dışında arkadaşlarıyla yemek yemeye başladıkları, fiziksel, bilişsel, sosyal büyüme ve gelişmenin hızlandığı, sorumlulukların arttığı, yetişkin dönemde sağlıklı yaşamın temellerinin atıldığı önemli bir dönemdir (Şanlier ve Köksal, 2015). Ailelerin bu dönemde yerleşen beslenme alışkanlıklarının sonraki yaşamda da süreceğinin bilincinde olması önemlidir. Bu nedenle bu dönemde ailelerin çocuklarının beslenmeleriyle ilgili olarak dikkat etmeleri gereken noktalar bulunmaktadır. Bunlar, ailelerin çocuğun yediği besin miktarlarını başka çocuklarla karşılaştırmaması gerektiği ve oyun oynarken ya da televizyon izlerken beslenmenin sakıncalarının farkında olmalarıdır. Bu dönem, çocuğun öğün saatlerinde sofraya oturarak başka şeylerle ilgilenmeden yemek yemesi gerektiğini öğrenmesi gereken bir dönemdir (Köksal ve Özel, 2012). Erken çocukluk döneminde bu gibi alışkanlıklar oluşmadığında sağlıklı beslenme meydana gelir.

Çocukların sağlıklı beslenmesi sonucu ortaya çıkan pek çok durum vardır. Bunların arasında çocuklarda görülen dengeli olmayan, yanlış edinilmiş beslenme alışkanlıkları nedeniyle çeşitli yeme ve beslenme bozuklukları da sayılabilir. DSM V'e göre yeme bozuklukları, yemekte veya yeme ile ilgili davranışlarda değişmiş tüketim anlayışı ile karakterize edilen fiziksel ve psikososyal işleyişi önemli ölçüde etkileyen bozukluklar olarak tanımlanmaktadır. Erken çocukluk döneminde görülebilecek yeme bozuklukları arasında pika, ruminasyon bozukluğu, kısıtlayıcı/sınırlı gıda alımı bozukluğu yer almaktadır (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders -V, 2013). Beslenme bozuklukları ise Dünya Sağlık Örgütü (2017) tarafından gıdaların ya da bazı besin öğelerinin yetersiz alınması, vücudun besin maddelerini emme ve kullanma yetersizliği ya da belirli gıdaların aşırı tüketilmesi ile tanımlanmıştır. Örnek olarak aşırı enerji alımının neden olduğu obezite, yetersiz demir alımının neden olduğu anemi ve vitamin A'nın yetersiz alınması nedeniyle görme yetersizliği gibi sorunlar gösterilebilir. Beslenme bozukluklarının temel nedenleri olarak ailesel, psikolojik, biyolojik ve sosyokültürel faktörler gösterilmektedir. Psikolojik faktörler arasında kişilik, erken travma ve gelişimsel örüntüler gibi nedenler varken, ailesel ve biyolojik faktörlerin kökeninde daha çok anne ve baba yer almaktadır. Sosyokültürel etmenler arasında ise okul çevresi, öğretmenler, arkadaşlar, toplumun alışkanlıkları, değerleri ve bunları etkileyen güçlü bir medya unsuru bulunmaktadır (Austin ve Sciarra, 2013).

Beslenme bozuklukları arasında sayılan obezite yanlış ya da zararlı beslenme alışkanlıklarından kaynaklanabilmektedir. Örneğin, fast-food ve abur cubur yeme alışkanlığı

obezitenin nedenleri arasında gösterilmektedir. Alyanak ve Polvan'a (2000) göre önemli bir beslenme problemi olan obezite, tıbbi literatürde yeme bozuklukları arasında yer almamaktadır. Ancak çağımızın en büyük beslenme problemlerinden biri olan obezite uzun bir dönem boyunca enerji alınımı enerji harcamasından fazla olduğu zaman ortaya çıkan hatalı yeme alışkanlıklarının sonuçlarından biridir (DSM-V, 2013). Dünya Sağlık Örgütü (WHO, 2014) obeziteyi: "Sağlığı bozacak ölçüde vücutta anormal ve aşırı yağ birikmesi" olarak tanımlamaktadır. Köksal ve Özel (2012) ise obeziteyi vücuttaki yağ miktarının artması olarak tanımlamakta ve obezitenin yaşam boyu süren kronik bir enerji metabolizması bozukluğu olduğunu vurgulamaktadır. Çocuk ve gençlik döneminde ortaya çıkan obezitenin, gelecekte bu bireylerde birçok sağlık sorununun ortaya çıkmasına neden olacağı düşünülmektedir. Obezitenin birbiriyle ilişkili nedenleri arasında aşırı ve yanlış beslenme, ayaküstü beslenme, atıştırma ve tatlandırılmış içeceklerin aşırı tüketimi; aile, okul ve arkadaş çevresinin etkisi, fiziksel aktiviteden yoksun yaşam biçimi; uzun süre televizyon izleme, video ve bilgisayar oyunları oynama ve besin reklamları bulunmaktadır (Sağlık Bakanlığı, 2013). Yapılan çalışmalar medyanın çocukların beslenme alışkanlıkları üzerinde etkili olduğunu ve beslenme bozukluklarına neden olduğunu göstermektedir (Bar-on, 2000; Lemish, 2013; Wartella, 2013; Wood, 2004).

Medya bireyin yaşamında çok güçlü bir araç olmakla birlikte çocuklarda medyanın etkisi sadece beslenme alanıyla sınırlı değildir. Medyanın çocuklar üzerinde yanlış beslenme başta olmak üzere, satın alma, şiddet, agresif davranışlar, cinsellik ve zararlı alışkanlıklar edinme gibi konularda olumsuz etkileri bulunmakla birlikte prososyal ve eğitsel açıdan olumlu (Susam Sokağı örneği) etkileri de söz konusudur (Bar-on, 2000; Canadian Paediatric Society Statement, 1999; Lemish, 2013). Bu çift yönlü etki hem bilim insanları hem de toplum tarafından benimsenmiştir. Medyanın umut vadeden yönleri arasında çocukların yaratıcılıklarını ve düş gücünü harekete geçirebileceği, sağlıklı olmayan davranışlar üzerinde değişiklik yapabileceği, eğitim ve bilgi alınımını artıracığı, çocukların topluma karışarak toleranslı olmalarını destekleyeceği, toplumsal boşlukları azaltacağı ve gelişmelerle sivil toplumu özendirceği yer almaktadır. Öte yandan medyanın duyguları uyuşturduğu, düş gücü ve esnekliği sınırlandırdığı, başkalarına karşı umursamazlık geliştirmeye yönelttiği, yıkıcı davranışları göstermeye cesaretlendirdiği, şiddete meyil verdiği, kalıplaşmış davranışlara kalıcılık kazandırdığı, ahlaki değerlerin ve kültürün yozlaşmasına sebep olduğu yönünde kaygılar da mevcuttur (Lemish, 2013). Bu nedenle medyanın nasıl kullanıldığı çok önemli bir konu haline gelmiştir. Wartella (2013) çocukların ve yetişkinlerin medyayı nasıl kullandıklarının ve yiyecek pazarlama reklamlarına maruz kalmalarının hem yiyecek tüketimlerini hem de fiziksel aktivite düzeylerini etkilediğini vurgulamıştır. ABD TIP Enstitüsü'nün (IOM) 2006 yılında yayınladığı rapora göre televizyon reklamlarının, 2 - 11 yaş arası çocukların yiyecek ve içecek seçimlerinde, satın alma taleplerinde ve kısa vadeli yiyecek ve içecek tüketimleri üzerinde etkili olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte aynı raporda medyanın 2 - 5 yaş arası çocukların yiyecek ve içecek tutumları ve rutin beslenme düzenleri üzerinde etkili olduğu belirtilmiştir (Wartella, 2013). Çocuklarda yiyecek tüketimiyle ilgili anlayışın değişimine sebep olan medya magazin programları ve televizyon şovları çocuklar başta olmak üzere özellikle ergenlerin bedenlerine olan imajlarını etkilemektedir. Beden imajı olumsuz olan çocuklarda ise beslenme bozuklukları ortaya çıkabilmektedir (Austin ve Sciarra, 2013; Wood, 2004).

Kobak ve Pek (2015) araştırmalarında okul öncesi dönemdeki çocuklardan anaokuluna devam edenlerin anne-babalarının çocuklarına daha çok yemek masasında yemek yedirdiklerini; anne çocuk sağlığı polikliniğine başvuran anne-babaların ise çocuklarına daha çok televizyon karşısında yemek yedirme yöntemini kullanmakta olduklarını belirtmiştir. Terzi (2005) araştırmasında çocukların % 24'ünün yemeklerini yemek masasında veya televizyon karşısında tükettiğini; % 12.5'inin ise televizyon karşısında yemek yediğini tespit etmiştir. Ayrıca ailelerin çocuklarını arkasından takip ederek yemek yedirdiklerini belirtmiştir. Günlü ve Derin (2012) okul çağı çocuklarıyla yaptıkları araştırmada öğrencilerin büyük çoğunluğunun (%88.6) reklamları izlediklerini; öğrencilerin yarısından fazlasının (%54.3) reklamların amacının ürün hakkında bilgi vermek olduğunu söylediklerini; öğrencilerin en fazla beğendikleri yiyecek ve içecek reklamlarının çikolata, cips, kek ve şeker reklamlarıyla (%45.7) kolalı içecek reklamları

(%58.5) olduğunu belirtmiştir. Kurt ve Altun (2014) televizyon reklamlarının ilkökul öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarına etkisini araştırmak üzere yaptıkları çalışmada öğrencilerin tümünün gıda reklamlarından etkilendikleri ortaya çıkmıştır. Öğrencilerin reklamları güzel, ilginç ve eğlenceli buldukları; bu durumun öğrencilerin beslenme alışkanlıkları üzerinde etkili olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin dikkatini en çok çeken reklamların çikolata reklamları olduğu vurgulanmıştır.

