

## Resimli Öykü Kitaplarının Beslenme Alışkanlıkları ve Yeme Davranışları Açısından İncelenmesi

*Araştırma Makalesi / Research Article*

 Beyhan Özge YERSEL, Başkent Üniversitesi

 Ender DURUALP, Ankara Üniversitesi

### Öz

Araştırmanın amacı, erken çocukluk dönemine yönelik resimli öykü kitaplarının çocukların beslenme alışkanlıkları ve yeme davranışları açısından incelenmesidir. Nitel araştırma modeliyle desenlenen çalışmada, doküman analizi veri toplama tekniği olarak kullanılmıştır. Araştırmanın örneklem seçiminde, amaçsal örnekleme yönteminden yararlanılmıştır. Son 15 yılda basılan, erken çocukluk dönemine yönelik, Türkçe veya farklı bir dilden çevirilmiş, beslenme ve yeme davranışlarını konu alan 50 çocuk kitabı araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Veriler, araştırmacılar tarafından geliştirilen ve uzman görüşleri doğrultusunda nihai halini alan “Kitap Değerlendirme Formu” ile Şubat 2020-Nisan 2020 tarihleri arasında toplanmıştır. Elde edilen bulgulara göre; kitapların çoğunda (muğlak ifade) “tüm besin gruplarına ve tüm öğünlere” yer verildiği, “beslenme ve yeme problemlerinin” olmadığı saptanmıştır. “Gelişim dönemlerine uygun yeme” en sık rastlanan olumlu yeme davranışyken, “yanlış besin tercihleri” en sık görülen olumsuz davranışlardandır. Kitapların çoğunda ebeveyn figürü “anne” iken, ebeveynin çocuğun beslenmesine yönelik algısı hakkında bilgi çoğu kitapta yoktur. Kitapların çoğunda “öğün sırasında çocuğun yetersiz beslenmesinden dolayı çocuğa ve kendine öfke, kızgınlık, hayal kırıklığı” gibi durumlar saptanmamış, “öğün zamanı dışında çocuklara yemek verme” davranışına rastlanılmamıştır. “Çocuğu korkutarak/ tehdit ederek veya fiziksel/psikolojik şiddet uygulayarak yedirme” davranışına bir kitapta yer verildiği görülmüş, kitapların çoğunda ebeveynin “sözel olarak olumlu ikna tutumu” sergilemediği saptanmıştır. Çoğu kitapta ebeveynin model olmasına rastlanmazken, bazı kitaplarda yemeğin ödül olarak kullanılması davranışına rastlanılmıştır.

### Anahtar Kelimeler

Beslenme,  
ebeveyn,  
erken çocukluk,  
resimli öykü kitapları,  
yeme davranışı.

### Makale Hakkında

Gönderim Tarihi: 15.05.2022

Kabul Tarihi: 19.07.2022

E-Yayın Tarihi:28.12.2022

## Examination of Illustrated Storybooks In Terms of Nutritional Habits and Eating Behaviors

### Abstract

This study aims to analyze the illustrated storybooks for early childhood in terms of children's eating habits and eating behaviors. In the research designed with a qualitative research model, document analysis was used. For the sample selection of the research purposeful sampling method was used. 50 children books published in the last 15 years, which are about early childhood, on Turkish or translation, nutrition and eating behaviors are examples of the research. The data were collected between February 2020 and April 2020 with the "Book Evaluation Form" developed by researchers and shaped in line with expert opinions. According to the findings; It was determined that most of the books include “all food groups and all meals”, and there are no “nutrition and eating problems”. While “eating appropriately for developmental periods” is the most common positive eating behavior, “wrong food preferences” are the most common negative behaviors. While the parent figure is “mother” in most of the books, information about the parent's perception of the child's nutrition is not found in most of the books. In most of the books, situations such as “anger, huffiness and frustration towards the child and self due to malnutrition during the meal” were not detected, and the behavior of “giving food to children outside of mealtime” was not encountered. "Feeding the child by frightening/threatening or using physical/psychological violence" behavior is seen in a book, and\_in most of the books it was found that the parent did not exhibit a “verbally positive persuasion attitude”. While the parent is not a model in most of the books, the behavior of using food as a reward was found in some of the books.

### Keywords

Eating behaviour,  
early childhood,  
family,  
illustrated storybooks,  
nutrition.

### Article Info

Received: 05.15.2022

Accepted:07.19.2022

Online Published:12.28.2022

### Atıf (How to cite)

Yersel, B.Ö & Durualp, E. (2022). Resimli Öykü Kitaplarının Beslenme Alışkanlıkları ve Yeme Davranışları Açısından İncelenmesi). Çocuk ve Gelişim Dergisi, 5(10), 53-68.

**Sorumlu Yazar:** Beyhan Özge Yersel, b.ozge2626@gmail.com

## Giriş

Çocukların sağlıklı büyüme ve gelişmesi, sağlıklı yetişkinler olabilmesi anne karnından başlayarak sağlıklı bir ortamda büyümesine bağlıdır. Erken çocukluk yılları yaşamın en duyarlı dönemlerinden biridir. Bu dönemdeki çocukların büyüme ve gelişmesini etkileyen, sağlıklı bir büyüme süreci yaşamasına katkı sunan en önemli gereksinimlerden biri beslenmedir (Merdol, 2017). Çocuklarda beslenmenin yetersiz ve düşük kalitede olması, hızla gelişen beyin ve bilişsel işlevlerinin gelişimini olumsuz etkileyerek, ilerleyen yıllarda akademik başarılarının düşmesine neden olabilir. Çocukların akademik başarılarının ise, onların gelecekteki sağlık ve sosyal sonuçları üzerine etkisi vardır. Bu nedenle, çocuklarda erken yaşlarda besin tüketimi ve beslenme davranışlarının bilinmesi oldukça önemlidir (Prado ve Dewey, 2012). Bu yıllarda kazanılacak yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığı, yetişkinlik döneminde de etkisini sürdürecektir, erken dönemde müdahale edilecek beslenme sorunları çocukların ileriki yaşamlarında da kolaylaştırıcı bir etkiye sahip olacaktır (Doğan ve Ertem, 2005; Küçükkömürler, 2017). İlgili alanyazın incelendiğinde, beslenme alışkanlıkları ve yeme davranışlarıyla ilgili çalışmaların yapıldığı görülmektedir (Ataman, 2009 ; Kano ve ark., 2020; Kobak ve Pek, 2015; Ünver ve Ünüsan, 2005; Throop ve ark., 2014; Ray ve ark., 2016; Ziesmann ve ark., 2019). Bu çalışmalar, hem sağlıklı bir beslenme alışkanlığı kazandırmak, hem de görülebilecek beslenme sorunlarına müdahale için sağlık alanında çalışan uzmanların ve okul öncesi eğitim kurumlarında çalışan eğitimcilerin, çocuklara ve ailelere yönelik beslenme eğitimi yürütmelerinin önemini ortaya koymuştur. Bu doğrultuda yapılabilecek çalışmalardan biri de çocuklara doğru model olabilecek kahramanların yer aldığı basın ve yayın faaliyetlerinin, çocukların yaş ve gelişim düzeylerine uygun çocuk kitaplarının hazırlanmasıdır (Aktaç, 2016).

