

Araştırma makalesi Research article

Aile Desteği Çocukların Sağlıklı Yeme Öz Yeterliliğini Etkiler mi?



Necla KASIMOĞLU¹, Nazan GÜRARSLAN BAŞ²

Öz

Amaç: Bu araştırma aile desteğinin çocukların sağlıklı yeme-öz-yeterlilik davranışları üzerine etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Gereç ve Yöntem: Araştırma, Mayıs 2021/2022 tarihleri arasında Türkiye'nin doğusunda bir ilin merkezinde 4. sınıfta öğrenim görmekte olan 202 öğrenci ile yürütülmüştür. Veriler 'Kişisel Bilgi Formu', 'Sağlıklı Yeme İle İlgili Aile Desteği Ölçeği' ve 'Sağlıklı Yeme Öz-Yeterlilik Ölçeği' kullanılarak yüz yüze görüşme yöntemiyle toplanmıştır. Elde edilen veriler bilgisayar destekli programda sayı, yüzdellik, ortalama, standart sapma, t-testi, Kruskal Wallis ve korelasyon ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 10.05±.51'dir. Öğrencilerin anne yaşı, baba yaşı ve anne çalışma durumu ile Sağlıklı Yeme Öz-Yeterlilik Ölçeği puan ortalamaları arasında; babanın öğrenim düzeyi ile de, Sağlıklı Yeme ile İlgili Aile Desteği Ölçeği puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur (p<0.05). Sağlıklı yeme öz-yeterlilik düzeyi ile ailenin sağlıklı yeme alışkanlığını destekleme puan ortalamaları arasında negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır (p<0.001).

Sonuç: Araştırmada elde edilen bulgulara göre, okul dönemi çocuklarının yeme öz yeterliliği düşüktür ve aileler sağlıklı yeme davranışlarıyla ilgili destekleri yüksektir. Bu doğrultuda, çocukların sağlıklı yeme öz yeterliliği ve ailenin sağlıklı yeme davranışıyla ilgili desteğini yükseltmek için çocuk ve ailesiyle çalışan pediatri hemşirelerinin eğitim ve danışmanlık rollerine gereksinim duyulmaktadır.

Anahtar kelimeler: Beslenme davranışı, çocuk, hemşireler, öz-yeterlilik

ABSTRACT

Does Family Support Affect Children's Healthy Eating Self-Efficacy?

Aim: This study was conducted to determine the effect of family support on healthy eating self-efficacy behaviors of children.

Material and Methods: The study was conducted with 202 students in the 4th grade studying in the center of a province in the east of Turkey between May 2021 and 2022. Data was collected through face-to-face interviews using the "Personal Information Form", "Family Support Scale for Healthy Eating", and "Self-Efficacy Scale for Healthy Eating". The data was analyzed using numbers, percentages, mean, standard deviation, t-test, Kruskal Wallis, and correlation with computer-aided programs.

Results: The mean age of the students participating in the study was 10.05±.51. There was a statistically significant difference found between the average scores of the students' self-efficacy for healthy eating and their mothers' age, fathers' age, and their mothers' employment status, as well as the father's education level and the average score of family support scale for healthy eating (p<0.05). A negative and statistically significant relationship was found between the Healthy Eating Self-Efficacy score average and the Family Support for Healthy Eating score average (p<0.001).

Conclusion: According to the study's findings, the healthy eating self-efficacy of school-age children is low, and the support of families for healthy eating behaviors is high. In this direction, the education and counseling roles of pediatric nurses working with children and their families are needed to increase children's healthy eating self-efficacy and family support for healthy eating behavior.

Keywords: Child, feeding behavior, nurses, self-efficacy

¹Dr. Öğr. Üyesi, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Erzincan, Türkiye, E-mail: necla_24celik@hotmail.com, Tel: +90 (446) 226 58 61 ORCID: 0000-0001-9957-0959

²Doç. Dr., Munzur Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Tunceli, Türkiye, e-mail: nbas@munzur.edu.tr, Tel: +90531 4235115, ORCID: 0000-0002-6546-192X

Geliş Tarihi: 19 Eylül 2022, Kabul Tarihi: 8 Haziran 2023

Atıf/Citation: Kasimoğlu N, Gürarслан Baş N. Aile Desteği Çocukların Sağlıklı Yeme Öz Yeterliliğini Etkiler mi? Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi 2023;10(3):299-304. DOI: 10.31125/hunhemsire.1177062

GİRİŞ

Birey, aile ve toplumun bedensel, zihinsel ve psikososyal yönden sağlıklı ve mutlu bir yaşama sahip olması için gerekli olan temel öğelerden biri beslenmedir¹. Beslenme, bedeninin ihtiyaç duyduğu besin öğelerinin vücuda alınıp, büyüme, gelişme, sağlıklı ve üretken bir yaşam sürme için kullanıma durumu olarak tanımlanabilir^{1,2}. Çocukların büyüme ve gelişme sürecinde olmaları ve fiziksel aktivitelerinin yetişkinlerden daha fazla olması, çocuklarda yeterli ve dengeli beslenmeye daha fazla dikkat edilmesini gerektirmektedir³.