Çocukların beslenmesi üzerinde yüksek derecede önemli etkisi bulunan medyanın doğurabileceği olası zararlar üzerinde başta anne babaların sonra da çocuğun yakın çevresinin ilk çemberini oluşturan komşular, akrabalar, akranlar ve öğretmenlerin bu konuda gerekli bilinçlilik düzeyine sahip olmaları gerekmektedir. 2-6 yaş döneminde edinilen beslenme alışkanlıklarının yaşam boyu bireyin yanında olabileceği düşünüldüğünde bu dönemde kazanılan hatalı davranış kalıpları ve beslenme alışkanlıkları, sadece kişinin değil toplumun sağlığını da etkileyebilecek boyutlardadır. Bu nedenle çocukların zamanlarının büyük bir kısmını birlikte geçirdikleri okul öncesi öğretmenlerinin hatalı yeme alışkanlıkları ve beslenme problemleri hakkında yeterli bilgi düzeyine sahip olmaları, medyanın olumsuz etkilerinin farkında olmaları ve etkin bir medya okuryazarı olmalarının önemli olduğu düşünülmektedir. Alanyazın incelendiğinde, yeme alışkanlıkları ve beslenme bozuklukları ile ilgili çeşitli çalışmalar bulunmakla birlikte, medyanın beslenme problemleri ile ilişkisine yönelik öğretmen görüşlerine yer veren çalışmalara rastlanamamıştır. Bu çalışma ile okul öncesi öğretmenlerinin beslenme problemleri ile ilgili bilgi ve görüşlerinin alınmasının, öğretmenlerin etkin bir medya okuryazarı olmalarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda çalışmanın amacı, “medyanın çocukların beslenme alışkanlıkları ve bozuklukları üzerindeki etkisine yönelik okul öncesi öğretmenlerinin bakış açılarını tespit etmektir”. Bu amaç çerçevesinde araştırmada yanıt aranacak soru, “Okul öncesi öğretmenleri, medyanın çocuklarda görülen beslenme alışkanlıkları ve bozuklukları üzerindeki etkisi hakkında ne düşünülmektedirler?” şeklinde tasarlanmıştır. Araştırmanın alt problemleri olan aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

Öğretmen görüşlerine göre;

1. Okul öncesi dönemde çocukların beslenme alışkanlıkları nasıldır?
2. Okul öncesi dönemde çocuklarda görülebilecek beslenme bozuklukları nelerdir?
3. Beslenme bozukluğuna sahip çocuklara yönelik olarak yapılması gereken müdahaleler nelerdir?
4. Çocuklarda beslenme alışkanlıklarını ve bozukluklarını etkileyen faktörler nelerdir?
5. Medya kullanımı çocukların gelişimlerini nasıl etkiler?
6. Medya çocukların beslenme alışkanlıklarını olumlu yönde nasıl etkilemektedir?
7. Ders programlarında medya hangi amaçla kullanılmaktadır?

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden olgubilim (fenomenoloji) deseni benimsenmiştir. Bunun için araştırma desenleri dikkatli bir şekilde incelenmiş, araştırmanın amacına ve doğasına en uygun model olarak düşünülen olgubilim deseni kullanılmıştır. Olgubilim deseni, kişilerin farkında oldukları ancak derinlemesine ve ayrıntılı bir anlayışa sahip olunmayan olgulara odaklanmaktadır. Olgular, dünyadaki olaylar, deneyimler, algılar, yönelimler, kavramlar ve durumlar olarak ortaya çıkabilmektedir. Bu desende olguları derinlemesine anlatmak için olguları tanımlayabilecek temaların ortaya çıkarılma çabası vardır. Bu nedenle sonuçlarda sık sık doğrudan alıntılara yer verilir. Olgubilim araştırmaları, nitel araştırmanın doğasına uygun olarak kesin ve genellenebilir sonuçlar vermese de bir olguyu daha iyi anlamamıza ve tanımamıza yardımcı olacak açıklamalarda bulunur (Yıldırım ve Şimşek, 2008).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, Ankara’da iki bağımsız devlet anaokulunda görev yapmakta olan 12 okul öncesi öğretmeni oluşturmaktadır. Araştırmada nitel araştırmanın geleneğine uygun olarak örnekleme yöntemlerinden aşırı veya aykırı durum örnekleme kullanılmıştır. Aşırı veya aykırı durumlar normal durumlara göre daha zengin veri ortaya koyabilir, araştırma probleminin derinlemesine anlaşılmasına yardımcı olabilir (Yıldırım ve Şimşek, 2008). Buna göre araştırmanın çalışma grubunu oluşturan öğretmenlerin bir kısmının görev yaptıkları okullardan birinin sağlıklı beslenmeyle ilgili çalışmalar yürüten bir okul olmasına, diğer öğretmenlerin görev yaptıkları okulun ise beslenme konusuyla ilgili bir projede yer almamasına dikkat edilmiştir. Bu bağlamda sağlıklı beslenmeyle ilgili çalışmalar yürüten okul, “Beslenme Dostu Okul” Projesi çerçevesinde yer alan bir kurum olarak tercih edilmiştir. Çalışma grubunun birbirine aykırı durumlar içermesinin, genelleme yapmadan araştırma problemlerine yönelik olarak daha zengin veriler elde etmeye ve derinlemesine analizler yapmaya olanak sağlayacağı düşünülmüştür.

Tablo 1’de görüldüğü gibi çalışmaya katılan öğretmenlerin 4 tanesi ‘Beslenme Dostu Okul Projesi’nde yer alan öğretmenlerdir. Sağlıklı beslenme ile ilgili herhangi bir çalışma yürütmeyen anaokulunda ise 8 öğretmen yer almaktadır. Öğretmenlerin 2 tanesi 1-10 yıl, 7 tanesi ise 11-10 yıl kıdeme sahiptir. 3 tanesi de 21 yıldan fazla süredir görev yapmaktadır. Tablo 1’e göre öğretmenlerin büyük bir kısmının (9 kişi) lisans mezuniyetinin okul öncesi öğretmenliği olduğu; yaş aralığı olarak 10 öğretmenin 31-45 yaşında olduğu görülmektedir. Ayrıca araştırmaya katılan öğretmenler arasında lisansüstü eğitim mezunu öğretmen bulunmamaktadır.

Tablo 1. Çalışma grubuna dahil edilen okul öncesi öğretmenleriyle ilgili bilgiler

Değişkenler n=12		f
Okul Türü	Beslenme Dostu Okul	4
	Diğer	8
Kıdem	1-10	2
	11-20	7
	21 ve üstü	3
Lisans Mezuniyeti	Okul Öncesi Öğretmenliği	9
	Anaokul Öğretmenliği	2
	Açık öğretim Okul Öncesi Öğretmenliği	1
Yaş	20-30	1
	31-45	10
	45 ve üstü	1

Veri Toplama Aracı

Bu araştırmada veri toplama yöntemi olarak görüşme tekniğine başvurulmuştur. Bunun için araştırmacılar tarafından oluşturulan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşmede, görüşülen kişinin görüşme sırasında vereceği tepkilere bağlı olarak açık uçlu, başka seçeneklerde sunulacak, görüşme formu daha esnek bir şekilde hazırlanır. Bu teknikte araştırmacı tarafından hazırlanan sorular üzerinde görüşülen kişinin kısmen düzeltme, düzenleme hakkı vardır. Görüşmeci ve görüşülen kişi bazı soruları yeniden düzenleyebilirler (Sönmez ve Alacapınar, 2014).

Görüşme soruları hazırlanmadan önce araştırmacılar tarafından ilgili alan yazın taranmış, alanında uzman ve deneyimli kişilerin görüşleri alınmıştır. Gelen eleştiri ve öneriler doğrultusunda yapılan düzenlemeler sonucunda görüşme formunun çalışıp çalışmadığını ölçmek için, uygulamadan önce iki okul öncesi öğretmeni ile ön görüşme yapılarak görüşme

formuna son hali verilmiştir. Hazırlanan soruların kolay anlaşılabilir türden olmasına; genel, soyut ve çok boyutlu türden sorular olmamasına özen gösterilmiştir.

Verilerin Toplanması

Görüşmeler esnasında veri kaybını önlemek için, görüşülen kişinin izni alınarak görüşmeler ses kayıt cihazına kaydedilmiştir. Bununla birlikte not alma tekniği de kullanılmıştır. Güvenirliği sağlamak için görüşme sırasında, görüşülen kişinin yanıtlarının görüşmeciden etkilenmemesine ve görüşülen kişiyi yönlendirmekten kaçınmaya dikkat edilmiştir. Bu nedenle görüşme esnasında yansız olmaya özen gösterilmiş; sorulara verilen yanıtlara olumlu veya olumsuz bir tepki gösterilmemiştir.

