

## Fen Bilgisi Öğretmen Adaylarının Sağlıklı Beslenme Konusuna İlişkin Tutumlarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi<sup>1</sup>

 Rabia ACEMİOĞLU  
İğdır Üniversitesi  
[racemioglu@gmail.com](mailto:racemioglu@gmail.com)

 Yakup DOĞAN  
Kilis 7 Aralık Üniversitesi  
[yakupdogan06@gmail.com](mailto:yakupdogan06@gmail.com)

Gönderilme Tarihi: 13/01/2021

Kabul Tarihi: 22/03/2021

Yayınlanma Tarihi: 30/03/2021

### Makale Bilgileri

#### Anahtar Kelimeler:

Yeterli ve dengeli beslenme,  
Beslenme eğitimi,  
Davranış,  
ORTO-15 tutum ve davranış ölçeği

### ÖZET

Bu çalışmada, Fen Bilgisi öğretmen adaylarının sağlıklı beslenme olgusuna ilişkin tutumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç kapsamında beslenme kavramına ilişkin 15 tutum maddesini içeren "ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği" veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği, 2017-2018 eğitim öğretim yılında yedi coğrafi bölgedeki 21 farklı devlet üniversitesinin Fen Bilgisi öğretmenliği programında öğrenim gören 813 öğretmen adayına uygulanmıştır. Veri toplama aracının uygulanmasından sonra elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistikler, t testi ve ANOVA testi kullanılmıştır. Yapılan analiz sonuçları; vücut kitle indeksi, cinsiyet, kronik rahatsızlığın olup olmaması, yaşantıların en uzun süre geçirildiği yer, ikamet edilen yer, ailelerinin aylık gelir düzeyi, aylık beslenme için ayırdıkları bütçe miktarı, öğrenim gördükleri üniversitelerin buldukları coğrafi bölge değişkenlerine göre öğretmen adaylarının tutum ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar bulunmadığını göstermektedir. Ancak sağlıklı beslenme üzerine eğitim alıp almama ve sağlıklı beslenmeye dikkat dip etmeme değişkenlerine göre öğretmen adaylarının tutum ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık saptanmıştır.

<sup>1</sup> Bu araştırma Dr. Öğ. Üyesi Yakup DOĞAN danışmanlığında yürütülen Rabia ACEMİOĞLU'nun yüksek lisans tezinden üretilmiştir

## An Investigation of the Attitude of Science Teachers About Healthy Nutrition In Terms of Different Variables

### Article Info

**Keywords:**  
Adequate and balanced nutrition, Nutrition education, Behaviour, ORTO-15 attitude and behavior scale

### ABSTRACT

In this research, it was aimed to examine the attitudes of preservice science teachers towards the concept of healthy nutrition in terms of different variables. Within this purpose, "ORTO-15 Attitude and Behavior Scale", which includes 15 attitude items related to the concept of nutrition, was used as a data collection tool. The ORTO-15 Attitude and Behavior Scale was applied to 813 preservice teachers studying in the Science Education program of 21 different state universities in seven geographical regions in 2017-2018 academic year. Descriptive statistics, t test and ANOVA test were used in the analysis of the data obtained after the application of the data collection tool. The results of the analysis made shows that there are no significant differences between the mean scores from the attitude scale, according to the variables of body mass index, gender, the presence of chronic illness, the place where the life was spent the longest time, the place of residence, the monthly income level of their families, the amount of their monthly nutrition and the geographic region of the universities where they were studying. However, a significant difference was found between the mean scores that the teacher candidates received from the attitude scale according to the variables of whether or not they were educated on healthy nutrition and pay attention to healthy nutrition.

### GİRİŞ

En az insanlık tarihi kadar eski olan beslenme bilimi, MÖ 400 yılı civarında iki temel varsayıma dayanmaktadır. Birinci varsayım aslında pişirmenin bir biçimi olan yiyeceklerin sindirimi ile ilgili iken ikinci varsayım, dengeli beslenmeyle vücut sıvılarını denge içinde tutabilme temeline dayalıdır (BTD Araştırma Grubu, 2004; Işkın, 2016). Metabolik dengeyi sağlamak adına dengeli beslenme insanlık için bir ihtiyaç olmakla beraber toplumların ekonomik düzeyleri, yaşam tarzları ve yaşanan dönemin özellikleri gibi faktörlerle de değişiklik göstermektedir. Ancak beslenme için en önemli faktör her zaman ekonomi olmuştur. Çünkü beslenmede ekonomi zengin kesimler için bir sorun değilken, alt kesimler için bir sorun haline gelebilmiştir. Bu manada toplumların yaşadığı dönemin özellikleri ile beslenmenin bir ilişki içerisinde olduğundan söz edilebilir (Çetinkaya, 2019).

Anne karnında başlayan beslenme, hayatın sonlanmasına kadar devam eden her süreçte yaşamımız için vazgeçilmez bir parçadır (Eyinacar, 2019; Kutlu ve Çivi, 2009). Doğumdan ölüme kadar geçen bu süreçte insan ihtiyaçları tükenmemektedir. Yaşamın devamı için bu ihtiyaçların karşılanması önem taşımaktadır. Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi (fizyolojik ihtiyaçlar, güvenlik ihtiyacı, ait olma ve sevgi ihtiyacı, saygı ihtiyacı ve kendini gerçekleştirme ihtiyacı) dikkate

alındığında ilk sırada beslenmeyi de içeren fizyolojik ihtiyaçlar basamağı yer almaktadır (Maslow, 1943, s. 375).



Şekil 1. Fizyolojik ihtiyaçlar hiyerarşisi (Gürsel, 2009)

Bu basamaklar insan yaşamının her döneminde önemli bir yer tutmaktadır. Yeme, içme, uyku, libido, susuzluk, boşaltım, dinlenme, ağrıdan kaçma gibi kavramlar fizyolojik ihtiyaçların içerisinde yer almaktadır (Kartal ve Kaya-Korkmaz, 2020; Özçiçek-Dölekoğlu ve Yurdakul, 2004). Bu ihtiyaçlar asgari düzeyde karşılanmadıkça birey bir üst basamağa geçememektedir. Bireylerin yaşamlarını sürdürebilmesi için bir gereksinim olan beslenme de fizyolojik ihtiyaçlar basamağı içerisinde bulunmaktadır (Batman, Sarıışık ve Gökçe, 2015). Fizyolojik ihtiyaçlar arasında yer alan besin seçimi ve tüketim kalıpları aynı zamanda insanların gelenek göreneklerine, alışkanlıklarına, sosyal ve psikolojik arzularının doyumuna, ekonomik imkânlarına ve eğitimlerine bağlıdır (Kılıç ve Şanlıer, 2007). Aksoy ve Kozkundu'ya (2020) göre de çevre, kentsel veya kırsal bölgede yaşama, gelenekler, eğitim ve beslenme bilgi düzeyi bireyin yeme alışkanlıklarına etki etmektedir.