Erken çocukluk dönemindeki çocuklara yönelik en önemli medya araçlarından biri de çocuk kitaplarıdır. Rideout (2013), iki-dört yaş arası çocukların aileleriyle okumaya ayırdıkları zamanın günde ortalama yarım saat olduğunu ve televizyonun ardından en sık kullanılan aracın çocuk kitapları olduğunu ifade etmiştir (Goldman ve Descartes, 2016). Ülkemizde de çocukların bir buçuk-iki yaş civarında televizyon izlemeye başladığı ve gün geçtikçe artan saatlere kadar televizyon izledikleri bildirilmiştir (Kardeş, 2020). Çocukların resimli öykü kitaplarıyla tanışması, televizyonla tanışmasından daha geç olabilmektedir. Resimli öykü kitapları, erken çocuklukta başta dil ve okuma becerilerini desteklemekle birlikte bilişsel becerilere, sosyal ve duygusal gelişime yönelik katkı sunmaktadır (Yükselen, 2013). Çocukların hayatında önemli yer tutan resimli öykü kitapları; eğlendirici işlevinin yanı sıra beslenme sorunları, korku, hastalık, aile, kardeş, çevre gibi konuların işlenmesiyle öğretici işlev de üstlenmektedir. Çocuklar kendileriyle benzer durum ve problemleri yaşayan kahramanların olduğunu fark ederek, sorunlarını çözme noktasında cesaret bulmakta ve özgüvenleri artmaktadır (Szeremy, 2018). Bu nedenle nitelikli bir olay örgüsüne, içeriğe sahip, fiziksel özellikleri çocukların yaşına ve gelişim düzeyine uygun beslenme alışkanlıkları ve yeme davranışları temalı çocuk kitapları, çocuklara doğru alışkanlıkları kazandırmada faydalı olabileceği düşünülmektedir. Yürütülen bir araştırmada, resimli çocuk kitapları Milli Eğitim Bakanlığı (MEB) 2006 Okul Öncesi Eğitim Programı'nda, 36-72 aylık çocukların eğitimleri için belirlenen amaç ve kazanımlar açısından incelenmiştir. Alınan resimli çocuk kitaplarının, programda yer alan beş gelişim alanına ait 264 kazanımı %18,5 oranında karşıladığı görülmüştür (Veziroğlu ve Gönen, 2012). Bir başka araştırmada ise araştırmacılar okul öncesi

çocuklara yönelik basılmış kitaplarda yiyecek ve içecek tasvirini incelemiş ve kitapların %66'sında en az bir yiyecek ve içeceğin tasvir edildiği, boş kalorili yiyecek ve içecekleri barındıran kitapların ise yaklaşık üçte birinin sağlıksız yiyeceklerden oluştuğu sonucuna ulaşmışlardır (England ve ark., 2015). Kurgusal olmayan beş kitap olan MyPlate Gıda Grubu Kitapları hakkında yürütülen bir araştırmada, kitaplar öğretmenler tarafından iki hafta boyunca günde bir kez okunmuş, ardından, kitabın gıda tüketimine olan etkisi test edilmiştir. Gıda tüketimi davranışlarında değişiklik gözlenirse de öğretmenler çocukların yeni yiyecekleri denemeye yönelik tutumlarında değişiklikler olduğunu ifade etmiştir (Barnes ve Warren, 2017). Bu araştırmalar, resimli öykü kitaplarının çocukların gelişimlerini desteklemede önemli araçlar olabileceğini göstermektedir. Bu bilgiler doğrultusunda, araştırmada erken çocukluk yıllarına yönelik hazırlanan beslenme konulu resimli öykü kitaplarının beslenme alışkanlıkları ve yeme davranışları açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

## Yöntem

### *Araştırmanın Modeli*

Erken çocukluk dönemine yönelik beslenme alışkanlıkları ve yeme davranışı konulu resimli öykü kitaplarının incelendiği araştırma, nitel araştırma modelindedir. Nitel araştırmalar, gözlem, görüşme ve doküman analizi gibi nitel veri toplama yöntemlerinin kullanıldığı, algıların ve olayların doğal ortamda gerçekçi ve bütüncül bir şekilde ortaya konmasına yönelik nitel bir sürecin izlendiği araştırmalardır. Ayrıca araştırmada nitel araştırma desenlerinden doküman analizi yönteminden faydalanılmıştır. Doküman analizi, araştırılması planlanan olgu veya olaylarla ilgili bilgi içeren yazılı materyallerin analiz edilmesidir (Yıldırım ve Şimşek, 2016).

### *Çalışma grubu - Evren Örnekleme*

Araştırmanın çalışma evrenini, son 15 yılda basılan, internet sitelerinden ulaşılabilen, Türkçe veya çeviri resimli öykü kitapları oluşturmuştur. Bu doğrultuda, kitap satışı yapan internet sitelerinin “okul öncesi çocuk kitapları” bölümünde yer alan toplam 960 resimli öykü kitabı belirlenmiştir. Bu kitapların konusu, internet sitelerinde yer alan konu açıklamaları bölümünden tek tek incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubuna alınacak kitapların seçiminde amaçsal örneklemeden yararlanılmıştır. Amaçsal örnekleme, araştırmanın amacı doğrultusunda bilgi açısından zengin durumların seçilerek derinlemesine araştırma yapılmasına imkân sağlamaktadır (Büyüköztürk ve ark., 2018). Araştırmanın çalışma grubuna, son 15 yılda basılan, konusu beslenme alışkanlıkları ve yeme davranışlarıyla ilgili olan 50 resimli öykü kitabı dâhil edilmiştir. Kitaplar sırasıyla “K1, K2, K3, ..., K50” olarak kodlanmıştır.

### *Veri Toplama Araçları*

Araştırmada veri toplama aracı olarak “Kitap Değerlendirme Formu” kullanılmıştır. Bu form, araştırmacılar tarafından geliştirilmiş, beslenme ve diyetetik ile çocuk gelişimi uzmanlarının görüşleri doğrultusunda son şeklini almıştır. Kitap Değerlendirme Formu “Kitap Künyesi, Kitapta Yer Alan Besin Grupları, Kitapta Yer Alan Öğün Zamanları, Kitapta Yer Alan Kahramanın Beslenme ve Yeme Sorunlarının Sınıflandırılması, Kitapta Yer Alan Kahramanın Olumlu Yeme Davranışları, Kitapta Yer Alan

Kahramanın Olumsuz Yeme Davranışları ve Kitapta Yer Alan Aile Bireylerinin Tutumları” olmak üzere toplam yedi bölümden oluşmaktadır.

### *Verilerin Analizi*

Araştırmanın verileri betimsel analiz yöntemiyle analiz edilmiştir. Betimsel analiz yöntemiyle elde edilen veriler, daha önceden tespit edilen temalara göre kısa bir şekilde özetlenir ve yorumlanır. Betimsel analiz yönteminde bulgular sınıflandırılmış ve yorumlanmış bir şekilde okuyucuya sunulur ve çoğu zaman doğrudan alıntılara yer verilir. Bu amaç doğrultusunda toplanan veriler, mantıksal bir çerçeveye içinde ve karmaşık olmayan bir şekilde betimlenir. Bu betimlemeler açıklanır, sebep-sonuç ilişkileri detaylandırılır ve birtakım sonuçlara ulaşılır (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Bu doğrultuda, resimli öykü kitaplarının betimsel analizi dört basamakta yapılmıştır:

**1. Betimsel analiz için çerçeve oluşturmak:** Bu araştırmanın konusu, erken çocukluk dönemine yönelik hazırlanan çocuk kitaplarında beslenme ve yeme davranışlarının incelenmesidir. Bu çerçeveye göre, veriler araştırmanın alt amaçları doğrultusunda “Kitap Künyesi, Kitapta Yer Alan Besin Grupları, Kitapta Yer Alan Öğün Zamanları, Kitapta Yer Alan Kahramanın Beslenme ve Yeme Sorunlarının Sınıflandırılması, Kitapta Yer Alan Kahramanın Olumlu Yeme Davranışları, Kitapta Yer Alan Kahramanın Olumsuz Yeme Davranışları ve Kitapta Yer Alan Aile Bireylerinin Tutumları” başlıkları belirlenerek bir form oluşturulmuştur.

**2. Tematik çerçeveye göre verilerin işlenmesi:** Araştırmanın örnekleminde yer alan kitaplar, doküman incelemesi metoduyla incelenmiş, araştırma soruları doğrultusunda elde edilen veriler işaretlenmiştir.

**3. Bulguların tanımlanması:** Bu aşamada elde edilen veriler tanımlanmış, gerek görülen kimi verilerde doğrudan alıntılar yapılarak tanımların anlaşılabilirliğinin artırılması hedeflenmiştir.

**4. Bulguların yorumlanması:** Bu aşamada “Kitap Değerlendirme Formu” doldurularak elde edilen veriler açıklanmış, yorumlanmıştır ve çıkarımlarda bulunulmuştur.

## **Bulgular**

Bu bölümde, resimli öykü kitaplarında bulunan beslenme alışkanlıklarının ve yeme davranışlarının tespit edilmesi amacıyla incelenen 50 resimli öykü kitabına ait bulgular yer almaktadır.