Yapılan görüşmelerde, sorular her bir katılımcıya aynı tonda ve konuşma tarzı şeklinde sorulmuş; görüşülen kişilerin kendilerini rahat hissetmeleri sağlanmaya çalışılmıştır. Görüşme sorularının görüşme formundan okunması yerine, göz teması sağlanarak günlük dilde ifade edilmesi, görüşmenin daha rahat geçmesine ve görüşmecinin görüşülen birey ile daha etkileşimli bir iletişim kurmasına yardımcı olmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2008). Görüşmeler ortalama olarak 10-25 dakika sürmüştür; görüşmeci ve görüşülen kişinin yalnız olduğu sessiz bir ortamda gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler bittikten sonra kaydedilenler yazıya dökülmüş ve 53 sayfa veri dökümü elde edilmiştir. Katılımcı öğretmenlere K1, K2, K3... şeklinde kodlamalar yapılarak kimlik bilgileri saklı tutulmuştur. Araştırmacıların her biri kayıtlar ile görüşme dökümlerini inceleyip hata payını azaltmaya çalışmışlardır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde içerik analizi tekniği kullanılmıştır. İçerik analizi tekniği sayıca fazla olan nitel verileri, temel tutarlılıkları ve anlamları belirlemeye yönelik bir nitel veri indirgeme ya da anlamlandırma çabasıdır, bu bir anlamda örüntü oluşturmaktır (Patton, 2014). Bu çerçevede içerik analizi yoluyla veriler tanımlanmaya, verilerin içinde saklı olan gerçekler ortaya çıkarılmaya çalışılır. Bu esnada yapılan asıl işlem birbirine benzeyen verileri belirli kavram ve tema çerçevesinde bir araya getirerek, okuyucunun anlayacağı şekilde düzenlemektir. Nitel araştırmalarda verilerin analizi dört aşamada gerçekleşir (Yıldırım ve Şimşek, 2008).

1. Verilerin kodlanması: Bu aşamada araştırmacılar elde ettikleri verileri inceleyerek, anlamlı bölümlere ayırmaya çalışmışlardır. Veriler arasında belirlenen bir bölümü kavramlaştırırken ya da kodlarken, o bölümdeki anlamı en iyi yansıtan kodu bulmaya özen göstermişlerdir. Verilerin kodlanmasında genel bir çerçeve izlenmiştir. Buna göre verilerin kodlanması için öncelikle bir kod listesi hazırlanmıştır. Oluşturulan bu listeye göre veriler tek tek incelenmiş, buna göre işe yaramayan kodlar listeden çıkartılmak ve yenileri eklenmek suretiyle veriler kodlanmıştır.

2. Temaların bulunması: Bu kısımda araştırmacılar yazılan kodlardan kendi aralarında anlamlı bir bütün oluşturanları daha genel bir kavram ya da temanın altında toplamışlardır. Oluşturdukları bu kategoriler alt temalar şeklinde yer almıştır. Son olarak ise alt temada yer alan maddeleri en genel düzeyde temsil eden temalara ulaşılmıştır. Bu şekilde kod, alt tema ve temalar olmak üzere üç birimden oluşan bir liste çıkarmışlardır. Burada ortaya çıkan temaların, altında yer alan verileri anlamlı bir şekilde açıklayabilmesine ve bu temaların da araştırmadaki verilerin tümünü temsil etmesine dikkat edilmiştir. Yıldırım ve Şimşek (2008)'e göre bu ilkeler iç ve dış tutarlılığı yansıtır.

3. Verilerin kodlara ve temalara göre düzenlenip tanımlanması: Bu bölümde araştırmacılar elde ettikleri kod ve tema listesine göre verileri düzenleyip okuyucunun anlayacağı bir dille tanımlamaya dikkat etmişlerdir.

4. Bulguların yorumlanması: Bu aşamada elde edilen bulgular tablolar halinde sunulmuş, her tabloda katılımcıların örnek ifadelerine ve sıklıklarına (frekans değerine) yer verilmiştir. Tabloların altına yorumlar yapılarak elde edilen sonuçların önemi üzerinde durulmuştur. Nitel verilerin belirli ölçüde sayısallaştırılması çalışmanın güvenilirliğine katkı sağlar ancak burada amaç genelleme yapmak değildir (Yıldırım ve Şimşek, 2008).

BULGULAR

Bu bölümde medyanın beslenme alışkanlıkları ve bozukluklarına etkisiyle ilgili öğretmenlerle yapılan görüşmelerden elde edilen bulgular ve yorumlara yer verilmiştir. Elde edilen veriler '*beslenme ile ilgili problemlerin tanımlanması*', '*beslenme bozukluklarına karşı öğretmenlerin yapması gereken müdahaleler*', '*beslenme alışkanlıklarını ve bozukluklarını etkileyen faktörler*', '*medyanın çocukların gelişim alanlarına etkisi*', '*medyanın beslenmeye etkisi*', '*medyanın beslenme dostu olarak kullanımı*' ve '*öğretmenlerin medyayı kullanma amaçları*' olmak üzere 7 tema altında incelenmiştir.

Beslenme ile İlgili Problemlerin Tanımlanması: Tema 1

Öğretmenlerin çocuklarda görülebilecek beslenme ile ilgili problemleri tanımlamalarına dair görüşleri aşağıda Tablo 2'de yer almaktadır.

Tablo 2. *Beslenme ile ilgili problemlerin tanımlanması*

TEMA	ALT TEMA	KODLAR	Öğretmenlerin Görüşlerinden Örnekler	f	
Tanımlama	Hatalı Beslenme Davranışları	Hazır Gıda Tüketimi	Çocuğun sevdiği şeyleri yemesi ve bu paketli gıdalar, cıpti, şekerdi falan filan bu tarz yiyeceklerin tercih edilmesi (K2).	9	
		Ağızda Bekletme	Yeme bozuklukları derken şöyle bir durum var: Ağızda çok bekletme yeme bozukluğu olarak adlandırılabilirse ağızda bekletme [...] (K1).	1	
		Hareket Halinde Olma	[...] Aynı zamanda çocuk masada sürekli bir hareket halinde. Bence bu da bir yeme bozukluğudur (K1).	2	
		Kendi Başına Yiyememe	Yani daha çok aile önce kendi beslemeye çalıştığı için çocuk kendi öz iradesiyle yemek yemeyi beceremiyor (K6).	3	
		Yemek Seçme	Tek yönlü beslenme olabilir, genelde tek yönlü beslenme görüyoruz gelen öğrencilerimizde. (K10)	1 0	
		Öğün Atlama	Öğün atlama olabilir [...] (K11)	1	
		Zamanında Yememe	[...] Ve de zamanında yememe. Yemek yemek için 30-40 dk süre ayırıyoruz, o sürede bitiremiyor (K11).	1	
		Beslenme Bozuklukları	Obezite	[...] Ondan sonra neslin obeziteye yakınlaştığının farkındayım (K12).	1
			Besin Alerjileri	Alerjiler var. Bu alerjinin de zaten üzerinde duruyoruz. Benim sınıfımda fındık fıstık alerjisi...Kakaolu yiyeceklere alerji var, çikolataya alerjisi olan var (K12).	5
			İştahsızlık	İştahsızlık geliyor aklıma [...] (K5).	3

Tablo 2'de öğretmenlerle yapılan görüşmeler sonucunda öğretmenlerin çocuklarda görülebilecek beslenmeyle ilgili problemlere ilişkin görüşleri '*tanımlama*' teması altında yer almıştır. Tanımlama temasının altındaki veriler ise '*hatalı beslenme davranışları*' ve '*beslenme bozuklukları*' adı altında iki alt temada verilmiştir. Hatalı beslenme davranışları alt temasının altında '*hazır gıda tüketimi*', '*ağızda bekletme*', '*hareket halinde olma*', '*kendi başına yiyememe*', '*yemek seçme*', '*öğün atlama*' ve '*zamanında yememe*' kodları yer almıştır.

Öğretmenlerin büyük bir çoğunluğu çocukların bu dönemde hazır gıdalara yöneldiğinin üzerinde durmuştur. Hazır gıdalar olarak daha çok şekerleme, çikolata, hazır meyve suları, cıps gibi ürünleri belirtmişlerdir. Öğretmenler arasından bir kişi çocukların yemek yerken

ağızlarında yemeklerini çok fazla bekleddiklerini ifade etmiştir. Hareket halinde olma koduna göre ise öğretmenler çocukların beslenme esnasında sürekli hareket halinde olduklarını bunun da yanlış bir beslenme alışkanlığı olduğunu belirtmişlerdir. Öğretmenler ailelerin çocuklarına kendi başlarına yemek yeme fırsatı vermedikleri için çocukların kendi başına yeme alışkanlığı edinemediğini vurgulamışlardır. Yine büyük bir çoğunluk çocukların yemek seçtiklerini, tek yönlü şekilde beslendiklerini belirtmiştir. Öğretmenler bunun nedenini ise anne babaların çocuklarına yemek yedirirken çok fazla alternatif yemek sunmasına ve sadece çocukların istediği yemeklerin yemek masasında yer almasına bağlamışlardır. Öğretmenlerden bir kişi çocuklarda görülen hatalı beslenme davranışlarından öğün atlamalarını; bir kişi ise yemeklerini zamanında bitiremediklerini ifade etmiştir. Çocukların zamanında bitirememesini evde yemek yemeye ayrılan sürenin çok fazla olmasından kaynaklandığını ortaya koymuşlardır.