Hızla gelişen günümüz dünyasında bireylerin davranışları değişim göstermektedir. Özellikle gelişen teknolojiye paralel olarak ortaya çıkan teknoloji bağımlılığı günlük yaşamımızdaki birçok eylemi etkilediği gibi yeterli ve dengeli beslenmemizi de etkisi altına almaktadır. Yeterli ve dengeli beslenme, kültürel ve fiziksel faktörlerin yanı sıra gelişen teknolojiye de olumsuz veya olumlu etkilenebilmektedir (Aktaş ve Özdoğan, 2016). Meydana gelecek olumsuzluklardan etkilenmeden sağlıklı beslenme süreci geçirmek elbette önemlidir. Ancak gelişen çağ ve dünyamızda sanayileşme, hızlı yemek, açıkta satılan gıdaların alımı, paketlenmiş besinlerin üzerindeki son kullanım tarihlerinin dikkate alınmaması, sigara ve alkol kullanma, boş zamanlarda yemekli aktiviteler düzenlenmesi gibi bir çok faktör sağlıklı beslenmeyi etkilemektedir (Özenoğlu vd., 2021). Gün geçtikçe artan bu faktörler karşısında bireylerin beslenme konusundaki tutumları da farklılık göstermektedir. Bunların yanı sıra beslenmenin temelini aile ortamında başladığı, devam ettiği ve bireyler büyüdükçe de tüketilen

ürünler konusunda bireylerin bilinç düzeylerinin değişiklik gösterdiği görülmektedir (Vassigh, 2012). Bu nedenle içinde bulunduğumuz çevre besin seçimimizi de etkilediğinden dolayı seçtiğimiz besinlerin sağlıklı olması beslenmemiz açısından önem taşımaktadır. Yalçınkaya, Gök-Özer ve Karamanoğlu'na (2007) göre sağlıklı yaşam biçimine ait davranışların temelini ilk olarak toplum ve aile ortamında atıldığı daha sonra ise ilgili davranışların eğitimle geliştiği ve değiştiği vurgulanmaktadır.

Eğitimin gerçekleştiği mekânlardan biri olan okul ortamı bireye sağlıklı beslenme alışkanlıklarını kazandırmada ve konuyla ilgili davranışların geliştirilmesinde önemli bir konumda bulunmaktadır (Sarıdağ-Devran ve Saka, 2019). Aile ortamında kazanılan beslenme alışkanlığının eğitim süreci boyunca değişmesi ise kaçınılmazdır. Yaşamın her alanında etkili olan bu değişimin okul hayatında da etkisi bulunmaktadır. Okul hayatında etkili olan değişim süreci Milli Eğitim Bakanlığı'nın (MEB) öğretim programlarında bulunan beslenme ile ilgili kazanımların öğrenme öğretme sürecine dahil edilmesi sonucu oluşmaktadır. Bu sebeple öğrencilere olumlu davranış değişikliklerinin kazandırılmasında öğretim programlarına gereksinim duyulmaktadır (İlhan ve Gülersoy, 2018). Öğretim programlarına ihtiyaç duyulduğu kadar; eğitimde önemli rolleri olan öğretmenlerin de önemi göz ardı edilmemelidir. Öğretmenler bireylerin sağlık ve başarılarını etkilerken, gelecek kuşaklara iyi bir beslenme alışkanlığının aktarılması açısından da önemli bir konumdadır (Pekşen-Akça, Arslan ve Akıncı-Demirbaş, 2013). Gelecek kuşaklara iyi bir beslenme alışkanlığının aktarılmasında gelecek nesillerin emanet edildiği öğretmenlere büyük iş düşmektedir. Öğretmenler, öğrencilere sadece bilgileri aktarmakla görevli olan kişiler olmayıp aynı zamanda kazandırılmak istenilen davranışları rol model olarak yaşayan ve gösteren rehber kişilerdir. Bu sebeple eğitim ve öğretim etkinliklerindeki en önemli konulardan biri nitelikli öğretmenler yetiştirmektir (Morgil ve Yılmaz, 1999). Öğretmenler üniversite hayatına başlamadan önceki eğitim yaşantıları boyunca farklı öğretmenler tanımakta ve birçok deneyim yaşamaktadırlar (Işık, Çiltas ve Baş, 2010). Okul yıllarında yaşanan deneyimler öğretmen adaylarının ilerde kendi sınıflarında uygulayacakları etkili bir eğitimin kaynağını oluşturmaktadır. Yaşanan deneyimler eğitim sürecinde etkili olan bir öğretmenin tutum ve davranışlarını belirlemeye de kaynaklık etmektedir (Işık ve diğ., 2010).

Tutum ve davranışlar fen bilimleri programının öğrenme alanlarından birini oluşturmaktadır. Bu öğrenme alanı bireylerin içinde yaşadıkları dünyayı anlayıp fen bilimleri ve ara disiplinler hakkında pozitif tutumlar geliştirmelerine yardımcı olmaktadır. Bireylerde gelişen olumlu tutumlar bireylerin öğrendiklerini günlük yaşamlarında kullanmasını sağlayabilmektedir. İlköğretim Fen Bilimleri Dersi Öğretim Programında yer alan kazanımlar öğrencilerin hedeflenen davranış ve tutumlara ulaşmasında bir ara kaynaktır. Bu kazanımların en doğru şekilde öğrencilere aktarılması fen bilimleri ve ara disiplinler hakkında bilgi ve beceri

sahibi olmak ve sahip olunan bu bilgi ve becerileri en doğru şekilde öğrenen tarafa aktarabilmek açısından önemlidir. Ara bir disiplin olan sağlık ve doğal afetler içerisinde yer alan beslenme konusu öğretim programında ayrı bir ünite başlığı altında verilmemiş olup farklı üniteler içerisinde yayılmıştır. Örneğin Fen Bilimleri Dersi Öğretim Programında yer alan “Vücudumuzun Bilmecesini Çözelim” ünitesi adı altında yeterli ve dengeli beslenmenin öneminden bahsedilmektedir. Öğrencilerin bu ünite; yeterli ve dengeli beslenme, dişler ve diğer sindirim organları, boşaltımda görev yapan organlar, sigara ve alkolün zararları ile ilgili bilgileri edinmesi vücuttaki tüm yapıların birbirinden bağımsız olarak değil birlikte çalıştığı düşüncesini pekiştirmesi, vücudunu tanımaya devam ederken, vücudunun sağlığını koruması için de dengeli beslenme, sigara ve alkolün zararları konularında bir bilinç oluşturması beklenmektedir (MEB, 2018). Bu bilinç ve tutumun oluşturulması ise eğitimle mümkündür. Sağlık üzerine olumsuz etkileri olan yetersiz ve dengesiz beslenmenin etkilerinin ortadan kaldırılması doğru bir beslenme bilgisinin davranış ve tutuma dönüştürülmesiyle mümkündür (Şanlıer, Adanur, Özata-Uyar, Elibol, Coşkun, Erdoğan & Bozbaş, 2017). Bu sebeple bu araştırmanın temel problemi fen bilgisi öğretmen adaylarının sağlıklı beslenme olgusuna ilişkin tutumları çeşitli değişkenlere göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” olarak belirlenmiştir. Araştırma süreci boyunca ana problem doğrultusunda aşağıda yer alan alt problemlere cevap aranmıştır.