**Tablo 3.1:** Araştırmaya Dâhil Edilen Kitapların Künyesi

<b>Künye Bilgisi</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
<b>Kitabın Orijinal Dili</b>		
Türkçe	18	36
Çeviri	32	64
<b>Kahramanın Cinsiyeti</b>		
Kız	19	38
Erkek	17	34
İnsan Dışı	14	28
<b>Kahramanın Yaşı</b>		
İki-Üç Yaş	1	2
Bilgi Yok	49	98

<b>Kahramanın Okula Gitme Durumu</b>		
Gidiyor	17	34
Bilgi Yok	33	66
<b>Olumsuz Bir Davranışın Olumlu Sonuçlanması</b>		
Var	32	62
Yok	19	38
Toplam	50	100

Tablo 3.1. incelendiğinde, Türkçe olarak hazırlanan 18 kitabın bulunduğu ve kitapların yarısından fazlasının çeviri olduğu görülmektedir. Araştırmaya alınan 19 kitapta kız çocuk karakterine yer verildiği, kahraman yaşının yalnızca bir kitapta belirtildiği, 17 kitapta ise kahramanın okula gittiği bilgisi yer almaktadır. Araştırmaya dâhil edilen kitapların çoğunda ise olumsuz bir davranışın olumlu bir davranışa dönüştüğü vurgulanmaktadır. Beslenme alışkanlıkları ve yeme davranışlarının olumsuzdan olumlu bir hale dönüştüğü kitaplardan bazı örnekler aşağıda yer almaktadır:

*K8: “Gün sonunda annesi Ali’yi almaya geldiğinde, Ali sevinçle “Anneciğim, ben bugün bamya yedim.” dedi. Annesi hem çok şaşkın, hem de çok mutluydu.”*

*K9: “Annem harika bir kahvaltı hazırlamıştı, kahvaltayı afiyetle yedim. Hızla iyileştim. Artık yemekleri ayırt etmeden yiyorum. Yaşasın sağlık!”*

**Tablo 3.2:** Araştırmaya Alınan Resimli Öykü Kitaplarında Yer Alan Besin Grupları

<b>Besin Grubu</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Et, yumurta, kurubaklagil ve yağlı tohumlar	7	14
Süt ve süt ürünleri	5	10
Ekmek ve tahıllar	13	26
Sebze ve meyveler	21	42
Bütün besin grupları	22	44

Tablo 3.2’de, resimli öykü kitaplarında en fazla yer alan besin grubunun et, yumurta, kurubaklagil ve yağlı tohumlar, süt ve süt ürünleri, ekmek ve tahıllar, sebze ve meyvelerin tümünü içine alan “bütün besin grupları” (%44) olduğu görülmektedir. Sebze ve meyve grubuna yer verilme oranı %42 iken, en az yer verilen grubun süt ve süt ürünleri (%10) olduğu saptanmıştır.

*K3: “Çocuk bir köşede oturmuş, elindeki kocaman hamburgeri iştahla yiyordu. Yanındaki patates kızartmaları da harika görünüyordu. Aysenaz’ın ağzı sulandı. Koşarak annesinin yanına gitti. ‘Anneciğim, ben de o çocuğun yediği hamburgerden yemek istiyorum.’ dedi.” (Et, yumurta, kurubaklagil ve yağlı tohumlar)*

*K31: “Babası Ege’nin beslenme çantasına peynirli ekmek ve salatalık koydu.” (Süt ve süt ürünleri, ekmek ve tahıllar, sebze ve meyveler)*

*K25: “Aç sonra bütün çocuklar doğum günü pastasının etrafında toplandılar. Batuban arkadaşlarının tabaklarına şeker dağıttı.” (Ekmek ve tahıllar)*

*K7: “Kurt, ‘Ben en çok elmayı severim,’ diye ekledi. (Sebze ve meyveler)*

**Tablo 3.3:** Resimli Öykü Kitaplarında Yer Alan Öğün Zamanları

<b>Öğün Zamanları</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Kahvaltı	6	12
Öğle	12	24
Akşam	8	16
Ara öğün	5	10
Tüm öğünler	25	50

Resimli öykü kitaplarında öğün zamanlarına yer verilen Tablo 3.3. incelendiğinde, tüm öğünlere yer verildiği dikkat çekici bir bulgudur. Resimli öykü kitaplarında en çok yer alan ikinci öğün olan “öğle” ise %24'lük bir oranı oluşturmaktadır. Akşam yemeğine yer veren kitap oranı %16, kahvaltıya yer veren kitap oranı %12, ara öğüne yer veren kitap oranı ise %10 olarak tespit edilmiştir. Aşağıda, kitaplarda yer alan bazı öğünlere örnek verilmiştir.

K9: “Annem harika bir kahvaltı hazırlamıştı. Kahvaltıyı afiyetle yedim. Hızla iyileştim! Yaşamın sağlık!” (Kahvaltı)

K6: “Annesi mutfakta öğlen yemeği hazırladı. Yemekte ıspanak vardı. Cemre, annesinin çağırması üzerine masaya gitti ve oturdu.” (Öğle)

K50: “O akşam Can’da bir tubaflık vardı. En sevdiği akşam yemeğine elini sürmemişti.” (Akşam).

K16: “‘Aaa! Lukas gelecekti. Onu da yemeğe davet etmiştim. Çilekli pasta da yaptığımı duyunca çok sevindi.’ Diyor annesi.” (Ara Öğün)

**Tablo 3.4:** Kahramanın Beslenme ve Yeme Problemi Yaşama Durumu

Beslenme ve Yeme Sorunu	f	%
Çok az yeme	1	2
Kısıtlı miktarda yiyecek tüketme	1	2
Yemeklere karşı korku	2	4
Seçici olma	15	30
Alerji nedeniyle	1	2
Obezite	1	2
Tıkanırçasına yeme bozukluğu	7	14
Yok	24	48

Erken çocukluk dönemine yönelik hazırlanan beslenme alışkanlıkları ve yeme davranışlarını konu alan kitapların %48’inde “beslenme ve yeme problemi” konusunun ele alınmadığı görülmüştür. Yer verilen beslenme ve yeme problemlerinden ise, en fazla “seçici yeme (%30)” davranışı kitaplarda yer bulmuştur. Tıkanırçasına yeme bozukluğuna yedi kitapta yer verilmiş, “çok az yeme, kısıtlı miktarda yiyecek tüketme, alerji ve obezite” ile ilgili sadece birer kitap olduğu görülmüştür. Araştırmaya dâhil edilen kitaplar arasında DSM-V tanı grubunda yer alan “anoreksiya nervoza, bulumiya nervoza, pika ve ruminasyon” yeme bozukluğunun yer almadığı dikkat çekmektedir. Resimli öykü kitaplarında görülen beslenme problemlerine aşağıda örnek verilmiştir.

K8: “Ali ellerini yıkadı, sofraya geldi ve mutsuz bir ifadeyle ‘Yine mi bamya!’ diye söylendi. Annesi ‘Ne demek yine mi bamya!’ Seni gören de her gün bamya yiyoruz zannedecek.’ diyerek Ali’yi uyardı. ” (Seçici Yeme)

K17: “...Ertesi gün sınıfta yiyecek kokusu dolmuş her yana. İçindeki canavar yüzünden Henry dikkat edememiş öğretmenin anlattıklarına. Koşmuş doğrudan yemekhaneye, tepelere yiyecekleri silip süpürmüş saniyesinde. Cızırtı cızırtı kızaran sosisler açlık canavarının iştahını kabartmış, Henry hepsini tek lokmada bitirdiği açlık canavarı daha çok acıkmış.” (Tıkanırçasına Yeme).