Tanımlamalarda beslenme bozuklukları alt teması altında yer alan kodlardan 'obezite'yi sadece bir öğretmen çocuklarda görülen beslenme sorunu olarak ele almıştır. Çocukların beslenme problemleri olarak görülen diğer iki kod ise 'alerjiler' ve 'iştahsızlık' tır. Öğretmenlere sınıflarında beslenme bozukluğuna sahip tıbbi teşhis konulmuş bir çocuğun bulunup bulunmadığına dair soru yöneltildiğinde öğretmenlerin ikisi tıbbi teşhise sahip iki öğrencinin bulunduğunu ve bu çocukların çeşitli gıdalara yönelik alerjilerinin olduklarını belirtmişlerdir.

Öğretmen Müdahaleleri: Tema 2

Öğretmenlerin beslenme ile ilgili problemi olan çocuklara yönelik olarak yapmaları gereken müdahalelere ilişkin görüşleri aşağıda Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. Beslenme ile ilgili problemi olan çocuklara öğretmenlerin yapmaları gereken müdahalelere ilişkin görüşleri

TEMA	ALT TEMA	KODLAR	Öğretmenlerin Görüşlerinden Örnekler	f
Öğretmen Müdahaleleri	Bireysel	Psikolojik Destek	Gerektiğinde çocukla özel zaten bizim serbest zaman etkinliklerinde küçük konuşmalarımız oluyor bireysel [...] (K4).	1
		Etkinlikleri Kullanma	Yemek yemeyle ilgili beslenme alışkanlıklarıyla ilgili hikâyeler anlatabilir, dramatik oyunlar oynatabilir (K3).	6
		Araştırma	Bence bunun psikolojik nedenleri araştırılmalıdır ilk etapta, doğumsal hani doğumdan kaynaklanan bir neden mi sonrasında ailenin sosyo-ekonomik durumuyla mı alakalı, ne bileyim çocuk şiddet görüyor mu vs mi? (K1).	3
		Örnek Olma	Birincisi model olabilir yani işte çıkan yemeklerden öğretmen kendine de yemek alıp yiyebilir (K3).	2
		Teşvik Etme	Sınıf içinde tabi ki sağlıklı beslenmeye teşvik etmek olabilir benim yapabileceğim şey (K5).	7
	İşbirliği	Aile ile İletişim	Ailesiyle görüşerek iletişimde olarak bir yeme programı hazırlanabilir (K10).	8
		Sağlık Kur./Sağlık Personeli ile İletişim	Yaklaşım çok önemli çünkü diyetisyenden fikir alabilir (K11).	3
		Proje	[...] Ama onun dışında mesela bir proje de geliştirebilir hep gündemine bu konuyu alıp [...] (K1).	2

Tablo 3'te görüldüğü gibi öğretmenlerin beslenme bozukluklarına yönelik olarak yapması gereken müdahaleler teması altında 'bireysel' ve 'iş birliği' alt temaları yer almıştır. Bireysel

müdahaleler alt temasında öğretmenlerin yardım almadan yapabileceği; iş birliğine dayalı müdahaleler alt temasında ise başkalarıyla kolektif olarak yapabileceği uygulamalar yer almaktadır. Bireysel müdahaleler alt temasında 'psikolojik destek', 'etkinlikleri kullanma', 'araştırma', 'örnek olma' ve 'teşvik etme' kodları yer almaktadır. Psikolojik destek konusunu, öğretmenlerden bir kişi dile getirmiştir. Bu öğretmen, yapılması gerekenin beslenme bozukluğuna sahip çocuğa özel zaman ayırarak duygusal açıdan çocuğu destekleme olduğunu belirtmiştir. Öğretmenlerin yarısı, sağlıklı beslenme konusunda sınıf içinde etkinlikleri kullanarak müdahaleler yapılabileceğinden söz etmiştir. Öğretmenlerden üç kişi beslenme bozukluklarının nedenlerini araştırma; iki kişi ise sağlıklı beslenme konusunda kendilerinin örnek olmaları yoluyla çocuklara yardım edebileceklerini belirtmiştir. Öğretmenlerin yarısından fazlası çocukları sınıf içinde sağlıklı beslenmeye teşvik etmeyle ilgili olarak müdahalelerden bahsetmiştir ancak bunun daha çok sınıf içindeki yaptıkları konuşmalar aracılığıyla veya çocukları beslenme esnasında yemeye özendirme olarak şekillendiğini ortaya koymuşlardır.

Öğretmenlerin iş birliği alt teması altında yapabilecekleri müdahaleler arasında 'aile ile iletişim', 'sağlık kurumu/sağlık personeli ile iletişim' ve 'proje' kodları yer almaktadır. Öğretmenlerin büyük bir çoğunluğu beslenme bozukluklarıyla ilgili olarak aileler ile iletişime geçilmesinden yanadır. Bunun nedeni öğretmenlerin hepsinin yanlış beslenme alışkanlıkları ve bozukluklarının aile tutumlarından kaynaklandığını düşünmeleridir. Öğretmenlerden üç kişi sağlık personeliyle de iletişim içinde olunması gerektiğini savunurken; iki kişi ise sağlıklı beslenme konusunda projeler geliştirilmesinin üzerinde durmuştur.

Beslenme Alışkanlıklarını ve Bozukluklarını Etkileyen Faktörler: Tema 3

Öğretmenlerin çocuklarda görülen beslenme alışkanlıkları ve bozukluklarını etkileyen faktörlere ilişkin görüşleri aşağıda Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4. Beslenme alışkanlıklarını ve bozukluklarını etkileyen faktörler

TEMA	ALT TEMA	KODLAR	Öğretmenlerin Görüşlerinden Örnekler	f
Beslenmeyi Etkileyen Faktörler	Ev Ortamı	Anne Baba	Kesinlikle aile ortamı, anne baba tutumları, yanlış anne baba tutumları. Çocuğunun dediğini yapması, çocuğunun istedikleri doğrultusunda gitmesi, sırf yesin diye [...] (K8).	12
		Kardeşler	İki yaşında bir oğlum var o da maalesef ablasından dolayı biraz erken tanıştı çikolata ve şekerle (K8).	2
	Dış Çevre	Okul	İlkokul, ortaokul ve liselerde kantinlerin kontrol edilmesi gerekiyor, buradaki idareci arkadaşların tavır ve tutumları çok önemli ve bakanlığın bu konuda kesinlikle önlem alması gerekiyor (K10).	2
		Arkadaşlar	[...]Bizim dışımızda da çocuklar kendileri dışarda arkadaşlarıyla işte reklam, aile ve ondan sonra arkadaşlar geliyor. Arkadaş çevresi (K10)	1
	Medya	Diziler	Oturuyor en sevdiği dizi varken, anne mısır patlatır mısın?, Anne cips yiyebilir miyim?, Anne çikolata yiyebilir miyim? [...] (K8).	1
		Reklamlar	Reklamlar, izledikleri, çevrelerinde gördükleri bunlar da etkiler tabi ki (K5).	5

Tablo 4'e göre beslenmeyi etkileyen faktörler temasına ilişkin öğretmen görüşlerinde 'ev ortamı', 'dış çevre' ve 'medya' olmak üzere üç alt tema belirlenmiştir. Ev ortamı alt temasının içinde 'anne baba' ve 'kardeşler' kodları yer almıştır. Öğretmenlerin hepsi çocuklarda beslenme alışkanlıklarını ve bozukluklarını etkileyen faktörlerden birinin anne baba tutumu olduğunu vurgulamışlardır. Yalnızca iki kişi çocukların bu konuda kardeşlerinden de etkilendiğini

belirtmiştir. Dış çevre alt teması altında 'okul' ve 'arkadaşlar' kodlarına yer verilmiştir. Öğretmenlerden iki kişi okuldaki personelin ve kurumun tutumunun çocukların beslenme alışkanlıklarını etkileyebileceğine ilişkin görüş belirtmiştir, bir öğretmen çocukların beslenmelerinin arkadaşlarından da etkilenebileceğini savunmuştur.

Medya alt teması altında 'diziler' ve 'reklamlar' kodlarına yer verilmiştir. Öğretmenlerden bir kişi kendi çocuğundan örnek vererek dizilerin çocukların beslenme alışkanlıklarını ve bozukluklarını etkilediğini; beş kişi ise çocukların beslenme konusunda reklamlardan etkilendiğini belirtmiştir.

Medyanın Çocukların Gelişim Alanlarına Etkisi: Tema 4

Öğretmenlerin medyanın çocukların gelişimlerine etkisine yönelik görüşleri aşağıda Tablo 5'ye yer almaktadır.