Çocukların yeme alışkanlıkları çocuğun yaşı, cinsiyeti, vücut ağırlığı, iştahı, egzersiz durumu, yiyeceğin lezzeti, çocuğun ve ailenin beslenme ve sağlık bilgisi, ebeveynlerin beslenme konusundaki tutumu, yiyeceği temin etme durumu, gelir düzeyi, sosyal medya ve eğitim gördüğü okul gibi birçok faktörden etkilenebilmektedir^{3,4}. Özellikle ebeveynlerin sağlıklı ve dengeli beslenme konusundaki davranışları, çocukların sağlıklı yeme davranışı kazanmasında önemli yere sahiptir. Çocuklar birçok davranışı ebeveynlerini rol model olarak kazanırlar. Dolayısıyla çocukların sağlıklı beslenme alışkanlığı kazanmasında ailenin destekleyici bir çevre oluşturması önemlidir^{3,5,6}. Çocuklarda beslenme öz-yeterlik düzeyi, çocuğun beslenme alışkanlıkları ve beden kitle indeksi değerlerinin bir belirleyicisidir. Bu bağlamda çocukların sağlıklı beslenme davranışı kazanmalarını sağlamak ve sağlıklı besin tüketimini arttırmak için öz-yeterlik düzeylerini belirlemeye gereksinim duyulmaktadır⁵. Öz-yeterlik, kişinin belirli bir hedefe ulaşmak için bir davranışı gerçekleştirebileceğine dair sahip olduğu inancıdır⁷. Sağlıklı yeme öz-yeterliliği ise, kişinin sağlıklı yiyecekleri seçme ve tercih etmesine yönelik inancı veya algılanan yeterlik düzeyi olarak ifade edilmektedir^{8,9}. Çocukluk döneminde kazanılan öz-yeterlik düzeyi sağlıklı beslenme davranışı üzerinde etkili olacaktır.

Okul çağı dönemi, bireysel ve toplumsal alışkanlıkların yanında beslenme alışkanlıklarının da kazanıldığı, aile kontrolünden uzaklaşarak besin tercihlerinin yapılmaya başladığı, beslenme alışkanlıklarının değiştiği bir dönem olması nedeniyle önemlidir^{2,3,7}. Özellikle bu dönem çocukların yeterli ve dengeli beslenmesi; büyüme ve gelişmenin sağlanması, bağışıklık sisteminin fonksiyonlarının gelişmesi, akademik başarısının artmasına katkı sunmanın yanında anemi, büyüme geriliği, obezite, diş sorunları ve birçok hastalığın önlenmesi açısından gereklidir^{2,10}. Ancak bu dönemde ailenin çocuk üzerindeki kontrolünün azalması ve çocuğun yeni bir sosyal çevre ile buluşması beslenme davranışlarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir^{2,3,6,11,12}. Bu nedenle okul dönemi çocukların sağlıklı beslenme seçimleri ve yeme davranışlarının belirlenmesine, sağlıklı beslenme davranışlarını geliştirecek ve sürdürecektir girişimlere gereksinim vardır². Ancak literatürde bu konu ile ilgili sınırlı çalışmaya ulaşılabilmektedir. Dolayısıyla çocukların sağlıklı yeme davranışlarını geliştirmeye katkı sunacak çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırma aile desteğinin çocukların sağlıklı yeme-öz-yeterlilik davranışları üzerine etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Araştırma Soruları

1. Çocukların yeme öz-yeterlik düzeyi nedir?
2. Ailenin sağlıklı yeme alışkanlığı ile ilgili destek düzeyi nedir?
3. Sağlıklı Yeme Öz-Yeterlik Ölçeği (SYÖYÖ-Ç) ve Sağlıklı Yeme ile İlgili Aile Desteği Ölçeği (SYADÖ) puan ortalamaları ile ilişkili faktörler nelerdir?
4. Ailenin sağlıklı yeme desteği ile çocukların sağlıklı beslenme öz-yeterlik düzeyi arasındaki ilişki nedir?