Fen Bilgisi öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamaları arasında;

1. Vücut Kitle İndeksi (VKİ) aralıklarına göre anlamlı bir farklılık var mıdır?
2. İkamet ettikleri yere göre anlamlı bir farklılık var mıdır?
3. Ailelerinin aylık gelirlerine ve aylık beslenme için ayrılan bütçeye göre anlamlı bir farklılık var mıdır?
4. Okuduğu üniversitenin bulunduğu bölge değişkenlerine göre gruplar arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık var mıdır?
5. Cinsiyet, yaşantısını en uzun süre geçirdiği yer, kronik bir rahatsızlığının olup olmaması, sağlıklı beslenmeye dikkat edip etmeme durumu, sağlıklı beslenmeye ilişkin eğitim alıp almama durumu değişkenlerine göre gruplar arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık var mıdır?

## **YÖNTEM**

### **Araştırma Modeli**

Bu çalışmada, öğretmen adaylarının beslenme olgusuna ilişkin tutumlarını belirlemek için tarama modellerinden olan kesitsel tarama deseni kullanılmıştır. Tarama modeli bir olaya veya konuya ilişkin inanç, bilgi, tutum, ilgi vb. özelliklerin betimlenmesi için konuyla ilgili

örneklem üzerinde yapılan araştırmalardır. Kesitsel tarama ise katılımcılardan verilerin tek seferde toplanarak durum belirlemesinin yapıldığı betimsel bir tarama araştırması türüdür (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2018). Bu araştırmada fen bilgisi öğretmen adaylarının sağlıklı beslenme olgusuna ilişkin tutumları farklı değişkenler açısından analiz edilerek yorumlanmıştır.

### **Örneklem**

Bu araştırmanın evrenini, 2017-2018 eğitim-öğretim yılında devlet üniversitelerinin eğitim fakültelerinin Fen Bilgisi Öğretmenliği programında dördüncü sınıfta öğrenim gören öğretmen adayları oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini bu evren içerisinde belirlenmiştir. Örneklem seçiminde beslenmenin kimya, fizik, biyoloji vs. gibi bilimlerin sentezi sonucu bir olgu olduğu göz önünde bulundurulmuştur (Yücel, 2015). Bu doğrultuda dördüncü sınıfta öğrenim gören fen bilgisi öğretmen adaylarının konuyla ilgili daha doğru bilgilere sahip olacakları düşünülmüştür. Bu durum evren ve örneklem seçiminde göz önünde bulundurulmuştur. Araştırmanın örneklemini için yedi farklı coğrafi bölgede bulunan üniversiteler arasında 21 farklı devlet üniversitesine ulaşılmıştır. Güneydoğu Anadolu Bölgesindeki bir ve İç Anadolu Bölgesindeki bir üniversitede uygulanan anketler hatalı olduklarından dolayı araştırmada kullanılmamıştır. Bu sebeple araştırmanın örneklemini 19 farklı üniversitenin Fen Bilgisi Öğretmenliği programında öğrenim gören 813 Fen Bilgisi öğretmen adayı oluşturmaktadır.

### **Veri Toplama Araçları**

Bu araştırmada amaca uygun olarak Arusoğlu'nun (2006) Türkçeye uyarlamış olduğu "ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği" veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. "ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği" Bratman ve Knight'ın (2000) 10 Ortoreksiya kısa soru kağıdı baz alınarak geliştirilen Ortoreksiya Nervoza (sağlıklı beslenme takıntısı) eğilimini değerlendirmek için düzenlenmiş 15 maddelik bir kendini değerlendirme ölçeğidir (Donini, Marsilli, Graziani, Imbriale ve Canella, 2005). Bratman'ın testinden bazı maddeler (1, 3, 7, 8, 9, 10) sözel açıdan değiştirilmiş, kendini çok hissettiren bazı maddeler de daha net yanıt almak açısından Donini ve arkadaşları tarafından düzenlenerek ölçek kullanılır hale getirilmiştir. Ölçek "her zaman", "sık sık", "bazen" ve "hiçbir zaman" seçeneklerini içeren dört dereceli formatta hazırlanmıştır. Bu ölçekteki 2, 5, 8 ve 9 nolu maddeler, 3, 4, 6, 7, 10, 11, 12, 14 ve 15 nolu maddeler ile 1 ve 13 nolu maddelerin puanlanması farklı şekillerde yapılmıştır. Her madde en çok 1, 2, 3 ve 4 puanlarından biri ile derecelendirilmiştir (Arusoğlu, 2006). Ortoreksiya için ayırt edici bir kritere sahip olan cevaplar "1", normal olarak yeme davranışı eğilimini gösteren cevaplar ise "4" puanı verilmektedir. ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeğinden alınacak en düşük puan 15, en yüksek puan ise 60'tır. ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeğinin puanlanması Tablo 1'de verilmiştir.

**Tablo 1.**

ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği Yanıtlarının Puanlaması

Maddeler	Yanıtlar			
	Her Zaman	Sık Sık	Bazen	Hiçbir Zaman
2-5-8-9	4	3	2	1
3-4-6-7-10-11-12-14-15	1	2	3	4
1-13	2	4	3	1

ORTO-15 Ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlikle ilgili faktör ve iç tutarlılık katsayıları Donini ve diğ. (2005)'nin çalışmasında verilmemiştir. Ancak Arusoğlu (2006), ORTO-15 Ölçeğini Türkçeye uyarladıktan sonra yapı geçerliği ve güvenilirlik analizleri yapmış ve Cronbach alpha katsayısını .43 olarak hesaplamıştır. Mevcut çalışmada ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeğinin pilot çalışması 111 Fen Bilgisi öğretmen adayı üzerinden yürütülmüştür. Pilot çalışma sonrası ölçeğin güvenilirlik katsayısı tekrar hesaplanmış ve .61 olarak belirlenmiştir.

#### Verilerin Analizi

Araştırmaya katılan 813 Fen Bilgisi öğretmen adayından toplanan verilerin analizinde Microsoft Excel programı, TAP (Test Analysis Program) ve SPSS programından yararlanılmıştır. Öncelikle analizlerde kullanılacak testleri belirlemek amacıyla ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeğinden alınan toplam puan dağılımının normal dağılım gösterip göstermediğini anlamak için Kolmogorov-Smirnov testi yapılmış daha sonra basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiştir. Araştırmada elde edilen veri setinin normal dağılım göstermesi için Kolmogorov-Smirnov testi sonucunda  $p < .05$  olması gerekirken verilerin basıklık ve çarpıklık değerlerinin ise -3, +3 arasında olması gerekmektedir (Kılıç ve İnce, 2017; Bursal, 2017; Yaratın, 2017). Elde edilen bulgulara göre 813 öğretmen adayının sağlıklı beslenmeye yönelik tutum ve davranış ölçeği puanları normal dağılım göstermektedir (Orto-15 Tutum ve Davranış Ölçeği Basıklık=.25 ve Çarpıklık=-.19). Bu doğrultuda araştırma sorularına yanıtlar bulabilmek için analizlerde parametrik testler kullanılmıştır. ORTO-15 Tutum ve Davranış ölçeğine ilişkin analizler Tablo 2'de sunulmuştur.