Tablo 5. Medyanın çocukların gelişimlerine etkisi

TEMA	ALT TEMA	KODLAR	Öğretmenlerin Görüşlerinden Örnekler	f
Medyanın Çocukların Gelişimlerine Etkisi	Boyut	Bilişsel	Zihinsel anlamda çocuk hani bir şekilde bir şeyleri düşünüp yorumlayıp problemi çözüp bu tarz şeyler olmadığı için beynini kullanamıyor tam anlamıyla. (K8)	9
		Özbakım	Sonra el becerilerini kesinlikle köreltiyor [...] (K2)	7
		Sosyal & Duygusal	Şimdi bir erkek çocuğu vurdulu kırdılı bir çocuk olarak çıkabiliyor mesela sosyal ve duygusal anlamda etkiliyor (K12)	9
		Motor	Arkasından motor gelişim de olabilir dediğimi gibi yani çok fazla kasını kullanmadan çocuk paketi dahi açmak istemiyor. (K1)	3
		Dil	Dil gelişimi çok yavaşlıyor. Çocuğa bir kitap bir masal okumakla aynı masalın canlandırılmış versiyonunu izlemiş olması aynı şey değil. (K11)	5
	Etki Yönü	Olumsuz	Olumsuz diye düşünüyorum bir de şu var zamanımızda dikkat eksikliği ve hiperaktivitenin çok artma sebebi de televizyondaki işte bu çok hareketli görsel renkler akışlar [...] (K6)	8
		Çift Yönlü	Yani o şeyin içeriğine bağlı, medyanın sunduğu ürünlerin içeriğine bağlı, bazen olumlu bazen olumsuz olabilir. (K3)	4

Tablo 5'te medyanın çocukların gelişimlerine etkisi adlı temanın altında 'boyut' ve 'etki yönü' olmak üzere iki alt tema belirlenmiştir. Boyut alt teması altında 'bilişsel', 'öz bakım', 'sosyal & duygusal', 'motor' ve 'dil' gelişim alanları kodları yer almaktadır. Öğretmenlerin büyük bir çoğunluğu medyanın çocukların 'bilişsel' ve 'sosyal&duygusal' gelişim alanlarını kötü yönde etkilediğini belirtmiştir. Medyanın çocukların kaslarını kullanma becerisi konusunda motor gelişimlerini etkilediğini de belirten üç öğretmen yer almaktadır. Öğretmenlerin yarısından fazlası medyanın çocukların öz bakım becerilerini etkilediğini belirtmiştir. Belirtilen sorunların arasında el becerisi isteyen işleri yapmada zorluk çekme ve sağlıklı beslenmeyle ilgili problemler belirtilmiştir. Öğretmenlerden beş kişi medyanın çocukların dil gelişimlerini yavaşlatabildiği üzerinde durmuştur.

Medyanın çocukların gelişimlerini hangi yönde etkilediği ile ilgili olan etki yönü alt teması altında 'olumsuz' ve 'çift yönlü' kodlar yer almıştır. Öğretmenlerin büyük bir çoğunluğu medyanın çocukların gelişimlerini olumsuz yönde etkileyebileceğini belirtirken, dört öğretmen bu etki yönünün medyanın sunduğu içeriğe bağlı olarak değişeceğini vurgulamıştır.

Medyanın Beslenme Alışkanlıklarına ve Bozuklarına Etkisi: Tema 5

Öğretmenlerin medyanın çocukların beslenme alışkanlıklarını ve bozukluklarına ilişkin görüşlerine aşağıda Tablo 6'da yer verilmiştir.

Tablo 6'ya göre medyanın çocukların beslenmelerine etkisi adlı temanın altında 'sağlıksız gıda tüketimi', 'sağlıklı gıda tüketimi', 'sağlık problemleri', ve 'bozuk yeme düzeni' olmak üzere dört alt tema yer almaktadır. Sağlıksız gıda tüketimi alt teması altında 'fast food', 'paketlenmiş ürünler', 'asitli içecekler' ve 'kanserojen ürünler' kodları vardır. Öğretmenlerin tamamı özellikle reklamların çocukları beslenme konusunda paketlenmiş ürünlere ittiğini vurgulamıştır. Paketlenmiş ürünler arasında kek, sakız, cips, meyve suyu gibi ürünler bulunmaktadır. Bundan sonra sağlıksız gıda tüketimi sırasında fast food ve kanserojen ürünler gelmektedir. Öğretmenler özellikle ailelerin bu konuda dikkat etmediklerini; çocuklarını, reklamlarda yayınlanan kanserojen maddeler içeren gıda ürünlerini tüketmemeleri konusunda yeterince uyardıklarını ayrıca yoğun iş temposundan kaynaklı olarak fast food türü ürünlere yöneldiklerini belirtmişlerdir. Öğretmenlerden bir kişi medyanın zararsız bir ürünmüş gibi sunduğu asitli içeceklerin de çocukların beslenmesini etkilediğini vurgulamıştır.

Tablo 6. Medyanın beslenme alışkanlıklarına ve bozukluklarına etkisi

TEMA	ALT TEMA	KODLAR	Öğretmenlerin Görüşlerinden Örnekler	f
Medyanın Beslenmeye Etkisi	Sağlıksız Gıda Tüketimi	Fast Food	Mesela fast food işte hamburger, cips, patates kızartmasına çok fazla yönelme [...] (K4).	2
		Paketlenmiş Ürünler	Bir cipsin özendirilmesi, bir sakız masum bir şey diyoruz ama çok fazla zararı var (K10).	1 2
		Asitli İçecekler	Bir kere çikolata, şeker o tarz yememesi gereken abur cuburlar, cipsler, kolalar, yani her türlü zararlı gıdayı ilk olarak nerede görüyor televizyonda görüyor (K9).	1
		Kanserojen Ürünler	[...]Bu tarz görseli olan fakat çok fazla protein değeri olmayan artı kanserojen ürünleri tüketiyor çocuk [...] (K1).	3
	Sağlıklı Gıda Tüketimi	Süt ve Süt Ürünleri	Yani mesela işte süt ve süt ürünlerinin içerdiği peynir yoğurt ve sütün aynı sofrada tüketmesini örnek vererek örneklerle ya da işte bütün besin değerlerinin yer aldığı protein [...] (K3).	3
		Meyve ve Sebze	Reklamlarda işte çocuğunuza verebileceğiniz atıştırma ürünleri diye bir reklam görmüştüm işte saat 4'te meyve, meyveli yoğurt bir ara gösteriyorlardı (K7).	2
	Sağlık Problemleri	Obezite	Tamamen işte obeziteye itiyor çocukları, sürekli kola içen sürekli çikolata yiyen bir çocuğun sonundan ne bekliyorsun? (K12).	4
		İç Organlarla İlgili Hastalıklar	Midede gaz sorununa sebep olabiliyor yetişkinlikte ve ergenlikte kilo ve şekil bozukluklarına sebep olabiliyor, akabinde de iştahsızlığa sebep olabiliyor (K1).	1
	Bozuk Yeme Düzeni	Atıştırarak Yeme	Televizyon karşısında ekmek arası bir şey yiyecek tepsi alacak önüne [...] (K10).	4
		Beslenmeyi Araç Olarak Kullanma	Bekliyor ki her zaman birileri gelsin yedersin veya rüşvet versin o zaman yerim şekli oluşuyor. (K8).	1
		Yediğinin Farkında Olmama	Çünkü hani ben kendi kızımdan da biliyorum çocuk ne yediğinin farkına varmıyor ne kadar yediğinin farkına varmıyor lezzetin bence hiç farkına varmıyor (K2).	1 1

Tablo 6'da sağlıklı gıda tüketimi alt teması altında '*süt & süt ürünleri*' ve '*meyve & sebze*' kodları yer almıştır. Buna göre üç öğretmen bazı reklamların çocukları süt ve süt ürünlerini tüketmeye teşvik ettiğini; iki öğretmen ise daha önceleri yayınlanan meyve ve sebzelerle ilgili yayınların çocukları sağlıklı beslenmeye yönlendirebileceğini belirtmişlerdir. Sağlık problemleri alt teması altında '*obezite*' ve '*iç organlarla ilgili problemler*' kodları yer almıştır. Öğretmenler çocukların televizyon karşısında çok fazla karbonhidratlı besin tüketmesinin obeziteye neden olduğunu; ayrıca bu durumun iç organlarla ilgili rahatsızlıklara neden olabileceğini ifade etmişlerdir.

Bozuk yeme düzeni alt teması altında '*atıştırarak yeme*', '*beslenmeyi araç olarak kullanma*' ve '*yediğinin farkında olmama*' kodları yer almaktadır. Buna göre öğretmenlerin çok büyük bir kısmı medyanın çocukların ne yediğini fark etmemesine yol açtığını; bu durumun çocukların besinler ve beslenmeye ilişkin farkındalıklarını azalttığını vurgulamışlardır. Öğretmenlerin bir bölümü sürekli medya ile iç içe olan çocukların bir süre sonra atıştırarak yemeyi tercih ettiğini bu nedenle eksik beslendiklerini ve yemek düzenlerinin bozulduğunu belirtmiştir. Bir öğretmen, medyanın beslenme saatinde kullanılmasının, çocukların medyayı bir ödül olarak algılamasına ve bir süre sonra çocukların sadece televizyon izleyebilmek adına yemek yemelerine neden olduğunu ifade etmiştir.

Medyanın Beslenme Dostu Olarak Kullanımı: Tema 6

Öğretmenlerin medyanın beslenme alışkanlıkları ve bozukluklarına ilişkin olumlu yönde kullanımı ile ilgili düşünceleri aşağıda Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 7'ye göre medyanın beslenme dostu olarak kullanımı temasının altında '*televizyon*', '*internet*' ve '*yazılı medya*' alt temaları yer almaktadır. Televizyon alt teması '*kamu spotu*', '*çocuklar için kanallar*', '*çizgi filmler*' ve '*reklamlar*' olarak kodlara ayrılmıştır. Öğretmenlerin büyük bir çoğunluğu televizyonda yayınlanan çizgi filmlerin, yaratılan çizgi film kahramanları yoluyla çocukları sağlıklı beslenme konusunda teşvik edebileceğini ifade etmiştir. Reklamlar ve kamu spotunun da bu yönde kullanılabileceğini belirten öğretmenler vardır. İki öğretmen ise sadece çocuklara yönelik eğitici bir kanalın olmasının bu kanalda yayınlanacak sağlıklı beslenmeyle ilgili programların yer almasını belirtmiştir.