GEREKÇ ve YÖNTEM

Araştırmanın Türü

Araştırma tanımlayıcı türden bir çalışmadır.

Araştırma Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Mayıs 2021-Mayıs 2022 tarihleri arasında bir il merkezinde, Milli Eğitim Bakanlığı'na (MEB) bağlı, tabakalama yöntemiyle belirlenen, düşük, orta ve yüksek sosyo-ekonomik düzeye sahip 3 bölgeden, rastgele örneklem yöntemi ile belirlenen 6 ilkokulun 4. sınıfında öğrenim görmekte olan 620 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise araştırmaya katılmaya gönüllü olan ve ebeveyni tarafından onay verilen 202 öğrenci oluşturmaktadır. Örneklem sayısı belirlenen evrenin %32.5'ini temsil etmektedir.

Veri Toplama Araçları

Araştırma verileri araştırmacılar tarafından literatür doğrultusunda oluşturulan 'Kişisel Bilgi Formu', 'Sağlıklı Yeme ile İlgili Aile Desteği Ölçeği' ve 'Sağlıklı Yeme Öz-Yeterlik Ölçeği' kullanılarak toplandı.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından literatür doğrultusunda^{1,3,4,7} hazırlanan bu form, ebeveynlerin (eğitim durumu, çalışma durumu, kardeş sayısı) ve ailenin bazı özelliklerini kapsayan 13 soru içermektedir.

Sağlıklı Yeme Öz-Yeterlik Ölçeği (SYÖYÖ-Ç): Story ve ark. (2003) tarafından 8-10 yaş grubu çocukların sağlıklı yeme öz-yeterliliğinin değerlendirilmesi amacıyla "Self-Efficacy for Healthy Eating" adıyla geliştirilmiştir¹³. Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Kabasakal ve arkadaşları (2020) tarafından yapılan ölçek 9 maddeden ve tek boyuttan oluşan üçlü likert tipindedir. Ölçeğin değerlendirilmesinde "Hiç zor değil" seçeneği için 0 puan, "Biraz zor" seçeneği için 1 puan ve "Çok zor" seçeneği için 2 puan olarak işaretlenmekte ve toplanmaktadır. Ölçekten 0 ile 18 arasında puan alınabilmektedir. Ters kodlanan ölçek maddesi bulunmamaktadır. Ölçek puanının artması, sağlıklı yeme için öz-yeterliliğin daha da arttığını göstermektedir. Ölçek iç tutarlılığı, erkek çocuklar için: $\alpha=0.67$ ve kız çocuklar için: $\alpha=0.67$ dir⁸. Yapılan bu çalışmada (SYÖYÖ-Ç) Cronbach' alfa katsayısı 0.72 olarak hesaplanmıştır.

Sağlıklı Yeme ile İlgili Aile Desteği Ölçeği (SYADÖ): Story ve ark. (2003) tarafından 8-10 yaş grubu çocuklarda sağlıklı yeme ile ilgili aile desteğinin değerlendirilmesinde kullanılmak amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek tek boyuttan oluşan 5 maddeli üçlü likert tipi bir ölçektir¹³. Ölçeğin

Türkçe'ye uyarlaması Kabasakal ve ark. (2020) tarafından yapılmıştır. Ölçek ailelerin çocuklarının meyve ve sebze yemesini destekleme düzeyini, gazlı içecekleri daha az içmesi ve su içmesini destekleme düzeyi ve yağsız süt içilmesine yönelik önerilerini değerlendirmeyi içermektedir. Her soruya verilen yanıtlar; "nerdeyse hiç": 1 puan, "bazen": 2 puan ve "hemen her zaman": 3 puan olarak değerlendirilmektedir. Ölçekten en düşük 5 en yüksek 15 puan alınabilmektedir. Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınan puanın yüksek olması sağlıklı yeme için olumlu aile desteğinin olduğunu göstermektedir. Ölçek iç tutarlılığı erkek çocuklar için; 0.74, kız çocuklar için ise; 0.80'dir⁵. Yapılan bu çalışmada SYADÖ Cronbach' alfa katsayısı 0.74 olarak hesaplanmıştır.