**Tablo 2.**

*ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeğine İlişkin Betimsel İstatistikler*

<b>Betimsel İstatistikler</b>	<b>ORTO-15</b>
<b>Ortalama</b>	37.34
<b>Standart Sapma</b>	3.89
<b>Kolmogorov-Smirnov</b>	.000
<b>Çarpıklık (Skewness)</b>	-0.19
<b>Basıklık (Kurtosis)</b>	0.25
<b>Ranj</b>	28
<b>Minimum Puan</b>	24
<b>Maximum Puan</b>	52

Tablo 2 incelediğinde öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış ölçeğinden aldıkları en yüksek puan 52, en düşük puan 24'tür. ORTO-15 Tutum ve Davranış ölçeğinden elde edilen puanların ortalamaları 37.34, standart sapma değeri 3.89 olarak belirlenmiştir. Ölçekten elde edilen puanların Kolmogorov-Smirnov için p değeri .000; çarpıklık (skewness) katsayısı -.19 iken basıklık (kurtosis) katsayısı 0.25 olarak hesaplanmıştır.

Öğretmen adaylarının cinsiyet, yaşantılarını en uzun süre geçirdikleri yer, kronik rahatsızlığa sahip olup olmama, sağlıklı beslenmeye dikkat edip etmeme, sağlıklı beslenmeyle ilgili eğitim alıp almama değişkenlerine göre tutumlarında farklılık olup olmadığını belirlemek için bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır. Öğretmen adaylarının VKİ aralıkları, ikamet ettikleri yer, ailesinin aylık gelir durumu, aylık beslenme için ayırdıkları bütçe miktarı, eğitim aldıkları üniversitelerin buldukları coğrafi bölgeler değişkenlerine göre sağlıklı beslenmeye yönelik tutumlarında farklılaşma olup olmadığını belirlemek amacıyla ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

## **BULGULAR**

### **Birinci alt probleme ilişkin bulgular**

Öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarına göre VKİ değişkeni grupları arasında anlamlı bir farkın olup olmadığına ilişkin ANOVA bulguları Tablo 3'te verilmiştir.



**Tablo 3.**

Öğretmen Adaylarının VKİ Aralıklarına Göre Orto-15 Tutum ve Davranış Ölçeği Puan Ortalamalarına İlişkin Anova Bulguları

Gruplar	N	$\bar{X}$	SS	Karşılaştırma	KT	SD	KO	F	p
Zayıf	264	37.61	3.6	Gruplar A.	63.30	5	12.66		
Normal Kilolu	432	37.15	4.1	Grup İ.	12241.96	807	15.17		
Hafif Şişman	98	37.59	3.5	Toplam	12305.26	812		.84	.525
I. derece obez	14	36.85	5.0						
II. derece obez	2	36.00	1.4						
III. derece obez	3	35.00	1.7						
Toplam	813	37.34	3.8						

Tablo 3'teki bulgular incelendiğinde, öğretmen adaylarının vücut kitle indeksi kategorilerine göre ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamaları farklılık göstermemektedir ( $\bar{X}$ : zayıf=37.61,  $\bar{X}$ : normal kilolu=37.15,  $\bar{X}$ : hafif şişman=37.59,  $\bar{X}$ : I. derece obez=36.85,  $\bar{X}$ : II. derece obez=36.00,  $\bar{X}$ : III. derece obez=35.00,  $F=.84$ ,  $p=.53>.05$ ). ANOVA testi bulgularına göre öğretmen adaylarının VKİ değer aralıkları değişkenine göre ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamalarının varyansları homojen değildir (Levene's=.02<.05).

#### İkinci alt probleme ilişkin bulgular

Öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarına göre ikamet edinilen yer değişkeni grupları arasında anlamlı bir farkın olup olmadığına ilişkin ANOVA bulguları Tablo 4'te verilmiştir.

**Tablo 4.**

Öğretmen Adaylarının İkamet Ettikleri Yere Göre Orto-15 Tutum ve Davranış Ölçeği Puan Ortalamalarına İlişkin Anova Bulguları

Gruplar	N	$\bar{X}$	SS	Karşılaştırma	KT	SD	KO	F	p
Ev	268	37.28	3.8	Gruplar A.	4.608	2	2.30		
Yurt	455	37.33	3.9	Grup İ.	12300.65	810	15.19		
Aile-Akraba	90	37.54	4.0	Toplam.	12305.26	812		.15	.859
Toplam	813	37.34	3.8						

Tablo 4'e göre öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamaları ikamet ettikleri yere göre farklılık göstermektedir ( $\bar{X}$ : ev=37.28,  $\bar{X}$ : yurt=37.33,  $\bar{X}$ : aile-akraba=37.54). Ancak bu farklılık ANOVA testi sonucuna göre istatistiki olarak anlamlı değildir ( $F=.15$ ,  $p=.859>.05$ ).

### Üçüncü alt probleme ilişkin bulgular

Öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarına göre ailelerin aylık gelir ve aylık beslenme için ayırdıkları bütçe miktarı değişkeni grupları arasında anlamlı bir farkın olup olmadığına ilişkin ANOVA bulguları Tablo 5'te verilmiştir.

**Tablo 5.**

*Öğretmen Adaylarının Ailelerinin Aylık Gelirlerine ve Aylık Beslenme İçin Ayırdıkları Bütçe Durumlarına Göre Orto-15 Tutum ve Davranış Ölçeği Puan Ortalamalarına İlişkin Anova Bulguları*

	Gruplar	N	$\bar{X}$	SS	Varyans Karşılaştırma	KT	SD	KO	F	p
Ailelerin aylık gelir durumu	Alt	55	36.58	3.8	Gruplar A.	38.78	2	19.39		
	Orta	717	37.41	3.8	Grup İ.	12266.46	810	15.14		
	Yüksek	41	37.07	4.0	<b>Toplam.</b>	12305.26	812		1.28	.278
	<b>Toplam</b>	813	37.34	3.8						
Aylık beslenme için ayrılan bütçe durumu	Evet	394	37.35	3.8	Gruplar A.	2.76	2	1.38		
	Kısmen	306	37.28	3.8	Grup İ.	12302.50	810	15.19		
	Hayır	113	37.46	4.0	<b>Toplam.</b>	1230.26	812		.09	.913
	<b>Toplam</b>	813	37.34	3.8						

Tablo 5'e göre öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamaları arasında ailelerin aylık gelirine göre anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $\bar{X}$ : alt=36.58,  $\bar{X}$ : orta=37.41,  $\bar{X}$ : yüksek=37.07,  $F=1.28$ ,  $p=.278>.05$ ). Öğretmen adaylarının ailelerinin aylık gelir düzeyine göre ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamalarının varyansları homojendir (Levene's=.85>.05). Yine elde edilen bulgulara göre öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamaları arasında aylık beslenme için ayrılan bütçe miktarının yeterliliğine göre anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $F=.09$ ,  $p=.913>.05$ ,  $\bar{X}$ : evet=37.35,  $\bar{X}$ : kısmen=37.28,  $\bar{X}$ : hayır=37.46).