**Tablo 3.5:** Kahramanın Olumlu Yeme Davranışları

Olumlu Yeme Davranışları	f	%
Gelişim dönemlerine uygun yeme	34	68
Yemek öncesi/sırası/sonrası temizlik ve hijyen kurallarına uyma	12	24
Öğün zamanlarına dikkat etme	13	26
Yeni yiyecek/içeceklere karşı önyargılı olmama	8	16
Besin değeri yüksek besinleri tüketmek (tüketmek istemek)	8	16
Besinlere merak	14	28
Yemek öncesi/sonrası yardım	7	14
Yok	3	6

Tablo 3.5. incelendiğinde, kahramanların “gelişim dönemlerine uygun yeme (kaşık, çatal kullanma, ellerini yıkayıp kurulayabilme, kendi yemek istediği miktarda yiyeceği alma, yetişkin desteği olmadan yemeğini yiyip tabağını kaldırabilme vb.)” davranışını sergiledikleri görülmüştür. Resimli öykü kitaplarının 13’ünde kahramanların “besinler hakkında merak duyduğu, 13 kitapta kahramanların “öğün zamanlarına dikkat

ettiği” görülmüştür. Sadece üç kitapta kahramanların olumlu yeme davranışı sergilemediği tespit edilmiştir. Aşağıda en sık görülen olumlu yeme davranışlarına örnek cümleler yer almaktadır.

*K2: “Kabıltı hazır küçük zebra! Biberonunu ister misin?”- “Hayır, teşekkürler.” Dedi küçük zebra. Sütümü bardağımda içeceğim. (Gelişim dönemlerine uygun yeme)*

*K1: “Annemin pişirdiği yemekler çok güzel oluyor. Hımm! Misler gibi kokuyor. Ellerimi yemekten önce ve sonra köpük köpük yıkarım. İşte şimdi mis gibi ellerimle yemeğe hazırım.” (Yemek öncesi, sırası ve sonrasında temizlik ve hijyen kurallarına uyma)*

*K4: Tibi ve Lili anneleriyle sebze ve meyve almak için markete gidiyor. Anneleri patlıcanların iyilerini seçerken, Tibi daha önce hiç patlıcan yemediğini fark ediyor ve tadını çok merak ediyor. (Besin değeri yüksek besinleri tüketmek istemek, yeni yiyecek ve içeceklerle önyargılı olmama).*

**Tablo 3.6:** Kahramanın Olumsuz Yeme Davranışları

<b>Olumsuz Yeme Davranışları</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Telefon, televizyon vb. nesnelere birlikte yeme	3	6
Çevredeki insanların şikâyeti	8	16
Yanlış besin tercihleri	13	26
Yemekleri gizleme/atma	5	10
Duygusal değişikliklerden etkilenerek yeme	3	6
Tabağında/bardağında besin bırakma	9	18
Ortalığı kirleterek yeme	5	10
Yok	20	40

Tablo 3.6’da yer alan “kahramanın olumsuz yeme davranışları” incelendiğinde, 20 kitapta olumsuz yeme davranışına rastlanılmadığı görülmektedir. Yanlış besin tercihleri ise, çocuk kitaplarında en sık rastlanan olumsuz yeme davranışı olarak saptanmıştır. Tabağında/bardağında besin bırakma davranışı dokuz kitapta yer almaktayken, en az rastlanan olumsuz yeme davranışlarının “telefon, televizyon tablet ile yeme” ve “duygusal değişikliklerden etkilenerek yeme” davranışı olduğu görülmüştür (f=3).

Araştırmaya dâhil edilen kitaplardan olumsuz yeme davranışlarına örnekler aşağıda yer almaktadır.

*K11: “Masaya oturan çocuklar yemeklerini yemeye başlamış. Ama Bizdik Papağan bir türlü yemiyormuş. Çünkü yemekleri hiç beğenmemiş. Neden yemediği sorulunca, Bizdik Papağan peynir ve zeytin sevmediğini söylemiş. Camı cips ve gofret istiyormuş.” (Yanlış besin tercihleri).*

*K5: “Başka bir gün okulda, sandviçleri siler süpürür. Acıkan diğer çocuklar kızar, küser, köpürür. Bunu gören öğretmen kaşlarını çatar. ‘Oburluk yapma Umur!’ deyip sınıftan atar.” (Çevredeki insanların şikâyetleri)*

**Tablo 3. 7:** Kitapta Yer Alan Aile Bireyleri

<b>Aile Bireyleri</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Anne	23	46
Baba	2	4
Anne-Baba	13	26
Aile Büyükleri	3	6
Abi/Abla/Kardeş	4	8
Yok	7	14

Tablo 3.7 incelendiğinde, araştırmaya dâhil edilen resimli öykü kitaplarında yer alan aile bireylerinin büyük bir çoğunluğunda sadece annenin yer aldığı görülmektedir. Anne babanın birlikte yer aldığı kitap sayısı 13 iken, kitapların %14’ünde aile bireylerinin olmadığı, dört kitapta ağabey/abla/kardeşin yer aldığı görülmüştür. Resimli öykü kitaplarının üç tanesinde aile büyüklerinin de yer aldığı görülmüştür. Sadece baba karakterinin yer aldığı kitap sayısı ise ikidir.

**Tablo 3.8:** Kitapta Yer Alan Aile Bireylerinin Davranışları

<b>Davranışlar</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
<b>Çocuğun Beslenmesine Yönelik Algı</b>		
Yeterli	3	6
Yetersiz	3	6
Fazla	7	14

Bilgi Yok	37	74
<b>Öğün Sırasında Çocuğa ve Kendisine Yönelik Kızgınlık, Yorgunluk, Tahammülsüzlük Gibi Duygular Hissetme</b>		
Var	9	18
Yok	41	82
<b>Çocuğa Öğün Zamanları Dışında da Yemek Verme</b>		
Var	1	2
Yok	49	98
<b>Çocuğun Yetersiz Beslenmesinden Dolayı Çocuğa Öfke, Kızgınlık, Hayal Kırıklığı vb. Duygular Hissetme</b>		
Var	8	16
Yok	42	84
<b>Çocuğu Korkutarak ve/veya Tehdit Ederek Yedirme</b>		
Var	1	2
Yok	49	98
<b>Çocuğun Beslenme ve Yeme Alışkanlıkları Nedeniyle Çocuğa Fiziksel/Psikolojik Şiddet</b>		
Var	1	2
Yok	49	98
<b>Aile Bireylerinin Sözel Olarak Olumlu İkna Tutumu Sergilemesi</b>		
Var	19	38
Yok	31	62
<b>Aile Bireylerinin Model Olması</b>		
Var	11	22
Yok	39	78
<b>Yemeği Ödül Aracı Olarak Kullanma</b>		
Var	8	16
Yok	42	84

Tablo 3.8’de kitapta yer alan aile bireylerinin davranışları incelendiğinde, 37 kitapta ebeveynin çocuğun beslenme algısına yönelik herhangi bir bulgunun olmadığı görülmektedir. Kahramanın beslenmesinin “fazla” olduğunu düşünen aile bireyinin olduğu kitap sayısı yedi, yeterli ve yetersiz olduğunu düşünen aile bireyini içeren kitaplar ise üçer tanedir. Aşağıda, kitaplardaki ebeveynlerin algılarına yönelik örnekler mevcuttur.

*K27: “...Kübra, okuldan önce her sabah kahvaltısını yapıyor. Sağlıklı bir kahvaltıyla, öğle yemeğine kadar tok kalacağını biliyor. ... Kübra’nın annesi besleyici bir akşam yemeği hazırlıyor.” (Yeterli)*

Resimli öykü kitaplarında yer alan, aile bireylerinin “Öğün sırasında çocuğa ve kendisine yönelik kızgınlık, yorgunluk, tahammülsüzlük gibi duygular hissetme” ile ilgili sorusunda dokuz kitapta bu duygulara yer verildiği görülmüş, 41 kitapta ise duygularla ilgili herhangi bir bulguya rastlanmamıştır.

*K12: “Süper Yaramaz gülmüseyerek ‘büyümek için iyi beslenmek gerekir.’ dedi. Herkes Süper Yaramaz’a hayranlıkla baktı. Babam bile, ‘Çok doğru söylüyor’ dedi. ‘Büyümek mi? Ben, patates kızartması ve şekerleme seviyorum. Üstelik Süper Yaramazla aynı boydayım!’ dedim. Annem ve babam öfkelenmek üzereydi.” (Öğün sırasında kızgınlık, yorgunluk, tahammülsüzlük vb. duygular)*

Resimli öykü kitaplarında aile bireylerinin çocuğa “öğün dışında da yemek verme” ile ilgili davranışlarına sadece bir kitapta yer verilmiştir. Resimli öykü kitaplarının 49 ‘unda ise öğün dışında yemek verme davranışı gözlenmemiştir. “Çocuğun yetersiz beslenmesinden dolayı çocuğa öfke, kızgınlık, hayal kırıklığı vb. duygular hissetmesi” ile ilgili duygulara 42 kitapta yer verilmemiştir.