Veri Toplama Araçlarının Uygulanması

Etik kurul onayı ve kurumlardan gerekli yasal tüm izinler alındıktan sonra verilerin toplanacağı okullar ile görüşülerek verilerin toplanacağı saat için randevu talep edilmiştir. Okulların verdiği tarih ve saatte araştırmacı tarafından sınıf ortamında öğrencilere çalışmanın amacı ve anketi nasıl dolduracakları açıklanmıştır. Anketler ebeveyn onayı için öğrenci ile eve gönderilmiştir. Ebeveyni tarafından araştırmaya katılmasına onay verilen öğrenciler çalışmaya dahil edilmiştir. Veriler sınıf ortamında yüz yüze görüşme tekniği kullanılarak öğrencilerden toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen veriler bilgisayar ortamında Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 20 istatistiksel yazılım programına aktarılmıştır. Tanıtıcı özelliklerin analizinde sayı, yüzdelikler, ortalama, standart sapma, tanıtıcı özellikler ile SYÖYÖ-Ç ve SYADÖ puan karşılaştırmalarında bağımsız gruplarda t- testi ve non parametrik testlerden Kruskal-Wallis testleri, SYÖYÖ-Ç ve SYADÖ arasındaki ilişki analizinde ise korelasyon kullanılmıştır.

Araştırmanın Etik Boyutu

Araştırmaya başlamadan önce ilgili üniversitenin insan araştırmaları etik kurulundan (30/04/2021 tarih ve 05 sayılı) onay alındıktan sonra Milli Eğitim Bakanlığı ayse.meb.gov.tr adresi üzerinden ön başvuru gerçekleştirilmiştir. Ön başvuru onaylandıktan sonra İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden araştırmanın yapılabilmesi için (27.05.2021 tarihli ve E-45468433-605.01-25647556 sayılı) yazılı izin alınmıştır. Araştırma verilerinin toplanması sırasında aydınlatılmış onam ilkesi, özerkliğe saygı ilkesi ve gizlilik ve gizliliğinin korunma ilkesi yerine getirilmiştir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma 6 ilkokulda yapılmıştır. Bu nedenle araştırmada toplanan veriler ve ulaşılan sonuçlar çalışmanın toplandığı okullar ile sınırlıdır.

BULGULAR

Ortalama yaşı 10.05±.51 olan öğrencilerin %53.5'i kız cinsiyettedir. Annelerin yaş ortalaması 37.66±5.15 olup, %38.6'sı ilköğretim mezunu ve %24.3'ü gelir getiren bir işte çalışmaktadır. Babalar ortalama 41.69±5.15 yaşta olup, %36.6'sı üniversite mezunu ve %94.6'sı gelir getirici bir işte çalışmaktadır. Öğrencilerin %87.1'i çekirdek aileye ve

ortalama 2.06±1.21 kardeşe sahiptir. Yine ailelerinin %62.3'ü gelirini giderine denk olarak algılamaktadır. Öğrencilerin %5.4'ünde kronik bir hastalık mevcuttur (Tablo 1).

Tablo 1. Öğrencilerin Tanıtıcı Bazı Özelliklerinin Dağılımı (n=202)

Özellik	Sayı	Yüzde
Yaş	10.05±.51 (Min=9, Max=11)	
Cinsiyet		
Kız	108	53.5
Erkek	94	46.5
Anne yaş	37.66±5.15 (Min=27, Max= 50)	
Anne öğrenim düzeyi		
Okur yazar değil	12	5.9
İlk öğretim	78	38.6
Lise	63	31.2
Üniversite ve üzeri	49	24.3
Anne çalışma durumu		
Evet	49	24.3
Hayır	153	75.7
Baba yaş	41.69±5.15 (Min=30, Max=56)	
Baba öğrenim düzeyi		
Okur yazar değil	9	4.5
İlk öğretim	59	29.2
Lise	60	29.7
Üniversite ve üzeri	74	36.6
Baba çalışma durumu		
Evet	191	94.6
Hayır	11	5.4
Ailenin gelir durumu		
Geliri giderinden az	28	13.9
Geliri giderine denk	126	62.3
Geliri giderinden fazla	48	23.8
Aile tipi		
Çekirdek	176	87.1
Geniş	26	12.9
Kardeş sayısı	2.06±1.21 (Min=0, Max= 7)	
Çocuğun kronik hastalığa sahip olma durumu		
Evet	11	5.4
Hayır	191	94.6
Hastalığın türü (n=11)		
Diyabet	2	18.1
Astım	9	81.9

Öğrencilerin ortalama SYÖYÖ-Ç puan ortalaması 3.70±3.02 olarak hesaplanırken, ailelerin SYADÖ puan ortalaması 12.49±2.07 olarak hesaplanmıştır (Tablo 2).