### Dördüncü alt probleme ilişkin bulgular

Öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarına göre okuduğu üniversitenin bulunduğu bölge grupları arasında anlamlı bir farkın olup olmadığına ilişkin ANOVA bulguları Tablo 6'da verilmiştir.

**Tablo 6.**

Öğretmen Adaylarının Okuduğu Üniversitelerin Bulunduğu Bölgeye Göre ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği Puan Ortalamalarına İlişkin ANOVA Bulguları

Gruplar	N	$\bar{X}$	SS	Varyans	KT	SD	KO	F	p
				Karşılaştırma					
İç Anadolu	122	37.37	3.6	Gruplar A.	70.22	6	11.70		
Akdeniz	115	37.51	4.1	Grup İ.	12235.04	806	15.18		
Ege	166	37.53	3.5	<b>Toplam</b>	12305.26	812		.71	.593
D. Anadolu	76	37.05	5.0						
Karadeniz	172	37.37	1.4						
Marmara	125	37.40	1.7						
Güneydoğu	37	36.13	3.8						
<b>Toplam</b>	813	37.34	3.8						

Tablo 6 incelendiğinde ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puanları ortalaması en yüksek ( $\bar{X}=37.53$ ) olan bölge Ege bölgesi iken, en düşük ( $\bar{X}=36.13$ ) olan bölge Güneydoğu Anadolu bölgesidir. Ayrıca çizelgedeki veriler dikkate alındığında İç Anadolu, Akdeniz, Ege, Marmara, Doğu Anadolu, Karadeniz, Marmara ve Güneydoğu Anadolu bölgelerinde bulunan üniversitelerde öğrenimini devam ettiren Fen Bilgisi öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeğinden aldıkları puanların ortalaması arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ( $F=.71$ ,  $p=.593>.05$ ).

#### Beşinci alt probleme ilişkin bulgular

Öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarına göre cinsiyet, yaşantısını geçirdiği yer, kronik rahatsızlık, sağlıklı beslenmeye dikkat edip etmeme ve sağlıklı beslenme üzerine eğitim alıp almama değişken grupları arasında anlamlı bir farkın olup olmadığına ilişkin ANOVA bulguları Tablo 7'de verilmiştir.

**Tablo 7.**

Öğretmen adaylarının cinsiyet, yaşantısını geçirdiği yer, kronik rahatsızlık, sağlıklı beslenmeye dikkat edip etmeme ve sağlıklı beslenme üzerine eğitim alıp almama değişkenlerine göre ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamalarına ilişkin t testi bulguları

Değişken	Gruplar	N	$\bar{X}$	SS	sd	t testi		
						t	sd	p
Cinsiyet	Kadın	624	37,37	3,95	0,15	,40	811	,688
	Erkek	189	37,24	3,69	0,26			
Yaşantısını Geçirdiği Yer	Kırsal	176	36,94	3,90	0,29	1,54	811	,124
	Kentsel	637	37,45	3,88	0,15			
Kronik Rahatsızlık	Var	80	36,95	3,74	0,41	,95	811	,342
	Yok	733	37,38	3,90	0,14			
Sağlıklı Beslenmeye Dikkat Edip Etmeme	Evet	408	36,77	3,91	0,19	4,19	811	,000
	Hayır	405	37,91	3,79	0,18			
Sağlıklı Beslenme Üzerine Eğitim Alıp Almama	Evet	109	36,31	4,30	0,41	2,99	811	,003
	Hayır	704	37,50	3,80	0,14			

Tablo 7'deki bulgulara göre, öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeğine ilişkin puan ortalamaları ( $\bar{X}$ : kız= 37.37,  $\bar{X}$ : erkek=37.24) cinsiyet değişkenine göre istatistiki olarak anlamlı farklılık göstermemektedir (t=0.40, sd=811, p=.688>.05).

Öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamaları arasında yaşantılarını en uzun süre geçirdikleri yere göre anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $\bar{X}$ : kırsal=36.94,  $\bar{X}$ : kentsel=37.45). t testi bulgularına göre (t=1.54, sd= 811, p=.124>.05).

Öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeğine ilişkin puan ortalamaları ( $\bar{X}$ : var=36.95  $\bar{X}$ : yok=37.38) kronik rahatsızlığının var olup olmama değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir (t=.95, sd=811, p=.342>.05). Yani kronik rahatsızlığı olan ve olmayan öğretmen adaylarının tutum ve davranışlarının benzer olduğu söylenebilir.

Öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamaları sağlıklı beslenmeye dikkat edip etmeme durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ( $\bar{X}$ : evet=36.77,  $\bar{X}$ : hayır=37.91, t=4.19, sd=811, p=.000<.05). Bu durumda, sağlıklı beslenmeye dikkat eden öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları sağlıklı beslenmeye dikkat etmeyen öğretmen adaylarına göre daha düşük bulunmuştur. Yine elde edilen verilere göre öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamaları sağlıklı beslenmeyle ilgili eğitim alıp almama durumlarına göre istatistikî farklılık göstermektedir ( $\bar{X}$ : evet=36.31,  $\bar{X}$ : hayır=37.50, t=2.99, sd=811, p=.003<.05). Bu

durumda sağlıklı beslenmeyle ilgili eğitim alan öğretmen adaylarının ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamaları sağlıklı beslenmeyle ilgili eğitim almayan öğretmen adaylarına göre daha düşük bulunmuştur.

## **TARTIŞMA**

Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının VKİ değerlerine göre ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamaları arasındaki farka bakıldığında anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Lise çağındaki öğrencilerin beslenme profilini ve buna etki eden faktörleri belirlemek amacıyla yapılan çalışmada da, öğrencilerin BKİ (beden kitle indeksi) ile anne baba eğitim durumu arasındaki ilişkiye bakılmış ve bu ilişkinin anlamlı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Ahraz, 2017). Uzun, Özdemir ve Zencir (2016)'in yaptıkları çalışmada ise beden kitle indeksleri >25 ile <25 arasında olan katılımcıların riskli tuz tüketimi davranış puanları arasında BKİ değerleri >25'ten büyük olanların anlamlı olarak daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmüştür. Şanlıer ve diğ. (2017) tarafından yapılan çalışmada, gençlerin beslenme ve gıda güvenirliliğine ilişkin bilgileri ile BKİ değerleri arasındaki ilişkinin istatistiki olarak anlamlı bulunmadığı; Şanlıer, Konaklıoğlu ve Göçer'e (2009) göre ise gençlerin VKİ değerlerinin beslenme bilgi, alışkanlık ve davranış puanları üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunmadığı tespit edilmiştir. Sipahi (2019), sosyal medyadaki beslenmeyle ilgili haberlerin bireylerin beslenme alışkanlıklarına, tutum ve davranışlarına olan etkisini görmek amacıyla yaptığı çalışmada da beden kütle indeksleri ile yeme tutum testi puanları arasında anlamlı bir farklılığın bulunmadığını ortaya koymuştur. Alan yazında yer alan bu konudaki çalışmaların sonuçları araştırmanın sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Akdevelioğlu ve Yörüsün'ün (2019) üniversite öğrencilerinin olumsuz yeme tutum ve davranışlarını etkileyen faktörleri belirlemek amacıyla yaptıkları çalışmada BKİ ile yeme, tutum ve davranışların ilişkili olduğunun saptanması mevcut çalışma ile benzerlik göstermektedir. Mevcut çalışmada ve alan yazındaki bazı çalışmalarda VKİ ile tutum arasında anlamlı bir farkın olmaması bireyin beden algısına ilişkin yaşadığı endişeyi davranışa yansıtmasından kaynaklanabilir. Alanyazında yer alan bazı çalışmalarda ise BKİ ile yeme tutum ve davranışlarda farklılığın bulunmasında zaman faktörü önemli olabilir. Zamanın ilerlemesiyle birlikte toplumda fiziksel görünüşe daha fazla verilen önem diyet yapma, spor yapma, estetik operasyon yaptırma gibi eylemlerde bulunan bireylerin sayısındaki artışı beraberinde getirerek insan davranışlarını ve tutumlarını etkileyebilir. Öğretmen adaylarının cinsiyetlerine göre ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamaları arasındaki farka bakıldığında, öğretmen adaylarının sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ve davranışları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Yapılan başka bir çalışmada, öğrencilerin katılımlarına karşı tutumunu ile cinsiyet açısından farklılık bulunduğu görülmektedir (Sezek, Kaya ve Doğan, 2008). Yine Öztürk, Alpkaya, Keskin ve Çubuk'un (2017)

