

Konferans Bildirisi

“İdeal”in Sınırında Bir Mücadele: Beden Olumlama Hareketi Üzerine Bir Alımlama Analizi*

Beste Nigâr Erdem (Dr. Öğr. Üyesi)
Ondokuz Mayıs Üniversitesi İletişim Fakültesi
beste.n.erdem@gmail.com
Orcid: 0000-0003-3162-592X



A. Ceren Başal Yıldız
Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
cerenbasaly@gmail.com
Orcid: 0000-0003-4417-3387



Başvuru Tarihi: 24.11.2018
Yayına Kabul Tarihi: 18.02.2019
Yayınlanma Tarihi: 22.07.2019
DOI: 10.17680/erciyesiletisim.487213

Erdem, B. N. ve Yıldız, A. C. B. (2019). “İdeal”in Sınırında Bir Mücadele: Beden Olumlama Hareketi Üzerine Bir Alımlama Analizi. *Erciyes İletişim Dergisi*, 6 (2), 1483-1506.
DOI: 10.17680/erciyesiletisim.487213

Öz

Beden maddi bir varoluş olması anlamında bireysel olduğu kadar kamusalıdır. Dolayısıyla toplumsal pratiklerden, kültürel kodlardan, tarihsel dönüşümlerden, söylemlerden bağımsız değildir. Bu nedenle bedenin iktidar ilişkileri tarafından tarihsel olarak nasıl denetlendiğini, gözetlendiğini ve terbiye edildiğini irdelemek önemlidir. Hıristiyanlığın pastoral iktidarı ile Modernitenin rasyonel iktidarının ardından beden günümüzde sağlık, estetik, moda, medya gibi çeşitli endüstrilerin müdahale ve tahakküm alanı haline gelmiştir. Küresel kapitalizm ve post-modern tüketim kültürü ile oluşturulan bu yeni iktidar mekanizması, bedeni ideal olması için zorlamakta ve idealin dışında kalan her bedeni sarmalamaktadır. Ancak bu durum ideale karşı mücadele pratiklerini de gündeme getirmektedir. Özellikle yeni medyanın etkileşimli ve kullanıcı odaklı yapısı bireylerin içerik üretebilmelerine ve bu içerikleri kamusal alana yayabilmelerine olanak sağlamaktadır. Bu çalışmada, öncelikle beden-iktidar ilişkisi ve tüketim kültürünün ideal beden tasarımı kuramsal düzlemde tartışılmıştır. Ardından dünyada ve Türkiye’de özellikle kadın aktivistlerce ideal beden tasarımına karşı bir mücadele olarak yeni medyada yayılan Beden Olumlama Hareketi incelenmiştir. Son olarak, iktidar ilişkileri ile bireylerin anlamlandırma pratikleri arasındaki etkileşimi sorgulamak amacıyla bir alımlama analizi yapılmıştır. Bu kapsamda Ondokuz Mayıs ile Gazi üniversitelerinin İletişim Bilimleri ve Kadın Çalışmaları alanlarında yüksek lisans yapan öğrencilerine İdeal Bedene Ulaşmak başlıklı Youtube videosu izletilerek Beden Olumlama Hareketi’nin nasıl alımlandığı incelenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Beden, İktidar, Tüketim Kültürü, Beden Olumlama Hareketi, Alımlama Analizi.

* Bu çalışma 3-4 Mayıs 2018 tarihinde Kuşadası/Aydın’da düzenlenen Cultural Informatics, Communication & Media Studies’te (CICMS-2018) “Beden Olumlama Hareketi Üzerine Bir Alımlama Analizi: Tüketim Kültürünün İdeal Bedenine Karşı Mücadele mi Yeniden Üretim Pratiği mi?” başlığıyla sunulan bildirinin genişletilmiş halidir.

A Struggle on The Border of the “Ideal”: A Reception Analysis on Body Positive Movement

Beste Nigâr Erdem (Asst. Prof. Dr.)
Ondokuz Mayıs University Faculty of Communication
beste.n.erdem@gmail.com
Orcid: 0000-0003-3162-592X



A. Ceren Başal Yıldız
Gazi University Institute of Social Sciences
cerenbasaly@gmail.com
Orcid: 0000-0003-4417-3387



Date Received: 24.11.2018
Date Accepted: 18.02.2019
Date Published: 22.07.2019
DOI: 10.17680/erciyesiletisim.487213