Tablo 2. Öğrencilerin Toplam SYÖYÖ-Ç ve SYADÖ Puan Ortalamalarının Dağılımı

Ölçek	Ort.±SS	Min	Max
SYÖYÖ-Ç	3.70±3.02	0	15
SYADÖ	12.49±2.07	5	15

Ort.= Ortalama, SS= Standart Sapma

Anne yaşı 40 ve altı olan öğrencilerin SYÖYÖ-Ç puan ortalaması (4.05±3.15) anne yaşı 41 yaş ve üzeri anneye sahip olanlara göre (2.71±2.38); baba ya, şı 40 yaş ve altı olan öğrencilerin SYÖYÖ-Ç puan ortalaması (4.52±3.38) 41 yaş ve üzeri yaşta babaya sahip olanlara göre (2.93±2.42); annesi çalışmayan öğrencilerin SYÖYÖ-Ç puan ortalamaları da (4.06±3.15) çalışan annelere sahip öğrencilere göre (2.57±2.27) yüksektir. Öğrencilerin anne yaşı, baba yaşı ve annelerinin çalışma durumu ile SYÖYÖ-Ç puan ortalamaları

arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır (Tablo 3), ($p < 0.05$).

SYADÖ puan ortalaması okur-yazar olmayan babalarda 11.44 ± 2.78 puan, ilköğretim mezunu olanlarda 12.22 ± 2.05 puan, lise mezunu babalarda 13.11 ± 1.61 puan ve üniversite ve üzeri öğrenime sahip olanlarda 12.33 ± 2.07 puan olarak hesaplanmıştır. Babanın öğrenim düzeyi ile SYADÖ puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p < 0.05$).

Tablo 3. Ebeveynlere Ait Bazı Özelliklere Göre SYÖYÖ-Ç ve SYADÖ Puan Ortalamalarının Dağılımı

Özellik	SYÖYÖ-Ç Puanı (Ort. \pm SS)	Test	p değeri
Anne yaş 40 yaş ve altı 41 yaş ve üzeri	4.05 \pm 3.15 2.71 \pm 2.38	t=2.806	0.029
Anne çalışma durumu Evet Hayır	2.57 \pm 2.27 4.06 \pm 3.15	t=-3.067	0.043
Baba yaş 40 yaş altı 41 yaş üzeri	4.52 \pm 3.38 2.93 \pm 2.42	t=3.849	0.001
Özellik	SYADÖ Puanı (Ort. \pm SS)	Test	p değeri
Baba öğrenim düzeyi Okur yazar değil İlk öğretim Lise Üniversite ve üzeri	11.44 \pm 2.78 12.22 \pm 2.05 13.11 \pm 1.61 12.33 \pm 2.07	KW=8.132	0.43

t=Bağımsız gruplarda t testi, KW= Kruskal Wallis

Sağlıklı yeme öz-yeterlilik düzeyi ile sağlıklı yeme alışkanlığını destekleme puan ortalamaları arasında negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur (Tablo 4), ($p < 0.001$).

Tablo 4. SYÖYÖ-Ç ve SYADÖ Puan Ortalamaları Arasındaki İlişkinin Dağılımı

Ölçek	SYÖYÖ-Ç	SYADÖ
SYÖYÖ-Ç	1	-.246**
SYADÖ	-.246**	1

**= $p < 0.001$

TARTIŞMA

Temel yaşam gereksinimi olan beslenme birey, aile ve toplumun fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden iyilik halinin sağlanması ve devamlılığı için gereklidir. Özellikle okul çağında büyüme ve gelişmenin sürdürülmesi ve okul başarısı için yeterli ve dengeli beslenme büyük önem taşımaktadır. Okul çağı, çocuğun beslenme alışkanlıklarının kazanıldığı, bununla beraber sağlıklı besin seçimlerinin de yaygın görüldüğü bir dönemdir^{2,14}. Dolayısıyla bu dönemde sağlıklı beslenme alışkanlığının sürdürülmesinde çocuğun desteklenmesinde aileye önemli sorumluluklar düşmektedir.

Aile desteğinin çocukların sağlıklı yeme öz-yeterlilik davranışları üzerine etkisini belirlemek amacıyla yapılan bu çalışmada öğrencilerin sağlıklı yeme öz-yeterlilik düzeyi düşük bulunmuştur. Okul dönemindeki çocuklarda beslenme öz yeterliliğini değerlendiren diğer çalışmalar incelendiğinde Başçı (2020)¹⁵ ve Söğüt (2016)¹⁶, Karakuş