İnternet alt teması altında '*eğitici videolar*', '*bilgisayar oyunları*', '*sosyal medya*' ve '*cep telefonu programları*' kodları vardır. Öğretmenlerden yalnızca üç kişi internet ortamında sunulan eğitici videolar aracılığıyla çocukların sağlıklı gıdalara yönlendirilebileceğine değinmiştir. İki öğretmen ise bu konuda bilgisayar oyunları aracılığıyla çocukların yeme alışkanlıklarının olumlu yönde etkilenebileceğini ifade etmiştir.

Tablo 7'de öğretmenlerden birer kişi sosyal medyayı ve cep telefonu programlarını kullanarak sağlıklı ve sağlıksız gıda ayrımının yapıldığı içeriklerin topluma sunulmasının hem çocukların hem de ailelerin beslenme alışkanlıklarına olumlu yönde etki edebileceğini belirtmiştir. Cep telefonu programlarını sağlıklı gıda ürünlerini tanıtmaya ve sağlıksız gıda ürünlerinin kullanımını engelleme amaçlı olarak kullanan K12, velileriyle bu konuda sürekli iletişim halinde olduğunu belirtmiştir. Çocukların sağlıklı beslenme alışkanlıklarının oluşması için yalnızca medyayı değil çeşitli uygulamaları da deneyen K12, okulda çocuklarla birlikte mutfığa girerek sağlıklı yiyecekler hazırladıklarını ifade etmiştir. Sınıfındaki öğrencilerin sağlıklı beslenme konusunda çok hassas davrandıklarını belirten K12, çocukların evde ve marketlerde anne babalarını sağlıksız besinler konusunda uyarmaya başladıklarını dile getirmiştir.

Yazılı medya temasının içinde '*kitaplar*' ve '*sürelî yayınlar*' kodları bulunmaktadır. Sağlıklı beslenme konusunda çocuklarla birlikte oluşturulabilecek yemek kitaplarının kullanılmasının faydalı olduğunu ifade eden K12, çocuklarla birlikte okulda hazırladıkları yemekler ile evde çocukların aileleriyle hazırladıkları yemeklerin fotoğraflarının yer aldığı bir yemek kitabı oluşturduklarını belirtmiştir. K12, okulunda Beslenme Dostu Okul Projesi'ni başlatan bir öğretmen olarak sağlıklı beslenme konusuna verdiği önemi vurgulamıştır. Katılımcılardan bir öğretmen ise çocuklar için hazırlanan sürelî yayınların da çocukların beslenme alışkanlıklarına olumlu katkısının olabileceğinden söz etmiştir.

Tablo 7. Medyanın beslenme dostu olarak kullanımı

TEMA	ALT TEMA	KODLAR	Öğretmenlerin Görüşlerinden Örnekler	f
Medyanın Beslenme Dostu Olarak Kullanımı	Televizyon	Kamu Spotu	Ayrıca kamu programları da yapılmalı, ailelere bu konuda ciddi ciddi ben devletin eğitim vermesi gerektiğini düşünüyorum (K9).	6
		Çocuklar İçin Kanallar	Bir kere kesinlikle çocuklar için bir kanal olmalı, tamamen pedagojik bir kanal olmalı, çocuk sadece bunu izlemeli (K1).	2
		Çizgi Filmler	Şimdi çizgi filmler gerçekten çocukların hayatında çok etkin, çizgi filmin içerisine o şekilde konabilir sağlıklı beslenmenin nasıl olacağı hatta çok kısa çizgi filmlerle yiyen bir çocuğun beslenmeyle nerden nereye gelebileceğine kadar hayat akışı sürdürülebilir (K6).	8
		Reklamlar	İşte mesela nasıl çitos reklamı varsa onun yerine haydi çocuklar saat 3'te 4'te şimdi yoğurdumuzu yiyelim gibi reklamlar olursa bence çünkü çocukların bilinçaltı çok önemli (K7).	6
	İnternet	Eğitici Videolar	Videolar hazırlanabilir örneğin, çocuklara yönelik sağlıklı beslenme alışkanlıklarının neler olduğu, sağlıksız beslenme alışkanlıklarının neler olduğu daha çarpıcı şekilde bir video ile falan anlatılabilir gibi geliyor bana (K5).	3
		Bilgisayar Oyunları	Çocuğun mesela orada sağlıklı besinleri besleyecek bir bilgisayar programı olsa mesela çocuk sağlıklı yiyecekler verdiği zaman orada daha genç dinç çocuk görse veya sağlıksız yiyecekler verdiğinde [...] (K6).	2
		Sosyal Medya	Toplum artık bilgisayar da çok kullanıyor sosyal medya üzerinden de kişiler birbirine olumlu şeyleri aktarıyorlar fakat sosyo-ekonomik düzeyi düşük kişiler televizyonu daha çok seyrediyor ve toplumumuzun çoğu kesimi hem sosyal medya hem televizyonu çok izliyor o yüzden dedim (K1).	1
	Yazılı Medya	Cep Tel. Prog.	Ayrıca mesela velilerle bir whatsapp grubu kurduk oradan birbirimize sağlıksız olan besinlerle ilgili haberleri gönderiyoruz. Mesela şu "kinder sürpriz" lerin içindeki çikolata çok zararlı (K12).	1
		Kitaplar	Bununla ilgili de sınıfta çalışmalar yapıyoruz hep birlikte yemekhaneye gidip önlükleri giyip kendi pastamızı kendi yemeğimizi kendimiz yapıyoruz. 3 yaş grubu çocuklarda. Ve bunları fotoğraflıyoruz. Yemek kitabına hem velilerden gelenleri hem de bunları koyuyoruz ortaya baya hoş bir şey çıkıyor (K12)	2
		Sürelili Yayınlar	Sürekli yayınlar kitaplar, dergiler kanalıyla da işte sağlıklı beslenme özendirilebilir (K1).	1

Öğretmenlerin Medya Kullanma Amaçları: Tema 7

Öğretmenlerin sınıflarında medya kullanma amaçlarına yönelik görüşleri aşağıda Tablo 8'de sunulmuştur.

Tablo 8'e göre öğretmenlerin medya kullanma amaçları temasının içinde yer alan alt temalar 'kazanımlar' ve 'kavramlar' olarak verilmiştir. Kazanımlar alt temasın altında bilişsel, öz bakım, sosyal & duygusal, motor ve dil gelişimi kodları yer almıştır. Öğretmenlerin büyük bir çoğunluğu medyayı sınıflarında çocukların öz bakım becerilerini geliştirmek için kullandıklarını ifade etmişlerdir.

Tablo 8. Öğretmenlerin medya kullanma amaçları

TEMA	ALT TEMA	KODLAR	Öğretmenlerin Görüşlerinden Örnekler	f
Öğretmenin Sınıfta Medya Kullanma Amacı	Kazanımlar	Bilişsel Gelişim	Daha çok deneysel, fen etkinliği için haftada iki kez okulun sunduğu sosyo-ekonomik olanaklara göre sıklığı değişiyor (K4).	5
		Öz bakım Becerileri	Beslenmeyle ilgili olarak her gün 45 dk- 1 saat kullanıyorum. Beslenme dostu okul projemiz var (K12).	8
		Sosyal&Duygusal Gelişim	Paylaşım, kişiler arası ilişkiler gibi konularda iki haftaya bir kullanıyorum (K3).	4
		Motor Gelişim	Yürüme koşma, yuvarlanma tırmanma etkinliklerde dönem başından beri birkaç kez kullandım (K1).	5
		Dil Gelişimi	Türkçe dil etkinliği powerpoint de hikayeler için haftada 2 kez kullanıyorum (K5).	3
	Kavramlar	Zıt	Hızlı yavaş gibi kavramlar için de kullandım (K1).	3
		Sayı/Sayma	Sayı kavramını verirken kullandığım oluyor (K3).	3

Beslenme Dostu Okul projesinde yer alan aynı okuldaki K9, K10, K11 ve K12 medyayı sınıf içinde beslenme konusunda daha sık kullandıklarını ifade ederken, çalışma grubundaki diğer katılımcılar okullarının kaynakları ölçüsünde medyayı kullanabildiklerini vurgulamışlardır. Sınıf içinde medyayı, çocuklara kavramları öğretme amaçlı da kullanan öğretmenler daha çok 'zıt' ve 'sayı/sayma' kavramlarıyla ilgili olarak medya araçlarını kullandıklarını ifade etmişlerdir.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Okul öncesi öğretmenlerinin medyanın çocukların beslenme alışkanlıkları ve bozukluklarına etkisine ilişkin görüşleri incelendiğinde öğretmenlerin çocuklarda beslenme konusunda en çok dikkat çektikleri kısım çocukların yediği yemeğin farkında olmaması, hazır gıdalara yönelmeleri ve yemek seçmeleridir. Öğretmenler çocukların yediği yemeğin farkında olmamasını, medyanın olumsuz etkilerine bağlamaktadırlar; hazır gıda tüketimi ve tek yönlü beslenmenin nedeni olarak ise ilk başta aileyi göstermektedirler. Ailenin olumsuz etkisinin ardından ikinci sırada medya gelmektedir. Aslında öğretmenler genel olarak her iki faktörün etkileşimli şekilde çocuklarda yanlış beslenme alışkanlıkları ve bozukluklarının oluşumuna neden olduğunu belirtmektedirler. Aileler çocuklarına yemeklerini yemeleri için televizyon, tablet vb. gibi medya araçlarını açarak onların reklamlarda gördükleri ürünlerden, sağlıksız gıdalardan etkilenmelerine neden olmakta, çocukların da bu ürünlere ilgilerinin oluşmasıyla bu