Abstract

Body, taken as the meaning of a material being, is not only personal but public. Therefore, it is not independent of social practices, cultural codes, historical transformations, discourses. Thus, questioning how the body is controlled, watched and disciplined by the power relations is important. Following the pastoral power of Christianity and rational power of Modernism, today body has become the area of intervention and domination of several industries such as health, aesthetics, fashion and media. The current power mechanism produced by global capitalism and post-modern consumption culture enforces the body to become ideal and this ideal body design wraps all the non-ideal bodies. However, this situation revives the struggle practices against the ideal. Especially the interactive and user-focused structure of the new media enables individuals to produce contents and convey them to the public area. In the current study, primarily the body-power relations and ideal body design of the consumption culture were discussed on a theoretical context. Then, the Body Positive Movement, which has been propagated through the new media particularly by the woman activists in Turkey and in the World as a struggle against the ideal body design, was examined. Finally, a reception analysis questioning the interaction between power relations and signification practices of the individuals was performed. Reception of Body Positive Movement by postgraduate (MSc) students in the areas of Communication Sciences and Women Studies at Ondokuz Mayıs and Gazi Universities was examined, after having the students watched a video entitled Achieving an Ideal Body.

Keywords: Body, Power, Consumption Culture, Body Positive Movement, Reception Analysis.

Giriş

Beden biyolojik ve fizyolojik özellikleri açısından maddi bir varlığa işaret etmektedir kuşkusuz. Ancak bedeni sadece bu bağlamda ele almak, onun toplumsal, kültürel, siyasal, ekonomik ilişkiler tarafından tarihsel olarak nasıl biçimlendirildiğini ve denetlendiğini göz ardı etmek anlamına gelmektedir. Connell’ın (1998, 126) belirttiği gibi, “beden, asla tarihin dışında değildir ve tarih de asla bedensel varlık ile beden üzerindeki etkilerden bağımsız olamaz.” Dolayısıyla beden ile tarihsel, toplumsal, kültürel dönüşümler arasında dikkate değer bir ilişkiler ağı bulunmaktadır. Böylesi bir bakış açısı ise beden-iktidar ilişkisine odaklanmayı gerektirmektedir. Zira iktidar biçimleri değişse bile beden her zaman iktidarın müdahale ve tahakküm alanı olarak konumlanmıştır. Bu, bedenin üre(t)me gücü olmasıyla da yakından ilişkilidir.

Beden günümüzde küresel kapitalizm ve post-modern tüketim kültürü ile oluşturulan iktidar ilişkileri tarafından denetlenmeye, gözetlenmeye, terbiye edilmeye devam etmektedir. Normlar, bilgiler, teknikler, taktikler ve kurumlarla toplumun kılcal damarlarına yayılan bu yeni iktidar mekanizması, bedeni *ideal* olması için zorlamaktadır. Sağlık, estetik, kozmetik, moda, medya, reklam gibi endüstrilerce *idealin* sınırı belirlenmekte, bu sınırın dışında kalan bütün öteki bedenler ya görünmez kılınmakta ya da değersizleştirilmektedir. Bireyler ideale ulaşmak için bedenlerine her türlü yatırımı yapmakla ve bedenlerini başkalarının arzu dolu bakışları altında sergilemekle yükümlüdür. Böylece bedenler hem bireylerin özdenetimi hem de başkalarının gözetimi altında kuşatılmaktadır. Dolayısıyla günümüzün iktidar biçiminde, bir üre(t)me gücü olarak beden, tüketilerek ve tüketerek denetim altına alınmaktadır.

Öte yandan iktidar ilişkileri mücadeleyi ve direnişi de barındırmaktadır. Küresel kapitalizm ve post-modern tüketim kültürünün ideal beden tasarımına karşı ortaya konan mücadele pratikleri, yeni medyanın sağladığı olanaklar sayesinde karşımıza çıkmaktadır. Dünyada ve Türkiye’de özellikle kadın aktivistlerce yeni medya dolayısıyla yayılan *Beden Olumlama Hareketi* buna örnektir. İdealin belirlendiği sınırın dışındaki bütün öteki bedenleri kapsamayı hedefleyen bu hareketin ideale karşı nasıl bir mücadele alanı yarattığı dikkate değerdir.