(2020)¹⁷ ve Karacabey (2019)¹⁸ çocukların yeme öz-yeterlilik puanlarının orta düzeyde olduğunu bildirirken, Konca (2019)¹⁹ beslenme öz-yeterlilik düzeyini yüksek olarak bildirmiştir. Literatürde ise çocukluk çağında fast-food kültürünün çocuklar arasında yükselen bir trend olduğu, obezite, hipertansiyon, dislipidemi, kalp hastalığı ve diyabetin oluşumuna zemin hazırladığı bildirilmektedir²⁰. Bu çalışma sosyoekonomik düzeyi farklı üç ayrı bölgede öğrenim gören öğrenci grubuyla yürütülmüştür. Öğrencilerin sağlıklı yeme öz-yeterlilik düzeyi diğer çalışma sonuçlarına göre düşük bulunmuştur. Bu farklılığın, diğer çalışmaların sosyoekonomik düzeyi aynı olan öğrenci gruplarında yapılmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Aile sistemi, çocuğun yaşamı boyunca devam edecek davranışların oluşmasında ve geliştirilmesinde etkin rol oynayan bir kavramdır. Çocuğun beslenme alışkanlıkları erken yaşta şekillenir ve ileriki yaşamda korunur. Ebeveynlerin beslenme davranışları, çocukların yiyecek tercihlerinin gelişiminde önemli bir etkiye sahiptir. Çocuklar kendilerini ebeveynlerinin yeme davranışlarına, yaşam tarzlarına, yemeyle ilgili tutumlarına ve beden imajıyla ilgili memnuniyet veya memnuniyetsizliklerine göre model alırlar²¹. Yapılan bu çalışmada sağlıklı yemeye ilişkin aile desteğinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Kabasakal ve arkadaşlarının (2020) yapmış olduğu çalışmada öğrencilerin sağlıklı yemeye ilişkin aile desteğinin yüksek olduğu belirlenmiştir⁸. Araştırmada anne ve baba yaşının öğrencilerin sağlıklı yeme öz-yeterliliklerini etkilediği ve annesi ve babasının yaşı 40 ve altı olan öğrencilerin sağlıklı yeme öz-yeterliliklerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Sağır'ın (2021) yapmış olduğu çalışmada bulgularımızın aksine yaş faktörünün yetişkinlerin yeme tutumlarını etkilemediği saptanmıştır²². Yapılan bu çalışmalarda sağlıklı yemeye ilişkin aile desteğinin yüksek olması, çocuklarda yeme öz-yeterlilik düzeyinin düşük olduğunu göstermektedir. Yapılan bu çalışmada 40 yaş altı ebeveynlerin çocuklarının yeme öz-yeterlilik düzeyinin yüksek olması genç ebeveynlerin beslenme konusunda bilinçli davrandıklarını düşündürmektedir.

Araştırmada annesi çalışan öğrencilerin sağlıklı yeme öz-yeterliliklerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Karakuş'un (2020) 4. sınıf öğrencileri ile yapmış olduğu bir çalışmada da annesi çalışan öğrencilerin beslenme öz-yeterlilik algılarının, annesi çalışmayan öğrencilerden yüksek olduğu belirlenmiştir¹⁷. Annenin iş yaşamına katılması ekonomik ve sosyal açıdan kendini geliştirmesi ve güvende hissetmesine katkıda bulunmaktadır. Sosyal anlamda kendini geliştiren annelerin çocuklarının eğitim ve öğrenmeleri konusundaki farkındalıkları ve destekleri de artmaktadır²³.

Babaların küçük çocukların beslenmesi üzerinde büyük etkisi vardır²¹. Bu araştırmada babaların öğrenim düzeyinin sağlıklı yemeye ilişkin aile desteğini etkilediği belirlenmiştir. Sağır'ın (2021) yapmış olduğu çalışmada eğitim düzeyinin yetişkin bireylerin yeme tutumlarını etkilediği belirlenmiştir²². Yapılan başka bir çalışmada ise ebeveyn eğitim düzeyi ve çocuklukta yetersiz beslenme arasında ilişki bulunmuştur²⁴. Eğitim düzeyi bireylerin besin seçimlerini etkileyen önemli bir faktördür. Ebeveynlerin eğitim

düzeyinin artması sağlıklı yaşam biçimi davranışlarından biri olan beslenme konusunda farkındalıklarının artmasına ve paralelinde çocuklarının da sağlıklı beslenmeye yönelik teşvik ve desteğin armasına olanak sağladığı düşünülmektedir.