*K22: “... Nora açtı ağzını, yumdu gözünü: ‘Karpuzuz... Karpuzuz... sadece karpuz istiyorum ben!’ Annesi kızdı ve kararlı bir şekilde: ‘Önce o ispanak yenecek! Ondan sonra karpuz!’ dedi. (Çocuğa yönelik kızgınlık, öfke, hayal kırıklığı vb. duygu)*

Bir kitapta çocuğu “korkutarak/tehdit ederek yedirme” davranışına rastlanmış, 49 kitapta ise bu davranış görülmemiştir.



*K15: “Annem ‘Kahvaltı yapmadan okula gidemezsin.’ dedi. ‘Canım istemiyor, süt içtim karınım tok’ dedim ama annem ‘hiç sütle karın doyar mı? Güçsüz kalır, derslerini dinleyemezsin, oyun oynayamazsın, büyüyemezsin.’ diyordu. (Çocuğu korkutarak/ tehdit ederek yedirme.)*

Tablo 3.8’de “beslenme alışkanlığı ve yeme davranışından dolayı çocuğa fiziksel/psikolojik şiddet” davranışına bir kitapta yer verildiği görülmüş, 49 kitapta ise bu bulguya rastlanmamıştır. “Aile bireyinin sözel olarak olumlu ikna tutumu sergilemesi” davranışına 19 kitapta rastlanmış, 31 kitapta ise bu davranışa yer verilmediği görülmüştür.

*K34: “İçinde şeker olan yiyeceklerin tadı güzel olur,” dedi babam. “Ama sadece onlarla beslenmek olmaz, kuru üzüm de sağlıklı bir seçenek olabilir. Onlar meyve grubundandır ve enerji doludur.” (Aile bireyinin sözel olarak olumlu ikna tutumu sergilemesi)*

“Aile bireylerinin model olmasına” yönelik bulgular incelendiğinde, 11 kitapta bu davranışa rastlanmış, 39 kitapta ise bu davranış yer almamıştır. Araştırmaya alınan sekiz kitapta “yemeğin ödül olarak kullanılması” davranışına yer verilmiş, 42 kitapta ise bu durum gözlenmemiştir.

*K23: “Büyüdüğümde sağlıklı biri olmak istemiyordum. Güçlü olmak istiyordum, tıpkı babam gibi.” (Aile bireylerinin model olması)*

*K3: Annesi, “Şimdi yemeğini güzelce bitirirsen, yarın akşam yemekte senin için bir sürpriz hazırlayacağım.” dedi. (Yemeği ödül olarak kullanma)*

## Tartışma

Erken çocukluk dönemine yönelik hazırlanan ve araştırmaya dâhil edilen beslenme ve yeme davranışlarını içeren kitapların %44’ünde bütün besin gruplarına yer verildiği görülmüştür. Ardından, 21 kitapla “sebze ve meyve” grubunun yer almıştır. Alanyazın incelendiğinde, dört-altı yaş arası çocuklara yönelik hazırlanan 100 çocuk kitabının incelenmiş ve bu kitapların %28’inde beslenmeyle ilgili mesajlara rastlanmış, besin çeşitliliğine yer veren 24 kitabın olduğu ve yalnızca bir kitapta tüm besin gruplarının yer aldığı görülmüştür (Kantarcı ve Angın, 2018). Bu araştırmada, kitapların çoğunda tüm besin gruplarının yer alması dikkat çekici bir bulgudur. Erken çocukluk yıllarına yönelik hazırlanan kitaplarda yeterli ve dengeli beslenmenin önemine dikkat çekebilmek için tüm besin gruplarına yer verilmesinin önemli olduğu ve kitaplar hazırlanırken bu durumun göz ardı edilmemesi gerektiği düşünülmektedir. Araştırmaya dâhil edilen resimli öykü kitaplarının yalnızca beş tanesinde “süt ve süt ürünlerine” yer verildiği görülmüştür. Süt ve süt ürünleri grubunda yer alan “yoğurt, peynir, süt vb.” besinlerin erken çocukluk beslenmesinde beyin gelişimi, kemik gelişimi, dişlerin sağlıklı gelişimi gibi pek çok gelişim alanını desteklemede önemli yeri vardır ve bu besinler, ileride yaşanacak osteoporozdan korunmada da büyük fayda sağlayacaktır (Ünal ve Besler, 2008).

Araştırmada yer alan resimli öykü kitaplarında geçen öğünler incelendiğinde, kahvaltı, öğle, akşam ve ara öğünlerinin “tümüne” yer veren kitapların çoğunluğu oluşturduğu saptanmıştır. Öğle öğününün de sıklıkla yer alan ikinci öğün olduğu tespit edilmiştir. Okul öncesi dönem çocuklarının mide kapasitelerinin küçük olması ve yeterli ve dengeli beslenmenin önemi göz önünde bulundurulduğunda, günde dört- altı öğün tüketmeleri tavsiye edilmektedir ve ara öğünlerde de sağlıklı tercihlerin yapılması gerekmektedir (Mahan ve ark., 2012; Samour ve King, 2012). Çocuk kitaplarının beslenme eğitiminde değerli bir araç olabileceği bilinmektedir. Bu nedenle, resimli kitaplarında, beslenme konusuna yer verirken tüm öğünlere vurgu yapılması, kitapların eğiticiliğine katkı sağlayacaktır (Jung ve Lee, 2007).

Erken çocukluk dönemine yönelik hazırlanan, beslenme ve yeme konulu resimli öykü kitaplarının çoğunda beslenme sorunu olmadığı görülmüştür. Ancak tespit edilen sorunlar içerisinde “seçici yeme” problemi birinci sıradadır. DSM-V tanı grubunda yer alan “anoreksiya nervoza, bulumiya nervoza,” pika ve ruminasyon bozukluklarına ise araştırmaya alınan çocuk kitaplarında rastlanmamıştır. Çocuk kitaplarında özellikle DSM-V tanı grubunda yer alan beslenme ve yeme bozukluklarına yer verilmesi, bu konuda çözüm önerilerinin sunulması çocukların ve ailelerin farkındalıklarını arttırabilir. İki-beş yaş arası çocuklarda sebze alımını iyileştirmek için ev merkezli bir müdahale programının etkisini incelemeyi amaçlayan ve programında çocuk kitapları ve bültenlerden yararlanılan bir araştırmanın sonucunda, seçici alımın önüne geçebilmek için geliştirilecek müdahale programlarında çocuk kitaplarının da etkili olabileceği ortaya çıkmıştır (Tabak ve ark., 2012). Sonuçta besinleri tanıtmak, besinleri sevdirmek için çocuk kitapları etkili araçlar olabilir (Owen ve ark., 2018).

Araştırmaya alınan resimli öykü kitaplarında, kahramanın olumlu yeme davranışları incelendiğinde, kitapların büyük bir çoğunluğunda kahramanların “gelişim dönemlerine uygun yeme (kaşık, çatal kullanma, ellerini yıkayıp kurulayabilme, kendi yemek istediği miktarda yiyeceği alma, yetişkin desteği olmadan yemeğini yiyip tabağını kaldırabilme vb)” davranışına sahip olduğu saptanmıştır. Yine sıklıkla görülen diğer davranışlar ise “besinlere merak, yemek öncesi/sırası/sonrasında hijyen kurallarına uyma ve öğün zamanlarına dikkat etme” davranışlarıdır. Okul öncesi dönemde çocukların öğün zamanları önemlidir. Günde üç ana iki ara öğünün olması ve özellikle kahvaltı öğününün atlanmaması önerilmektedir (Kadıoğlu, 2019). Çocukların sağlıklı beslenme ve yeme alışkanlığı kazanmalarında ailelerin bilinçlendirilmeleri ve çevresel faktörlerin pozitif olması etkili olacaktır (Büyükbakkal, 2007). Çocuklar için bir uyaran olarak sunulan çocuk kitaplarındaki karakterlerde ölçü, çocuk olmalıdır. Gerçekçi, idealize olmayan, çocuğa uygun değerleri, sağlıklı davranışları aktarmaya çalışan çocuk kitapları, çocukların beslenme alışkanlıklarında da ailelere, eğitimcilere ve uzmanlara yardımcı olacaktır (Karataş, 2014).