kısır döngü devam etmektedir. Bu noktada ailelerin sağlıklı beslenme ve medyanın etkileri konularında farkındalık düzeyleri önem kazanmaktadır. Benzer şekilde Harris & Bargh (2009) çalışmalarında çocuklarda televizyon izleme ve sağlıksız gıda ürünlerini tüketme arasında ilişki bulmuşlardır. Araştırmada çocukların sağlıksız gıda ürünlerini tüketmelerinin birbirinden ayrı olarak hem ailesel faktörlerle hem de medya kullanımıyla ilişkili olduğu belirtilmiştir. Çalışmada çocuklarda beslenme eğitiminde alternatif medya müdahalelerine ihtiyaç duyulduğu, beslenme eğitimi, aile etkileşimi ve medya okuryazarlığını içeren eğitimlerin medyanın yarattığı etkiyi azaltılacağı savunulmuştur. Dölek (2004) de araştırmasında annelerin, beslenme konusunda kendilerini yeterince bilinçli hissetmediklerini tespit etmiştir. Araştırmasına dâhil ettiği 183 anneden %25'inin, çocuklarının özellikle öğün aralarında abur-cubur türünde atıştırma yemeklerine izin verdiklerini, annelerin neredeyse yarısına yakınının çocuklarının beslenmeleri konusunda kendilerini yeterli görmediği ve annelerin yarısının çocuklarının sağlıklı beslenip beslenmediğinden şüphe duyduğunu ifade ettiğini belirtmiştir. Aynı çalışmada çocukların üçte birinin ana öğünlerde sofraya gelmek istemedikleri bulunmuştur. Busse ve Diaz (2013) 6-11 yaşlarındaki çocuklar üzerinde yaptıkları çalışmada çocukların okul döneminde büyük ölçüde televizyon izlediklerini; sabah kalktıklarında çok erken saatlerde, öğle yemeğinden sonra ve ödevlerini yaptıktan sonra (saat 5'ten 9'a veya 10'a kadar) televizyona maruz kaldıklarını belirtmiştir. Aynı çalışmada ebeveynlerden alınan bilgilere göre çocukların hafta içi 5 saat, hafta sonu da bundan daha fazla olarak televizyon izledikleri ortaya çıkmıştır. Çocuklarla yapılan odak grup görüşmelerine göre çocukların gıda ürünlerini içeren bir dizi reklamı hatırladıkları, televizyonda gördükleri gıda maddelerine karşı istek duydukları, kendileri için genellikle çikolata, şeker ve patates cipsi gibi yiyecekleri satın aldıkları ortaya koyulmuştur. Medyanın çocukların beslenmesi üzerindeki etkisinin incelendiği bazı çalışmalarda da benzer sonuçlara rastlanmıştır. Saelens vd. (2002) yaptıkları çalışmada çocukların televizyon karşısında geçirdikleri süre ile televizyon izlerken yedikleri yemek sayıları arasında kesitsel ve boylamsal ilişkiler bulunmuşlardır, çocuklar yemek yerken ne yediklerinin ve ne kadar yediklerinin farkında değildir (Akt. Jordan, 2007). Araştırma, buradaki çalışma ile paralel bulgular içermektedir. Jordan ve Robinson (2008) çocukların televizyon karşısındaki yedikleri yiyecek miktarının televizyon yokken yedikleri miktardan fazla olduğunu tespit etmişlerdir. Matheson ve ark. (2004) çocukların televizyon karşısında meyve tüketiminin diğer normal zamanlara oranla daha az olduğunu; bununla birlikte atıştırma yiyeceklerinin tüketiminin diğer gıdalara oranla daha fazla olduğunu belirtmişlerdir. Çalışmada da çocukların atıştırarak yemeyi tercih etmeleri ve daha çok paketlenmiş ürünleri tercih etmeleri bu çalışmanın sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir.

Öğretmenlerin görüşlerine göre medya çocukların başta bilişsel ve sosyal ve duygusal gelişimleri olmak üzere tüm gelişim alanlarını etkilemektedir. Öğretmenlerden sekiz tanesi medyanın çocukların gelişim alanlarına yönelik etkisini olumsuz olarak değerlendirirken, 4 tanesi bu etki yönünün medyada yer alan içeriğe bağlı olarak değişeceğini belirtmiştir. Asena (2009) araştırmasında annelere çocuklarının gıda reklamlarından olumlu mu olumsuz mu etkilendiklerini sormuştur. Annelerden 5 tanesi çocuklarının olumlu, 6 tanesi ise olumsuz etkilendiği; 4 tanesi ise olumlu/olumsuz etkilendiğine yönelik kanıt olmadığını belirtmiştir. Araştırmanın bu sonuçları, çalışmadaki bulgularla paralellik göstermektedir.

Öğretmenler bu çalışmada medya aracı olarak daha çok reklamların, yanlış beslenme alışkanlıklarına ve beslenme bozukluklarına neden olduğunu ifade etmişlerdir. Avusturalya'da yapılan bir çalışmada da 544 gıda reklamının %21'ini 'corefoods' denilen ana besinler, %79'unu ise 'non-corefoods' denilen zararlı besinlerin oluşturduğu belirtilmiştir. Hazır besinler, çikolata ve şekerlemeler, gıda reklamlarının % 50'sini oluşturmaktadır. Yapılan incelemeler sonucunda, sağlıklı beslenmek adına verilen tavsiyelerin hiçbiri, televizyon reklamlarında desteklenmemektedir (Akt. Asena, 2009). Borzekowski & Robinson (2001) okul öncesi eğitime devam eden çocuklar üzerinde deneysel bir araştırma yapmışlardır. Araştırmada deney grubundaki çocuklara popüler bir çizgi film içine örtük şekilde yerleştirilmiş gıda reklamlarını izletmişlerdir, kontrol grubuna ise reklam verilmeyen çizgi film gösterilmiştir. Sonuç olarak çok kısa sürede de olsa reklam içeren çizgi filme maruz kalan çocukların, reklamlarda geçen gıda ürünlerini daha çok tercih ettikleri ortaya çıkmıştır. Chernin (2008) ise araştırmasında yiyecek

reklamlarının çocukların daha az sağlıklı gıda seçimlerine etki ettiğini bulmuştur. Bu araştırmaların sonuçları, çalışmanın bulgularıyla benzerlik içindedir.

Öğretmenler sınıfında medya kullanma sebeplerini programdaki kazanım ve kavramları daha iyi işleyebilmek olarak açıklamışlardır. Tüm gelişim alanlarına yönelik kazanımları sağlayabilmek adına medyayı kullandıklarını ancak en çok çocukların öz bakım becerilerini geliştirebilmek için medya araçlarından istifade ettiklerini bildirmişlerdir. Çocukların beslenme problemlerine yönelik olarak yapılabilecek müdahaleler arasında en çok aile ile iletişime geçme, sınıf içinde konuşma ve etkinlikler aracılığıyla çocukları sağlıklı beslenmeye teşvik etme yer almaktadır. Öğretmenler medyanın beslenme dostu olarak kullanılabilmesinde en çok çizgi filmlerden, reklamlardan ve kamu spotlarından faydalanılabileceği görüşünü bildirmişlerdir. Sağlıklı beslenme konusunda yazılı medya unsurlarından yararlandıklarını söyleyenler "Beslenme Dostu Okul" projesini uygulayan okulda çalışan öğretmenlerdir. Bu öğretmenler proje aracılığıyla sağlıklı beslenme konusunda hem okuldaki öğrencilerle hem de aileleriyle iletişim kurma girişimlerinde bulduklarını ifade etmişlerdir. Okula asılan çeşitli panolar, öğretmen ve aile arasında cep telefonu yoluyla kurulan iletişimde sağlıklı beslenme üzerine çeşitli görsel ürünlerin paylaşımı, okul içinde yemeklerin çocuklarla birlikte yapımı gibi etkinlikler öğretmenlerin projeye ilgili olarak sağlık beslenme için yaptıkları uygulamalardır. Son yıllarda araştırmacılar medyanın olumsuz etkilerini azaltmak amacı ile medya müdahale programları geliştirmeye başlamışlardır. Bu programlarda öğrencilere verilen eğitimler arasında beden boyutlarının biyolojisi hakkında öğretim, eleştirel medya analiz becerileri ve sağlıklı yaşam stili davranışları yer almaktadır (Wood, 2004). Tanner, Duhe, Evans & Condrasky (2008) medyanın olumlu etkilerini kullanarak bir medya müdahale programının sağlıklı beslenme üzerindeki etkilerini araştırmışlardır. Deneysel bir çalışma olan bu araştırmada öğrencilere okul sonrası uygulanan meyve-sebze kampanyasının, evdeki beslenme ortamı üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Çocuklar okul sonrası uygulanan programda bir medya uzmanı eşliğinde ailelerinin evde meyve ve sebze tüketimlerini desteleyecek bir slogan, logo, bir marka ismi ve üç önemli hedef taşıyan bir görev edinmişlerdir. Çalışmada, programa katılan çocukların meyve ve sebzeyle ilgili tüketimlerinde pozitif yönde değişim ve ailelerinden bu yönde destek alma konusunda başarılı oldukları ortaya çıkmıştır.