Literatürde çocukların sağlıklı beslenme davranışlarını kazanmasında aile desteğinin önemli bir faktör olduğu belirtilmektedir^{25,26}. Bu araştırmada çocukların sağlıklı yeme öz-yeterlilik puanı düştükçe sağlıklı beslenmeye yönelik aile desteğinin de arttığı belirlenmiştir. Sağlıklı yeme öz yeterliliği düşük olan çocuklara sağlıklı beslenme alışkanlığı kazandırmak için aile desteğinin yüksek çıktığı düşünülmektedir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Araştırmada elde edilen bulgulara göre, okul dönemi çocuklarının yeme öz yeterliliği düşüktür ve aileler sağlıklı yeme davranışlarıyla ilgili destekleri yüksektir. Ebeveynlerin yaşı, annenin çalışma durumu ve babanın yaşı sağlıklı yeme öz-yeterlilik düzeyleri ile ilişkilidir. Çocukların sağlıklı beslenme öz yeterliliği düştükçe beslenmeye yönelik aile desteği artmaktadır. Bu doğrultuda, çocukların sağlıklı yeme öz yeterliliği ve ailenin sağlıklı yeme davranışıyla ilgili desteğini yükseltmek için çocuk ve ailesiyle çalışan pediatri hemşirelerinin eğitim ve danışmanlık rollerine gereksinim duyulmaktadır. Literatür incelendiğinde bu konu ile ilgili yeterli çalışma olmamasından bu konuyla ilgili daha fazla çalışma yapılması önerilmektedir.

Etik Kurul Onayı (Kurul adı, tarih ve sayı no): Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu'ndan onay alınmıştır (Tarih: 30/04/2021, Sayı: 05).

Çıkar Çatışması: Yoktur.

Finansal Destek: Bildirilmemiştir.

Katılımcı Onamı: Katılımcıların ebeveynlerinden bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Yazar katkıları:

Araştırma dizaynı: NK., NGB.

Veri toplama: NK.

Literatür araştırması: NGB., NK.

Veri Analizi: NGB.

Makale yazımı: NK., NGB.

Teşekkür: Bu araştırmaya katılmayı kabul eden tüm öğrencilere teşekkür ederiz.

Ethics Committee Approval: Approval was obtained from the Human Research Ethics Committee of Erzincan Binali Yıldırım University (Date: 30/04/2021, Number: 05).

Conflict of Interest: None.

Funding: Not declared.

Exhibitor Consent: Informed consent was obtained from the parents of the participants.

Author contributions

Research design: NK., NGB.

Data collection: NK.

Literature search: NGB., NK.

Data Analysis: NGB.

Article writing: NK., NGB.

Acknowledgement: We thank all students who agreed to participate in this study.

KAYNAKLAR

1. Yılmaz HB, Bolışık B. Çocuklarda Beslenme. Conk Z, Başbakkal Z, Yılmaz HB, Bolışık B, editörler. Pediatri Hemşireliği. 2. baskı. Ankara: Akademisyen Kitapevi; 2018: s. 233-235.
2. Akder RN, Meseri R, Çakıroğlu FP. Okul Çağı Çocukluk Döneminde Beslenme Eğitimi. Ankara Sağlık Bilim Derg. 2018;(2):1-10.
3. Arslan N. Oyun Çocuğu ve Okul Çağı Beslenmesi. Selimoğlu A, editör. Sağlıkta ve Hastalıkta Çocuk Beslenmesi. Ankara: Ankara Nobel Tıp Kitapevleri; 2018: s.71-80.
4. Bebetos E, Zorzou A, Bebetos G, Kosta G, Karamousalidis G. Children's Self-Efficacy and Attitudes towards Healthy Eating. An Application of the Theory of Planned Behavior. Int J Sport Phys Educ. 2015;1(1):1-8.
5. Kabasakal E, Arslan UE, Üner S, Ünlü Konşuk H, Bilir N, Yardım MS, ve ark. Çocukların Sağlıklı Beslenmesinin Değerlendirilmesine Yönelik Bir Türkçe Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması: Sağlıklı Yeme İle İlgili Aile Desteği Ölçeği. Sağlık ve Toplum. 2020;20(3):88-95.
6. Ayhan NY, Asil E. Okul Çağı ve Adölesan Dönemde Beslenme. Karaağaoğlu N, Şanlıer N, editörler. Anne-Çocuk Beslenmesi. 2. baskı. Ankara: Hedef CS Yayıncılık ve Mühendislik; 2020: s. 156-7.
7. Gangloff B, Mazilescu CA. Normative characteristics of perceived self-efficacy. Soc Sci. 2017;6(4):139.
8. Kabasakal E, Arslan UE, Üner S, Ünlü Konşuk H, Bilir N, Yardım MS, ve ark. Çocuklar için Sağlıklı Yeme Öz-Yeterlilik Ölçeğinin Türkçe Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Türkiye Çocuk Hast Dergis. 2021;15:72-7.
9. Simmonds G, Tinati T, Barker M, Bishop FL. Measuring young women's self-efficacy for healthy eating: Initial development and validation of a new questionnaire. J Health Psychol. 2016;21(11):2503-13.
10. Yardımcı H, Örmeci FÖ, Özçelik AÖ, Sürücüoğlu MS, Özdoğan Y. Nutrition Education in Preschool Children. J Int Educ Sci. 2015;2(5):449-57.
11. Akdemir N, Akkuş Y. Bağışıklık Sistemi Hastalıkları ve Hemşirelik Bakımı. Akdemir N, Birol L, editörler. İç Hastalıkları ve Hemşirelik Bakımı. 5. baskı. Ankara: Akademisyen Kitapevi; 2020:s. 1019-1026.
12. Baş K, Yaman A, Sanyürek KN, Baş GN. Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Süt Tüketme Alışkanlıkları ve Annelerinin Çocuklarına Süt Tüketirme Gerekçeleri. Munzur Üniversitesi Sos Bilim Derg. 2018;6(6):118-29.
13. Story M, Sherwood NE, Himes JH, Davis M, Jacobs DR Jr, Cartwright Y, et al. An after-school obesity prevention program for African-American girls: The Minnesota GEMS pilot study. Ethn Dis. 2003;13(1 Suppl. 1):S54-64.
14. Ersoy G, Rakıcıoğlu N, Karabudak E, Özel HG, Köksal E, Özer E ve ark. Yaşam Sürecinde Beslenmenin Önemi ve Enerji Dengesi. Türkiye Beslenme Rehberi TÜBER 2015. T.C. Sağlık Bakanlığı; 2019: s. 109-112.
15. Başçı AB. Sağlık Davranışı Etkileşim Modeline Dayalı Sağlıklı Beslenme Programının İlköğretim Öğrencilerinin Beslenme Tutum ve Davranışlarına Etkisi [Doktora tezi]. Ankara: Hacettepe Üniversitesi; 2020.