çalışmasında, cinsiyete göre kadınların beslenme alışkanlığı ile obez akranlarının tutumları arasında anlamlı bir ilişki bulunurken erkeklerin beslenme alışkanlığı ile obez akranlarının tutumları arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı tespit edilmiştir. Bu sonuçlar ile mevcut çalışmada elde edilen sonuçlar birbirinden farklılık göstermektedir. Cinsiyete göre farklılığın olmadığı bu durumun, günümüzde cinsiyet farketmeksizin bireylerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarının hemen hemen benzer olmasından kaynaklandığı söylenebilir.

Öğretmen adaylarının yaşantısını geçirdiği yer değişkenine göre ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamaları arasında anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır. Bu durumun, kırsal ve kentsel yaşam alanları değişkeninin, günümüzde bireylerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumları üzerinde ayırt edici bir etkisinin olmadığından kaynaklı olduğu söylenebilir. Öğretmen adaylarının kronik rahatsızlıklarının var olup olmadığı değişkenine göre ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamaları arasında anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır. Tutumlar arası farklılık olmaması, tutumların kazanılması için uzun bir süreç gerektirdiğinden kaynaklı olabilir. Konuyla ilgili alanyazın incelendiğinde, Ünalın, Öztöp, Elmalı, Öztürk, Konak, Parlak ve Güneş'in (2009), sağlık yüksekokulu öğrencilerinin yeme tutumları ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada kronik hastalığın varlığı ile yeme tutum testi puanı arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı görülmüştür. Yılmaz (2019), ergenlik ve genç yetişkinlik döneminde bulunan kadınların yeme tutumu ile beden algısı, benlik saygısı ve öfke arasındaki ilişkiyi saptamak amacıyla yaptığı çalışmada da kronik bir hastalığı olup olmama durumuna göre yeme tutum testi puanları arasındaki farkın anlamlı düzeyde olmadığını belirlemiştir. Farklılığın olmadığı bu durum, kronik rahatsızlığa sahip olan öğretmen adaylarının sağlıklı beslenmeye ilişkin bilgilerini bu konuda uygun tutuma ve davranışa dönüştürememelerinden kaynaklı olabilir. Aynı zamanda bu farklılık, maddi imkanlardan dolayı gerekli olan ilaç ve sağlıklı besinlere ulaşamama gibi faktörlerin bireylerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumunu etkileyebilme durumu ile ilişkilendirilebilir.

Öğretmen adaylarının sağlıklı beslenmeye dikkat edip etmeme değişkenine göre ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Öğretmen adaylarının sağlıklı beslenme konusuna yönelik tutumlarının sağlıklı beslenme üzerine eğitim alıp almama durumuna göre t testi sonuçlarına göre gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Bu durum eğitim alanların almayanlara göre beslenme konusunda daha bilgili ve duyarlı olmalarından kaynaklanmış olabilir. Özvurmaz, Mandracıoğlu ve Lülec'i'nin (2018) üniversite öğrencilerinin yeme tutumu ile yeme tutumuyla ilişkili faktörleri belirlemek amacıyla yapmış oldukları çalışmada da beslenme eğitimi alan gruplara göre yeme tutumu arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Karasu ve Özşaker (2019) ise

hemşirelerin hastaların beslenmesine ilişkin bilgi, tutum ve uygulamalarını belirlemek amacıyla yapmış oldukları çalışmada beslenmeye yönelik eğitim alan hemşirelerin tutum puanlarının istatistiksel olarak daha yüksek olduğunu saptamıştır.

Öğretmen adaylarının ikamet ettikleri yer değişkenine göre sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ve davranışları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Zarifoğlu'nun (2019) yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin ortoreksiya nervoza görülme sıklığı, yeme tutum davranışları ve beden algısı arasındaki ilişki farklı değişkenler açısından incelenmiştir. Yapılan incelemelerde bireylerin yaşadıkları yer (ev, devlet yurdu, özel yurt, aile evi) ile yeme tutum testi puan ortalaması arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Açıkalan (2019) yapmış olduğu çalışmada öğrencilerin ikamet etme şekillerine göre gıda güvenliğine yönelik tutum puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın bulunmadığını tespit etmiştir. Bu çalışmaların sonucu mevcut çalışma ile benzerlik göstermektedir. Bu durumda, öğretmen adaylarının ikamet ettikleri yer değişkeninin beslenme tutum ve davranışlarını etkilemediği söylenebilir. Farklılığın olmadığı bu duruma bireyin içinde bulunduğu arkadaş çevresi, üniversiteye gelerek farklı bir ortama girmesi, öğrenci olması, ekonomik durumu, içinde bulunduğu ruhsal süreçler gibi faktörler gerekçe gösterilebilir.