Kitaplarda yer alan “kahramanın olumsuz beslenme ve yeme tutumları” incelendiğinde; “yanlış besin tercihleri, tabağında/bardağında besin bırakma ve çevredeki insanların şikâyeti” tutumlarının yaygın biçimde yer aldığı görülmüştür. Türkiye’deki çocuk kanallarında yayınlanan çizgi filmlerde obezite ile ilgili davranış ve tutumların yaygınlığının araştırıldığı bir çalışmada, filmlerin %10,5’inde fast-food, %12,9’unda şekerle tatlandırılmış meşrubat tercihlerinin olduğu görülmüştür (Sıpçık ve ark., 2019). Çocukların gelişim sürecinde, anne-baba, öğretmen, arkadaş vb. gibi unsurların yanı sıra medyadaki karakterleri de model olarak öğrenme gerçekleştirdikleri bilinmektedir. Günümüzde çizgi film, çocuk kitapları gibi pek çok araçtaki kahramanlar da çocuğun çevresindeki bireylere kıyasla daha fazla model olabilmektedir. Bu nedenle, çocuk kitaplarının da yaşamı biçimlendirici bir rolü olabilecektir (Pekşen Akça ve Baran, 2018; Yorulmaz, 2013). Bu etkiler göz önünde bulundurulduğunda, olumlu davranışları olan kahramana sahip çocuk kitaplarının yaygınlaşması, çocuk kitaplarının işlevini değerli hale getirebilir.

Araştırmaya alınan kitaplarda yer alan ebeveynler incelendiğinde; en çok “anne” figürünün yer aldığı görülmektedir. Resimli öykü kitaplarının 13’ünde “anne ve baba” figürü birlikte yer almaktayken, yalnızca baba figürünün yer aldığı kitap sayısı ise ikidir. Resimli çocuk kitaplarının çocukların cinsiyet rollerini benimsemesinde oldukça önemli bir rolü vardır ve kitaplarda yer alan kahramanların, davranış biçimlerinin, mesleklerin, cinsel kimliklerinin gelişmesini etkileyeceği bilinmektedir (Bencik Kangal ve ark.,

2018). Bu araştırmadaki çocuk kitaplarında anne figürünün daha çok olması, kitaplarının içeriğinin “beslenme ve yeme” davranışları olması ve annenin en önemli görevi çocuklarını büyütmek ve aile yaşamının devamlılığını sağlamak olarak görülmesi olarak yorumlanabilir (Moya ve ark., 2000). Yapılan bir araştırmada 50 resimli çocuk kitabında baba figürünü incelemiş ve yalnızca yedi kitapta baba figürüne rastlamıştır (Bencik Kangal ve ark., 2018). Okul öncesi dönem çocuklarına yönelik hazırlanan resimli çocuk kitapları, doğru modeller oluşturulduğunda önemli bir eğiticiliğe sahip olabilirken, yanlış modeller olduğunda çocuğun gelişimi üzerinde olumsuz sonuçlar yaratabilecektir (Gürşimşek ve Günay, 2005). Bu nedenle, erken çocukluk dönemine yönelik hazırlanan çocuk kitaplarında daha fazla baba figürüne yer verilmesi, yer verilen ebeveynlerin olumlu davranışlar sergilemesi, çocuklara doğru beslenme alışkanlıkları kazandırmada faydalı olabilir.

Kitaplarda yer alan ebeveynlerin çocuklarının beslenme algısıyla ilgili bir algıya çoğu kitapta ulaşılamamış, yedi kitapta ise “fazla beslendiği” algısına dair bulgulara rastlanmıştır. Ebeveynler, çocuklarının beslenmesi hakkındaki görüşlerini “çocuğum hiçbir şey yemiyor, az yiyor, emziremiyorum, yemeği reddediyor, yemeğe karşı isteksiz, iştahsız, kusuyor, yediklerini çıkarıyor, yemek zamanlarında çok öfkeleniyor.” gibi şikâyetlerle ifade edebilirler (Doğan ve Ertem, 2005). Ebeveynlerin çocuklarının beslenme algısına yönelik bazı araştırmalara rastlanmıştır. Bir araştırmada, olgu-kontrol çalışmasıyla; ailesi tarafından “iştahsız” olarak tanımlanan çocukların büyüme ve gelişmesini, beslenmeyi etkileyen faktörleri ve iştahsızlık için risk faktörlerini incelenmiş ve özellikle sosyoekonomik düzeyi düşük bölgelerde yapılan beslenme hatalarının çocukların iştahsız olmasında önemli olduğunu ve bu konuda ailelere daha fazla destek olunması gerektiği vurgulanmıştır (Bıçlıoğlu ve ark., 2015). Yine bir ilkokulun bir, iki, üç ve dördüncü sınıflarında öğrenim gören 237 öğrenci ve onların ebeveynleriyle “ebeveynlerin çocuklarının beslenme ve kilo durumlarına ilişkin görüşlerinin belirlenmesi” amaçlı bir araştırmada ebeveynlerin büyük bir bölümünün, çocuklarının kilo durumlarını yanlış olarak algıladığı saptanmıştır. Yapılan ölçümlerde aşırı kilolu olarak belirlenen çocukların ebeveynlerinin çocuklarını kilolu sınıfta görmemesi ve gelecekte de buna ilişkin bir endişe taşımamaları dikkat çekici bulgular olarak yorumlanmıştır (Arslan ve Şahin, 2017). Erken çocukluk dönemine yönelik hazırlanan resimli çocuk kitaplarında yer alan ebeveynlerin, gerçekte de ebeveynlere yol gösterebileceği, bu nedenle bu döneme yönelik çocuk kitapları hazırlanırken ebeveynlerin algılarını da içeren öğelere yer verilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

“Öğün sırasında çocuğa ve kendisine yönelik kızgınlık, yorgunluk, tahammülsüzlük gibi duygular hissetme” ile ilgili bulgulara dokuz kitapta yer verilmiştir. Özellikle “seçici yeme” gibi davranışlar gösteren çocuklar ebeveynlerinde kaygı ve anksiyeteye neden olabilmektedir (Mascola ve ark., 2014; Wright ve ark., 2007). Yine “iyi ebeveynlik” kaygısıyla çocuğa fazla yemesi için baskı uygulama, aşırı titiz ve kontrolcü olma gibi nedenler de ebeveyn ve çocuk arasında öğün zamanlarında çatışma yaratabilir (Doğan ve Ertem, 2005). Bu durumlara çocuk kitaplarında da rastlanması, çocukların korku, isteksizlik gibi duyguları yaşamalarına neden olabilir. Bu durumların kontrolsüz verilmesi aynı zamanda ebeveynlere de yanlış rehber olabilir.

Sadece bir kitapta “öğün zamanları dışında da çocuğa yemek verme” davranışı gözlenmiştir. Araştırmaya alınan 49 kitapta ise öğün zamanları haricinde çocuğa yemek verme davranışına rastlanmamıştır. Okul öncesi dönemde çocuklar düzenli ve sağlıklı bir beslenmeye gereksinim duyarlar.

Çocuğun her öğünde sofrada en az on dakika oturması teşvik edilmeli ve çocuk yemek yerken belli sınırlar dâhilinde özgür bırakılmalıdır. Çocuklar için ayrı öğün saatlerinden mümkün olduğunca kaçınmak ve erişkin ve çocuğun beraber yemek yemeye özendirilmesi sağlanmalıdır (Özmert, 2005). Bu araştırmada da sadece bir kitapta öğün saatleri dışında çocuğa yemek verilmesi, çocuk kitaplarının çocuklara ve ailelere doğru bir rehber olabileceğini gösterebilir.