16. Söğüt SC, Erdoğan S. Psychosocial and Behavioral Predictors for Prevention of Obesity Among Adolescents: a Transtheoretical Model Perspective. *Int J Heal Serv Res Policy*. 2016;3(1):22-32.
17. Karakuş E. İlkokul 4. Sınıf Öğrencilerinin Beslenme Özellikleri İle Okuduđunu Anlama Başarısı Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi [Yüksek lisans tezi]. Ankara: Ankara Üniversitesi; 2020.
18. Karacabey K, Angin M. Farklı Okullarda Eğitim Gören 10 - 15 Yaş Arasındaki Çocuklarda Beslenme Öz Yeterlik Düzeyleri ve Etkileyen Faktörler. *Hemşirelik Bilim Derg*. 2019;2(2):14-7.
19. Konca E, Ermiş E, Ermiş A, Erilli NA. 7-14 Yaş Öğrencilerin Fiziksel Aktivite Durumları ve Beslenme Alışkanlıklarının Araştırılması. *J Turkish Stud*. 2019;14(1):105-17.
20. Das JC. Fast Food Consumption in Children: A Review. *Med Clin Rev*. 2015;01(01):1-4.
21. Scaglioni S, De Cosmi V, Ciappolino V, Parazzini F, Brambilla P, Agostoni C. Factors Influencing Children's Eating Behaviours. *Nutrients*. 2018;10(6):1-17.
22. Sağır L. Yeme Tutumu, Ayrılık Anksiyetesi ve Yetişkin Ayrılık Anksiyetesi Arasındaki İlişki [Yüksek lisans tezi]. İstanbul: Demirođlu Bilim Üniversitesi; 2021.
23. Sing LK. Impact of Working Mothers on Children's Development. *Int J Res Advent Technol*. 2018;3(3):18-22.
24. Hossain MB, Khan MHR. Role of parental education in reduction of prevalence of childhood undernutrition in Bangladesh. *Public Health Nutr*. 2018;21(10):1845-54.
25. Faught E, Vander Ploeg K, Chu YL, Storey K, Veugelers PJ. The influence of parental encouragement and caring about healthy eating on children's diet quality and body weights. *Public Health Nutr*. 2016;19(5):822-9.
26. Berge JM, Wall M, Larson N, Forsyth A, Bauer KW, Neumark-Sztainer D. Youth Dietary Intake and Weight Status: Healthful Neighborhood Food Environments Enhance the Protective Role of Supportive Family Home Environments. *Heal Place*. Published online 2014;26:69-77.