Öğretmen adaylarının ailelerinin aylık gelir düzeyi, yıllık beslenme için ayırdıkları bütçe değişkenlerine göre sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ve davranışları arasında da anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Bu durumda, ailelerinin gelir düzeyleri alt, orta ve yüksek grupta olan öğretmen adaylarının sağlıklı beslenme konusundaki tutum ve davranışlarının benzer olduğu söylenebilir. Aynı zamanda ayrılan aylık bütçenin yeterli olduğunu belirten, yetersiz olduğunu belirten veya kısmen yeterlidir diye ifade eden öğretmen adaylarının da sağlıklı beslenme konusundaki tutum ve davranışlarının benzer olduğu söylenebilir. Üniversite öğrencilerinde yeme tutumları ile beden algısı arasındaki ilişkide irrasyonel inanış düzeyinin rollerinin belirlenmesi amacıyla yaptığı çalışmada irrasyonel inanışlar dışındaki değişkenlerin (cinsiyet, yaş, aylık gelir vb. ) yeme tutumunu anlamlı şekilde yordamadığı belirlenmiştir (Kaya, 2019). Bu çalışmayla mevcut çalışmanın amaçları arasında farklılık olsa da kullanılan aylık gelir değişkeninin tutumla ilişkisi benzerdir. Öğretmen adaylarının eğitim aldıkları üniversitelerin bulunduğu coğrafi bölge değişkenine göre ORTO-15 Tutum ve Davranış Ölçeği puan ortalamaları arasındaki farka bakıldığında, bölgeler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu duruma göre farklı üniversitelerde öğrenimini sürdüren öğretmen adaylarının sağlıklı beslenmeye yönelik tutum ve davranışlarının benzer olduğu söylenebilir. Bu durum, farklı coğrafi bölgelerde görülen öğrenimin beslenme tutumları ve davranışları üzerinde fark yaratacak kadar etkili olmadığı söylenebilir. Öğretmen adaylarının tutum puanları arasında en yüksek ortalama Ege bölgesine ait iken, en düşük ortalama Güneydoğu Anadolu bölgesine aittir. Bu

durum farklı coğrafi bölgelerin farklı çevresel koşulları barındırması, öğrencilerin bölgedeki yaşam şartları, sosyal aktiviteleri, eğitim olanakları ile ilişkilendirilebilir.

### **SONUÇ VE ÖNERİLER**

Bu çalışmada elde edilen bulgulara göre öğretmen adaylarının sadece sağlıklı beslenmeye yönelik eğitim alıp almama ve sağlıklı beslenmeye dikkat edip etmeme değişkenleri tutumlarında farklılıklara sebep olmaktadır. Bu farklılıklar tek tipleşmeye doğru giden beslenme alışkanlıklarının bireylerin sağlığını olumsuz etkileyebilmesi, olumsuz beslenme alışkanlıklarının besin tercihlerinde değişime sebep olması, hızlı yaşam temposu nedeniyle öğün atlama gibi etkenlerle ilişkilendirilebilir. Dolayısıyla bu faktörler bireylerin beslenmeye yönelik tutumlarını da farklılaştırmaktadır. Bu çalışmada elde edilen sonuçlardan yola çıkarak şu öneriler sunulabilir:

- Toplumun gelecek kuşaklarını oluşturacak öğrencilere öğrenim basamakları sürecinde sağlıklı beslenmenin önemi dersler veya farklı etkinliklerle kazandırılarak, öğrencilerin konuyla ilgili farkındalığı geliştirilebilir.
- Farklı derslerin öğretim programlarında sağlıklı beslenmeye ilişkin kazanımları eğitim öğretim sürecine katkı sağlayacak şekilde sayı, içerik, uygulama vb. bakımından revize edilmelidir.
- Erken çocukluk döneminde bireye sağlıklı beslenmeyle ilgili önemli bilgi, tutum ve davranışlar kazandırılarak bireyin ilerleyen yaşam süreçlerinde beslenmeye yönelik tutum ve davranışları şekillendirilebilir.
- Erken çocukluk dönemi bireyin gelişimi ve ilerleyen süreçlerde topluma uyumu açısından önem taşımaktadır. Bu uyumu etkileyen faktörler arasında beslenme olgusu da yer aldığı için erken çocukluk döneminde ailelere çocuğunun ve kendisinin sağlıklı beslenebilmesine yönelik eğitimler düzenlenebilir.
- Bireylerin beslenme ve sağlık ilişkisine yönelik farkındalığını artıracak doğrultuda eğitimler düzenlenebilir.
- Asgari düzeyde tüm bireylerin sağlıklı beslenebilmesini sağlayacak şekilde devlet rolünün olduğu politikalar geliştirilebilir.
- Coğrafi bölgeler arasındaki ekonomik farklılığın ve sosyal eşitsizliğin minimum seviyeye indirilmesi için devlet katkısıyla vatandaşa destek programları düzenlenebilir.
- Ekonomik ve sosyal eşitsizliğin neden olabileceği psikolojik süreçlerin düzenlenmesi için sağlık kuruluşları katkısıyla beslenme ve sağlık olgularıyla ilgili bilgilendirici eğitimler, ev ziyaretleri, düzenli kontroller sağlanabilir.



Sağlıklı beslenme birçok faktörden etkilenmektedir. Özellikle çevreyle iç içe olan hayatın temposu içerisinde beslenme alışkanlıkları değişen bireylerin sağlıklı beslenmesiyle ilgili derinlemesine araştırmalar yapılarak sağlıklı beslenmeyi engelleyen faktörlerin en az düzeye indirilmesini sağlayacak önlemler geliştirilebilir.

#### KAYNAKÇA

- Açıkalın, B. (2019). *Üniversite öğrencilerinin gıda güvenliğine yönelik bilgi, tutum ve davranışları* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Biruni Üniversitesi, İstanbul.
- Ahraz, S. (2017). *Lise çağındaki öğrencilerin beslenme profili ile bunun üzerine etkili faktörlerin belirlenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Akdevelioğlu, Y., & Yörüsün, T.Ö. (2019). Üniversite öğrencilerinin yeme tutum ve davranışlarına ilişkin bazı faktörlerin incelenmesi. *Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 19-28.
- Aksoy, M., & Kozkundu, M. (2020). Türkiye’de yiyecek seçiminin bölgelere göre farklılaşması. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 8(2), 1306-1333. <http://dx.doi.org/10.21325/jotags.2020.609>.
- Aktaş, N., & Özdoğan, Y. (2016). Gıda ve beslenme okuryazarlığı. *Harran Tarım ve Gıda Bilimleri Dergisi*, 20(2), 146-153.
- Arusoğlu, G. (2006). *Sağlıklı Beslenme takıntısı (ortoreksiya) belirtilerinin incelenmesi, Orto-15 ölçeğinin uyarlanması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Batman, O., Sarıuşık, M., & Gökçe, C.A. (2015, 9-11 Kasım). *Öğrencilerin beslenme alışkanlıklarına dair kısıtlar nelerdir? Yükseköğrenim öğrencileri üzerine bir araştırma*. International Conference on Eurasian Economies, Kazan, Russia.
- Bratman, S., & Knight, D. (2000), *Health food junkies: Overcoming the obsession with healthful eating*. New York: Broadway Books.
- BTD Araştırma Grubu. (2004). *Beslenmenin evrimi*. Ankara: TÜBİTAK Yayınları.
- Bursal, M. (2017). *SPPS ile temel veri Analizleri*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Çetinkaya, V. (2019). *Tüketicilerin restoranlarda sağlıklı beslenme davranışlarının belirlenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir.
- Donini, L. M., Marsili, D., Graziani, M. P., Imbriale, M., & Cannella, C. (2005). Orthorexia nervosa: Validation of a diagnosis questionnaire. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia*,

*Bulimia and Obesity*, 10(2), 28-32.