Çocuğu korkutarak/tehdit ederek yemek yedirme davranışlarına yalnızca bir kitapta yer verilmiş, araştırmaya dâhil edilen 49 kitapta ise bu durum tespit edilmemiştir. Yine bir kitapta “çocuğun beslenme ve yeme alışkanlıkları nedeniyle çocuğa fiziksel/psikolojik şiddet” bulgusuna rastlanmıştır. Öğün zamanlarına dikkat ederek ve yeterli miktarda yemediği, etrafı kirlettiği, çok yediği için ya da başka nedenlerle çocuğa psikolojik baskı yapmak, bağırarak, korkutmak, zorla yedirmeye çalışmak, fiziksel şiddet uygulamak, cezalandırmak gibi davranışlar çocukta çok daha fazla olumsuz etkilere yol açmaktadır (Demiriz ve Dinçer, 2000). Araştırmaya dâhil edilen kitapların sadece birinde bu davranışlara rastlamak olumlu olarak değerlendirilse de şiddet içeren bulguların çocuk kitaplarında hiç yer almamasının daha sağlıklı olacağı düşünülmektedir. Ayrıca çocuklara sağlıklı beslenme ve yeme alışkanlığı kazandırmada çocuk kitaplarından yararlanmak isteyen çocuklara ve ebeveynlere olumlu katkılar sağlayabilir.

Erken çocukluk dönemine yönelik hazırlanan beslenme alışkanlıkları ve yeme davranışları konulu resimli öykü kitaplarının 19’unda “ebeveynin sözel olarak olumlu ikna tutumu sergilemesi” davranışı tespit edilmiş, 31 kitapta ise bu davranışların olmadığı görülmüştür. Ebeveynlerin çocuklarda sağlıklı beslenme ve yeme alışkanlığı oluşturmada rolü son derece önemlidir. Araştırmaya alınan 11 kitapta, “ebeveynin kahramana model olması” davranışına rastlanmıştır. Okul öncesi dönemde çocuğun sağlıklı bir beslenme alışkanlığı kazanmasında anne babanın tutarlılığı ve iyi bir rol model olması temel koşuldur, aksi takdirde çocuğun sağlıklı bir beslenme alışkanlığı ve yeme davranışı sergilemesi çok zordur (Merdol, 2017). Bu doğrultuda, çocuk kitaplarında da doğru beslenme alışkanlıklarıyla çocuğa model olan ebeveyn karakterlerinin yaygınlaşması, çocuğa olumlu davranışlar kazandırmada yardımcı olacaktır.

Araştırmaya alınan resimli öykü kitaplarından sekizinde ebeveynlerin “yemeği ödül aracı olarak kullanma” davranışı gözlenmiş, 42 kitapta ise bu durumla ilgili bulgular görülmemiştir. Çocuğun aile bireyleri ile aynı sofrada yediği ve herhangi bir teknolojik araç veya oyuncaktan yararlanmadan çocuğun yemeğini bitirerek sofradan kalkması, tipik olarak beklenen yeme davranışlarıdır. Yemek yedirmek için bir nesneden faydalanmak, çocuğa sevdiği herhangi bir şeyi ödül olarak sunmak, ısrar etmek çocuğun ekrana odaklandığı süreçte bilincinin yemekte olmadığı, sağlıksız bir beslenme alışkanlığına yol açmaktadır. Bu duruma benzer bir yeme davranışı olan bir çocuğun beklenen yeme davranışlarını kazanması oldukça güç olduğu düşünülmektedir (Öz, 2019). Çocuk kitaplarının çocuklara olduğu kadar ebeveynlere de rehber olabileceği düşünülürse, yemeği ödül olarak kullanma davranışının kitaplarda daha kontrollü, daha seyrek olması önerilebilir. Lisansüstü tezlerin yapıldığı bölümler incelendiğinde ise iki dilliliğin disiplinler arası bir çalışma olduğu görülmektedir. Doktora tezlerinde çocuk gelişimi başta olmak üzere eğitim programları ve yönetimi ve İngiliz dili eğitimi bölümlerinden araştırmalar yapılmıştır. Yüksek lisans tezlerinde ise başı okul öncesi eğitimi çekmekle beraber bunu İngiliz dili eğitimi ve psikoloji bölümleri takip etmektedir. Bu çalışma, Agvan & Dönger’in (2016) de çalışmalarında belirttiği gibi iki dilliliğin disiplinler arası bir araştırma haline geldiğini ve her disiplinin iki dillilik olgusunu kendi çerçevelerinden izlediklerini göstermektedir. Li

(2015) de iki dillilikle ilgili disiplinler arası çalışmaların birden fazla dil öğrenmeden sorumlu bilişsel ve sinirsel mekanizmaların daha derin anlaşılmasını sağlayacağını belirterek iki dilliliğin bilişsel bilim, eğitim, psikoloji ve sinirbilime sunacağı çok şey olduğunu belirtmiştir. Bu bilgilerden yola çıkılarak, Türkiyede de okul öncesi dönemde iki dillilikle ilgili disiplinler arası çalışmaların beraber yapıldığı araştırmaların yapılması yarar sağlayacaktır.

### Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak erken çocukluk döneminde bulunan çocuklar ve aileleri için hazırlanmış beslenme ve yeme davranışlarını konu alan resimli öykü kitaplarının büyük bir çoğunluğunda tüm besin gruplarına yer verildiği görülmüştür. Kitapların çoğunda öğün olarak “tüm öğünlere” yer verilmiş, yine kitapların birçoğunda “beslenme ve yeme probleminin olmadığı” görülmüştür. “Gelişim dönemlerine uygun yeme” en sık rastlanan olumlu yeme davranışyken “yanlış besin tercihleri” en sık tespit edilen olumsuz davranışlardandır. Çocuk kitaplarının çoğunda ebeveyn figürü olarak “anne” yer almaktayken, ebeveynin çocuğun beslenmesine yönelik algısı hakkında bilgi çoğu kitapta yer almamaktadır. Araştırmaya alınan kitapların çoğunda “öğün sırasında çocuğun yetersiz beslenmesinden dolayı çocuğa ve kendine öfke, kızgınlık, hayal kırıklığı” gibi durumlar tespit edilmemiş, yine kitaplarda öğün zamanı dışında çocuklara yemek verme davranışına rastlanmamıştır. Çocuğu korkutarak/ tehdit ederek veya fiziksel/psikolojik şiddet uygulayarak yedirme davranışına sadece bir kitapta yer verildiği görülmüş, kitapların çoğunda ebeveynin “sözel olarak olumlu ikna tutumu” sergilemediği saptanmıştır. 39 kitapta ebeveynin model olmasına rastlanmazken, 11 kitapta da yemeğin ödül olarak kullanılması davranışına rastlanmıştır.

Araştırmadan elde edilen bu bulgular doğrultusunda;

- Resimli öykü kitaplarında, süt ve süt ürünlerinin vurgulanması arttırılabilir.
- Resimli öykü kitaplarında tüm öğünlerin önemine dikkat çekilebilir.
- Erken çocukluk dönemine yönelik hazırlanan beslenme alışkanlıklarını ve yeme davranışlarını konu alan resimli öykü kitaplarında, DSM-V tanı grubunda yer alan diğer beslenme bozukluklarına da uygun biçimde yer verilebilir.
- Resimli öykü kitaplarında kahramanların olumlu beslenme alışkanlıkları ve yeme alışkanlıkları vurgulanabilir.
- Beslenme alışkanlıklarını ve yeme davranışlarını konu alan resimli öykü kitaplarında kahramanların olumsuz beslenme alışkanlıklarına dikkat çekilse de olumlu bir davranışla sonuçlanması sağlanabilir.
- Resimli öykü kitaplarında “baba” karakteri yaygınlaştırılabilir, baba karakterine de çocuğun beslenme alışkanlıklarıyla ilgili roller verilebilir.
- Kitaplarda yer alan ebeveynlerin kahramana model olması, sağlıklı beslenme ve yeme alışkanlıklarını vurgulaması arttırılabilir.
- Çocuk kitaplarının hazırlanışında çocuk gelişimi uzmanlarından, psikologlardan, beslenme ve diyetetik uzmanlarından destek alınması sağlanabilir.