Sonuç olarak okul öncesi öğretmenlerinin, çocukların beslenme alışkanlıkları ile ilgili olarak rahatsızlık duydukları durumlar söz konusudur. Öğretmenler çocuklardaki yanlış beslenme alışkanlıklarının ve beslenme bozukluklarının temel sebepleri olarak aile ve medyayı göstermektedirler. Öğretmenler ailelerin özellikle çocuklarına yemek yedirmeye çalışırken medya araçlarını kullanmalarının hatalı bir uygulama olduğunu belirtmişlerdir. Bunun bir sonucu olarak çocukların beslenme düzenleri bozulabilmektedir. Bu noktada verilebilecek öneriler arasında medya okuryazarlığı programlarının oluşturulması, ailelere ve öğretmenlere çeşitli eğitim ve seminerlerin verilmesi, ailelerin bilinçli medya kullanımı açısından farkındalık düzeylerinin artırılması yer alabilir. Medya okuryazarlığı eğitimi, insanların medyanın değişik formları hakkında eleştirel düşmelerini sağlar, medya kullanımının farkındalığını artırır, içeriklerin ve medya üreticilerinin niyetlerinin analiz edilebilmesini sağlar (Steiner-Adair & Vorenberg, 1999, akt. Spettigue & Henderson, 2004). Medyanın çocukların beslenme alışkanlıklarını olumlu yönde etkileyebileceği programlar tasarlanabilir. Okullarda uygulanabilecek medya eğitim programları, çocuk, aile ve okul arasındaki iletişim kanalları aracılığıyla ailelerin çocuklarının sağlıklı beslenmelerine verdikleri önemi ve medya araçlarının bilinçli kullanımını artırabilir. Ailenin medya araçlarını kullanımına ilişkin olarak farkındalıklarını artıracak çalışmalar yapılabilir. Daha sonra yapılacak çalışmalarda bu konuda daha çeşitli veri toplama yöntemlerinin kullanılması ve konuya taraf olabilecek aile ve çocukların da katılımının sağlanmasıyla daha zengin bilgiler elde edilebilir böylece toplum sağlıklı beslenme adına bir adım daha ileriye götürülebilir.

KAYNAKÇA

Alyanak, P. ve Polvan, Ö. (2000). Bebeklikte ve Erken Çocuklukta Yeme ve Büyüme Bozuklukları: Psikiyatrik Gözden Geçirme Yazısı-I. *İst. Tıp Fak. Mecmuası*, 63(1), 100-104.

- American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition. Arlington, VA, American Psychiatric Association, 2013.
- Asena, M. B. (2009). *Gıda Reklamlarının Okul Öncesi Çocuklar Üzerindeki Etkilerinin Anneler Tarafından Değerlendirilmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Bahçeşehir Üniversitesi.
- Austin, V. L. ve Sciarra, D. T. (2013). *Çocuk ve Ergenlerde Duygusal ve Davranışsal Bozukluklar*. (Çev. Ed. M. Özekes). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Bar-on, M. E (2000). The Effects of Television on Child Health: Implications and Recommendations. *Arch Dis Child*, 83, 289-292.
- Borzekowski, D. L. ve Robinson, T. N. (2001). 30 Second Effect: an Experiment Revealing the Impact of Television Commercials on Food Preferences of Preschoolers, *J Am Diet Assoc*, 101 (1), 42-6.
- Busse, P. ve Diaz, R. (2013). What are the Television Viewing and Eating Habits of Children in Peru?. *Global Health Promotion*, 0(0), 1-11.
- Canadian Paediatric Society Statement (1999). Children and the Media. *Paediatr Child Health*, 4(5), 350-354.
- Chernin, A. (2008). The Effects of Food Marketing on Children's Preferences: Testing the Moderating Roles of Age and Gender. *The Annals of the American Academy*, 616, 102-118.
- Dölek, F. (2004). *Annelerin Beslenme Konusundaki Yeterliklerinin ve Eğitim Gereksinimlerinin Saptanması (Amasya Örneği)*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi.
- Durmaz-Süoğlu, Ö. (2004). Çocukluk Çağında Beslenme: Okul Çocuğunun Beslenmesi. *İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Sağlıkta ve Hastalıkta Beslenme Sempozyum Dizisi*, 41, 157-164.
- Günlü, Z. ve Derin, D. Ö. (2012). Televizyon Reklamlarının Okul Çağı Çocuklarının Besin Seçimi Üzerine Etkilerinin Bir İncelemesi. *Selçuk İletişim*, 7(3), 62-77.
- Harris, C. A. ve Bargh, J.A. (2009). The Relationship between Television Viewing and Unhealthy Eating: Implications for Children and Media Interventions. *Health Commun*, 24(7): 660-673.
- Jordan, A. B. (2007). Heavy Television Viewing and Childhood Obesity, *Journal of Children and Media*, 1:1, 45-54.
- Jordan, A.B. ve Robinson, T.N. (2008). Children, Television Viewing, and Weight Status: Summary and Recommendations from an Expert Panel Meeting. *American Academy of Political and Social Science*, 615: 119-132.
- Kobak, C. ve Pek, H. (2015). Okul Öncesi Dönemde (3-6 Yaş) Ana Çocuk Sağlığı ve Anaokulundaki Çocukların Beslenme Özelliklerinin Karşılaştırılması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30(2): 42-55.
- Köksal, G. ve Özel, H. G. (2012). *Okul Öncesi Dönemde Obezite*. Sağlık Bakanlığı Yayınları, Ankara.
- Koroğlu, S. (2009). *Okulöncesi Dönem 4-6 Yaş Arası Çocuklarda Aileden Kaynaklanan Beslenme Bozukluklarının İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Kurt, E. ve Altun, T. (2014). Televizyon Reklamlarının İlkokul Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıklarına Etkisi Üzerine Bir İnceleme. *The Journal of Academic Social Science*, 2 (7), 393-408.
- Lemish, D. (2013). Medya ve Erken Dönem Çocukluk Gelişimi Çocuklarla İletişim: Yetiştirme, İlham Verme, Harekete Geçirme, Eğitime ve İyileştirme İlke ve Uygulamaları. I. *Türkiye Çocuk ve Medya Kongresi Bildiriler Kitabı cilt 2*, İstanbul: Çocuk Vakfı Yayınları.
- Matheson, D. M., Killen, J. D., Wang, Y., Varady, A., ve Robinson, T. N. (2004). Children's Food Consumption During Television Viewing. *American Journal of Clinical Nutrition*, 79, 1088-1094.
- Murphey, D., Mackintosh, B. ve McCoy-Roth, M. (2011). Early Childhood Policy Focus: Healthy Eating and Physical Activity. *Child Trends: Early Childhood Highlights*, 2(3), 1-9.
- Patton, M. Q. (2014). *Nitel Araştırma ve Değerlendirme Yöntemleri*. (Çev. Ed. M. Bütün & S. B. Demir). Ankara: Pegem Akademi.
- Pekcan, G. (2001). Türkiye'de Beslenme Sorunları ve Boyutları: Besin ve Beslenme Politikalarının Önemi. *Yeni Türkiye*, 39 (572-582).
- Saelens, B. E., Sallis, J. F., Nader, P. R., Broyles, S. L., Berry, C. C., ve Taras, H. L. (2002). Home Environmental Influences on Children's Television Watching from Early to Middle Childhood. *Developmental and Behavioral Pediatrics*, 23(3), 127-132.
- Sağlık Bakanlığı (2013). *Birinci Basamak Hekimler için Obezite ile Mücadele El Kitabı*. Ankara: Anıl Matbaacılık.
- Spettigue, W. ve Henderson, K. A. (2004). Eating Disorders and the Role of the Media. *Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 13 (1), 16-19.
- Sönmez, V. ve Alacapınar, F. G. (2011). *Örneklendirilmiş Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Anı Yayıncılık
- Şanlıer, N. ve Köksal, E. (2015). *Okul Çağı Çocuklarda Beslenmenin Önemi*. https://diyarbakir.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2015_01/05114107_10okulaiocuklardabeslenmennn_emprof.dr.nevinanlierdo.dr.edakksal.pdf adresinden 03.02.2017 tarihinde edinilmiştir.
- Tanner, A., Duhe, S., Evans, A. ve Condrasky, M. (2008). Using Student-Produced Media to Promote Healthy Eating. *Science Communication*, 30 (1), 108 - 125.
- Terzi, A. Ö. (2005). *Bir-Üç Yaş Grubu Sağlıklı Çocuklarda Beslenme Alışkanlıkları ve Günlük Posa Alım Düzeyleri*. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Wartella, E. A. (2013). Medya, Beslenme ve Çocukluk Obezitesi. I. *Türkiye Çocuk ve Medya Kongresi Bildiriler Kitabı cilt 2*, İstanbul: Çocuk Vakfı Yayınları.

- WHO (2014). *Obesity and Overweight*. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/> adresinden 06.01.2015 tarihinde edinilmiştir.
- WHO (2017). *Nutrition Disorders*. http://www.who.int/topics/nutrition_disorders/en/ adresinden 03.03.2017 tarihinde edinilmiştir.
- Wood, K. A. (2004). Effects of a Media Intervention Program on Body Image and Eating Attitudes Among Children. *Journal of Undergraduate Research*, 7, 1-6.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2008). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.