- Eyınacar, M. (2019). *Sağlıklı beslenme alışkanlığı kazandırılması projesi kapsamında ilkokul öğrencilerinin ebeveynlerine verilen beslenme eğitiminin, çocukların beslenme alışkanlıkları üzerine etkileri* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Işık, A., Çiltaş, A., %& Baş, F. (2010). Öğretmen yetiştirme ve öğretmenlik mesleği. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14(1), 53-62.
- Işkın, M. (2016). *Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları üzerine bir araştırma: Sakarya Üniversitesi örneği* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- İlhan, A., & Gülersoy, A. E. (2019). 10. sınıf coğrafya dersi öğretim programı kazanımlarının yenilenmiş Bloom taksonomisine göre değerlendirilmesi. *International Journal of Geography and Geography Education*, 39, 10-28.
- Karasu, M. ve Özşaker, E. (2019). Hemşirelerin cerrahi hastasının beslenmesi konusunda bilgi, tutum ve uygulamalarının incelenmesi. *Adıyaman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(1), 1191-1205. <http://dx.doi.org/10.30569.adiyamansaglik.485998>
- Kartal, B., & Kaya-Korkmaz, A. (2020). Kadın sağlığı ve hastalıkları hemşireliği dersi alan öğrencilerin bakım planlarının cinsel örüntüde bozulma/cinsel fonksiyonda değişim tanısı açısından incelenmesi. *Türk Fen ve Sağlık Dergisi*, 1(2), 29-35.
- Kaya, F. (2019). *Üniversite öğrencilerinde yeme tutumu ile beden algısı ilişkisinde irrasyonel inanışlar ve ontolojik iyi oluşun aracılık rollerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Kılıç, E., & Şanlıer, N. (2007). Üç kuşak kadınının beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15, 31-44.
- Kılıç, K., & İnce, M. L. (2017). Revize edilmiş yarışma durumluk kaygı envanterinin kendine güven alt ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Sportmetre*, 15(4), 135-142.
- Kutlu, R., & Çivi, S. (2009). Özel bir ilköğretim okulu öğrencilerinde beslenme alışkanlıklarının ve beden kitle indekslerinin değerlendirilmesi. *Fırat Tıp Dergisi*, 14(1), 18-24.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-396. <http://dx.doi.org/10.1037/h0054346>.
- Milli Eğitim Bakanlığı (MEB). (2018). *İlköğretim kurumları (ilkokullar ve ortaokullar) fen bilimleri dersi (3, 4, 5, 6, 7 ve 8. sınıflar) öğretim programı*. Milli Eğitim Bakanlığı Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığı. Ankara.

- Morgil, F.İ., & Yılmaz, A. (1999). Fen öğretmeninin görevleri ve nitelikleri, fen öğretmeni yetiştirilmesine yönelik öneriler. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15, 181-186.
- Özçiçek-Dölekoğlu, C., & Yurdakul, O. (2004). Adana ilinde hane halkının beslenme düzeyleri ve etkili faktörlerin logit analizi ile belirlenmesi. *Akdeniz İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 8, 62-86.
- Özenoğlu, A., Gün, B., Karadeniz, B., Koça, F., Bilgin, V., Bembeyaz, Z., & Saha, S.B. (2021). Yetişkinlerde beslenme okuryazarlığın sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlar ve beden kütle indeksi ile ilişkisi. *Life Sciences*, 16(1), 1-18.  
<http://dx.doi.org/10.12739/nwsa.2021.16.1.4B0037>.
- Öztürk, K., Alp kaya, U., Keskin, K., & Çubuk, A. (2017). 11-13 yaş çocukların beslenme davranışları ile obez akranlarına yönelik tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(53), 623-626.  
<http://dx.doi.org/10.17719/jisr.20175334150>.
- Özvurmaz, S., Mandıracıoğlu, A., & Lüleci, E. (2018). Üniversite öğrencilerinde yeme tutumu ve yeme tutumuna etki eden faktörler. *Adıyaman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(2), 841-849. <http://dx.doi.org/10.30569/adiyamansaglik.423020>
- Pekşen-Akça, R., Arslan, R., & Akıncı-Demirbaş, E. (2013). Farklı üniversitelerde eğitim gören çocuk gelişim lisans ve önlisans öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları. *Akademik Bakış Dergisi*, 38, 1-18.
- Sarıdağ-Devran, B., & Saka, M. (2019). Lise öğrencilerine verilen beslenme eğitiminin beslenme alışkanlıkları, beslenme bilgi düzeyi ve fiziksel aktivite üzerine etkisi. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 47(3), 5-14. <http://dx.doi.org/10.33076/2019.BDD.1081>
- Sezek, F., Kaya, E., & Doğan, S. (2008). Üniversite öğrencilerinin genel beslenme alışkanlıkları, katkılı besinler hakkındaki bilgi, görüş ve tutumları. *Çankaya University Journal of Arts And Sciences*, 1(10), 117-134.
- Sipahi, S. (2019). *Sosyal medyadaki beslenme ile ilgili haber ve paylaşımların yetişkin bireylerin yeme tutum ve davranışlarına etkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Bilgi Üniversitesi, İstanbul.
- Şanlıer, N., Adanur, E., Özata-Uyar, G., Elibol, E., Beyaz Coşkun, A., Erdoğan, R., & Bozbaş, E. (2017). Gençlerin beslenme ve gıda güvenliğine ilişkin bilgi ve davranışlarının değerlendirilmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(3), 941-956.

- Şanlıer, N., Konaklıoğlu, E., & Güçer, E. (2009). Gençlerin beslenme bilgi, alışkanlık ve davranışları ile beden kütle indeksleri arasındaki ilişki. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(2), 333-352.
- Uzun, S. U., Özdemir, C., & Zencir, M. (2016). Pamukkale üniversitesi öğrencilerinin tuz kullanımı ile ilgili bilgi, tutum ve davranışları. *Fırat Tıp Dergisi*, 21(4), 187-194.
- Ünalın, D., Öztop, D. B., Elmalı, F., Öztürk, A., Konak, D., Pırlak, B., & Güneş, D. (2009). Bir grup sağlık yüksekokulu öğrencisinin yeme tutumları ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki. *Turgut Özal Tıp Merkezi Dergisi*, 16(2), 75-81.
- Vassigh, G. (2012). *Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite durumları ile sağlıklı beslenme indekslerinin değerlendirilmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Yalçınkaya, M., Gök-Özer, F. G., & Karamanoğlu, A. Y. (2007). Sağlık çalışanlarında sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının değerlendirilmesi. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6(6), 409-420.
- Yaratan, H. (2017). *Sosyal bilimler için temel istatistik*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Yılmaz, T. (2019). *Kadınlarda benlik saygısı, beden algısı ve öfkenin yeme tutumu ile ilişkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yakındoğu Üniversitesi, Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti.
- Zarifioğlu, A. (2019). *Farklı fakültelerdeki üniversite öğrencilerinde ortoreksiya nervoza görülme sıklığı ile yeme tutum davranışları ve beden algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.

**Etik Kurul Kararı:** Bu çalışma 2018 yılında tamamlanan bir yüksek lisans tezinden üretilen çalışma olduğundan etik kurul kararı şartı gerekmemektedir.