## Kaynakça

- Aktaş, Ş. (2016). *Okul öncesi çağ çocuklar için aile katılımı beslenme eğitim modelinin geliştirilmesi ve çocukların beslenme bilgi ve davranışları üzerine etkisinin değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Başkent Üniversitesi, Ankara.
- Arslan, F., Ercan Şahin, N. (2017). Ebeveynlerin çocuklarının beslenme ve kilo durumlarına ilişkin görüşlerinin belirlenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(1), 20- 28.
- Ataman, Ü. (2009). *Okul öncesi beslenme eğitiminde çocuktan çocuğa eğitim*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Barnes, J.L., Warren, C.A. (2017). Development of food group books for three- and four-year-old children. *Family-Consumer Sciences*, 45(3), 272-284.
- Bencik Kangal, S., Karaarslan, A., Arslan, S. (2018). Okul öncesi dönem resimli çocuk kitaplarında yer alan baba figürünün incelenmesi. *Uluslararası Çocuk Edebiyatı ve Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 18-31.
- Bıçlıoğlu, Y., Eliaçık, K., Astarçioğlu, G., Sarıtaş, S., Bakiler, A.R. (2015). Ebeveynler haklı mı? İştahsız çocukta risk faktörlerinin ve büyümenin değerlendirilmesi. *İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hastalıkları Dergisi*, 5(2), 95-100.
- Büyükbakkal, G. (2007). Televizyonun çocuklar üzerindeki etkileri. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 28, 31-44.
- Büyükoztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş., Demirel, F. (2018). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Demiriz, S., Dinçer, Ç. (2000). Okul öncesi dönem çocuklarının öz bakım becerilerinin annelerin çalışıp çalışmama durumuna göre incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19, 58-65.
- Doğan, D.G, Ertem, İ.Ö. (2005). Bebeklik ve erken çocukluk döneminde yeme sorunları: İ.Ö. Ertem (Ed.), *Gelişimsel Pediatri*, içinde (s. 229-246). Ankara:Çocuk Hastalıkları Araştırma Vakfı.
- England, J.L, Linchey, J., Madsen, K.A., Patel, A.I. (2015). Reach out and eat: food and beverages depicted in books for preschoolers. *Clinical Pediatrics*, 54(13), 1257-1264.
- Goldman, J.A., Descartes, L. (2016). Food depictions in picture books for preschool children: Frequency, centrality, and affect. *Appetite*, 96, 203-208.
- Gürşimşek, I., Günay, D. (2005). Çocuk kitaplarında cinsiyet rollerinin işlenişinde kullanılan dilsel ve dilsiz göstergelerin değerlendirilmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 53-63.
- Jung, S.A., Lee, K.A. (2007). Effects of a nutrition education program using children's books on elementary school students' food preferences and eating behavior. *J Korean Soc Food Sci Nutr*, 36(9), 1161-117.
- Kadıoğlu, B.U. (2019). Okul öncesi dönemde çocuğun beslenmesi. H. Özlü (Ed.), *Çocuk beslenmesi* içinde (s.151-170). Erzurum: Açıköğretim Fakültesi Yayını.
- Kano, M., Tanı, Y., Ochi, M., Sudo, N., Fujiwara, T. (2020). Association between caregiver's perception of “good” dietary habits and food group intake among preschool children in Tokyo, Japan. *Frontier in Pediatrics*, 7, 554.
- Kantarç, D., Angın, E. (2018, Ekim). *Okul öncesi dönem çocuklarına yönelik bıkaye kitaplarında yer alan beslenme kavramlarının incelenmesi*. IV. Uluslararası Çocuk Gelişimi Kongresi Bildiri Özetleri Kitabı, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Karataş, E. (2014). Çocuk edebiyatında “karakter” kavramı. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 33, 60-79.
- Kobak, C., 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.
- Küçükkömürler, S. (2017). Okul öncesi dönemdeki çocuğun beslenmesi. M. Arlı., N. Şanlıer., S. Küçükkömürler, M. Yaman. (Eds.), *Anne ve çocuk beslenmesi* içinde (s.171-192). Ankara: Pegem Akademi.

- Mahan, L.K., Escott-Stumpt, S., Raymond, J.L. (2012). *Krause's food & the nutrition care process*. America: Elsevier Health Sciences.
- Mascola, A.J, Bryson, S.W., Agras, W.S. (2010). Picky eating during childhood: a longitudinal study to age 11 years. *Eat Behavior*, 11, 253-7.
- Merdol, K.T. (2017). Okul öncesi dönem eğitimi veren kişi ve kurumlar için beslenme eğitimi rehberi. Ankara: Hatipoğlu.
- Moya, M, Exposito, F., Ruiz, J. (2000). Close relationships, gender and career salience. *Sex Roles* 42 (9-10),825-846.
- Owen, L.H., Kennedy, O.B., Hill, C., Houston-Price, C. (2018). Peas, please! Food familiarization through picture books helps parents introduce vegetables into preschoolers' diets. *Appetite*, 128(1), 32-43.
- Öz, N.S. (2019). *Tipik gelişen ve otizm spektrum bozukluğu olan çocukların yeme davranışları ve ebeveynlerin yemek zamanı tutumlarının arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Özmert, E.N. (2005). Erken çocukluk gelişiminin desteklenmesi-I: Beslenme. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 48, 179-195.
- Pekşen Akça, R., Baran, G. (2018). Çizgi filmlerin Türk kültürüne ait özellikler açısından incelenmesi: "pepee örneği". *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(17), 215-224.
- Prado, E., Dewey, K. (2012). Nutrition and brain development in early life. *AC&T Technical Brief*, 4, 1-14.
- Ray, C., Maatta, S., Lehto, R., Roos, G., Roos, E. (2016). Influencing factors of children's fruit, vegetable and sugar-enriched food intake in a Finnish preschool setting – Preschool personnel's perceptions. *Appetite*, 103(1), 72-79.
- Rideout, V.J. (2013). Zero to eight: Children's media use in America 2013. San Francisco, CA: Common Sense Media. Erişim Tarihi: 12/03/2020, <https://www.commonsensemedia.org/research/zero-to-eight-childrens-media-use-in-america-2013>
- Samour, P., King, K. (2012). Pediatric nutrition. Unites Kingdom: Jones & Bartlett Learning Publishers.
- Sıpcık, S., Tat, A., Günay, O., Öztürk, A. (2019). Çizgi filmlerde obezite ile ilgili tutum ve davranışların sıklığı. 3.International 21.National Public Health Congress, 3.International 21.National Public Health Congress, General Papers.
- Szeremy, Y. (2018). *Sağlık temasını içeren Türkçe ve yabancı dillerdeki çocuk kitaplarının incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Tabak, R.G., Tate, D.F., Stevens, J, Riz, A.M.S., Ward, D.S. (2012). Family ties to health program: A randomized intervention to improve vegetable intake in children. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 44(2), 166-171.
- Throop, E.M., Skinner, E.C., Perrin, J.A., Steiner, M.J. (2014). Pass the popcorn: "obesogenic" behaviors and stigma in children's movies. *Obesity*, 22(7), 1694-1700.
- Ünal R.N., Besler, H.T. (2008). Beslenmede sütün önemi. Ankara: Sağlık Bakanlığı Yayın.
- Ünver, Y., Ünüsan, N. (2005). Okulöncesinde beslenme eğitimi üzerine bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14, 529-52.
- Veziroğlu, M., Gönen, M. (2012). Resimli çocuk kitaplarının MEB okul öncesi eğitim programı'ndaki kazanımlara uygunluğunun incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 37(163), 226-238.
- Wright, C.M., Parkinson, K.N., Shipton, D., Drewett, R.F. (2007). How do toddlers eating problems relate to their eating behavior, food preferences, and growth? *Pediatrics*, 120, 1069-75.
- Yıldırım, A., Şimşek, H. (2016). Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri. Ankara: Seçkin Yayınevi.
- Yorulmaz, B. (2013). Pepee çizgi filminin din ve değerler eğitim açısından değerlendirilmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(24), 438- 448.
- Yükselen, A.İ. (2013). Yaş gruplarına göre çocuk kitapları. M. Gönen (Ed). Çocuk edebiyatı içinde (s.100). Ankara: Eğiten Kitap Yayınları.

Ziesmann, A., Kiflen, R., Rubeis, V.D., Smith, B.T., Maguire, J.L., Birken, C.S., Anderson, L.N. (2019). The association between early childhood and later childhood sugar-containing beverage intake: a prospective cohort study. *Nutrients*, 11(10), 2338.