Kuramsal temeli beden-iktidar ilişkisine dayandırılan bu çalışmada öncelikle Foucault’un çözümlenmelerine değinilmiştir. Ardından tüketim kültürünün ideal beden tasarımı ve bu tasarıma karşı bir mücadele pratiği olarak yeni medyada yayılan Beden Olumlama Hareketi tartışılmıştır. Son olarak, direnişi de içeren iktidar ilişkileri ile bireylerin anlamlandırma pratikleri arasında nasıl bir etkileşimin, kesişmenin veya çatışmanın olduğunu sorgulamak amacıyla bir alımlama analizi yapılmıştır. Bu kapsamda Ondokuz Mayıs ile Gazi üniversitelerinin İletişim Bilimleri ve Kadın Çalışmaları alanlarında yüksek lisans yapan toplam 18 öğrenciye İdeal Bedene Ulaşmak başlıklı Youtube videosu izletilmiştir. Video metninde üretilen anlam ile izleyicilerin ürettiği anlamlar beden-iktidar ilişkisi ve toplumsal cinsiyet bağlamında tartışmaya açılmıştır.

Bir Müdahale ve Tahakküm Alanı Olarak Beden

Beden-iktidar ilişkisinin en dikkat çeken çözümlenmelerinden biri kuşkusuz Foucault tarafından yapılmıştır. Bu noktada öncelikle Foucault’un *iktidar* kavramını nasıl ele aldığına değinmek gerekmektedir. Foucault (2016, 3) iktidarın ne olduğundan ziyade nasıl işlediğini, hangi yöntemleri kullandığını, böylece özneyi nasıl kurduğunu

ve dönüştürdüğünü tarihsel bağlamda sorgular. Foucault’a (2013, 64) göre, iktidar sahiplenilen bir ayrıcalık değil; manevralar, teknikler, taktiklerle işleyen bir strateji olarak sürekli faaliyet halinde ve gerilim içinde olan bir ilişkiler ağıdır. Bu iktidar mekanizması kendini bir zorunluluk olarak dayatmaz. Daha ziyade iktidar, ona sahip olmayanları sarmalamakta, onlar tarafından ve onlar üzerinden aktarılmaktadır. Dolayısıyla Butler’ın (2012, 277) vurguladığı gibi, “bir özne iktidara ne sahiptir ne de sahip değildir.” Söz konusu olan, iktidar tarafından kuşatılan öznenin aynı zamanda ona karşı mücadeleye girişmesidir. Ancak bu mücadele özneye içkin bir özellik olmaktan ziyade iktidar mekanizmasının özelliğidir. Foucault (2016, 170) bunu “iktidar olan her yerde direniş de vardır” şeklinde ifade etmektedir. Diğer deyişle iktidarın sürekliliğini devam ettirmesi direnişe yol açmaktadır. Ancak bu, iktidarın sonlanabileceği veya iktidarın olmadığı bir oluşumun mümkün olabileceği anlamına gelmemektedir.

İktidarın güçlenmesine neden olmuş olan şey, aynı anda, saldırıya uğramasının da nedeni olur. (...) Aslında, iktidarın kararsızlık gösterdiği izlenimi yanıltır, çünkü iktidar geri çekilebilir, yer değiştirebilir, başka yeri kuşatabilir...ama savaş sürer. (Foucault, 2015, 39-40).

Öte yandan iktidar doğrunun üretildiği söylemsel bağlam olmadan bireyleri sarmalayamaz. Bireyler de söylem olmadan iktidar uygulayamaz. İktidarın söylem alanına dâhil edilerek sorunsallaştırılan nesne, ancak o söylem içinde anlamlıdır, söylem dışında gerçekliliği yoktur (Sancar, 2008, 147-148). Sorunsallaştırma herhangi bir şeyi doğru ve yanlış oyununa sokarak, onu bir düşünce nesnesi olarak üreten söylemsel ve söylemsel olmayan pratikler bütünüdür (Foucault, 2014b, 86). Örneğin cinselliğin sorunsallaştırılması ona ilişkin söylemsel ve söylemsel olmayan pratiklerin işleyişini düzenleyen kurallar sisteminin oluşturulmasına bağlıdır. Bunun sonucunda cinselliğe dair doğrular üretilerek toplumsal düzleme yayılır ve bireylere dayatılır (Akgündüz, 2013, 3). Böylece cinsellik “söylemler, bilgiler, çözümlenmeler, buyruklardan oluşan koca bir düzen” tarafından kuşatılır (Foucault, 2017, 26).

Foucault böylesi bir iktidar çözümlemesinden yola çıkarak, iktidar ilişkilerinin özneyi kurma ve dönüştürme politikalarını tarihsel düzlemde ve Batı toplumları bağlamında incelemiştir. Foucault’un incelemelerinde beden ayrı bir öneme sahiptir. Zira bedenin tahribatına, tahakküm altına alınmasına, disipline edilmesine dayanan bu politikalar, bir yandan özneleri bedenlere dönüştürmekte, diğer yandan bedenler arasında stratejik olarak işleyen ve toplumun kılcal damarlarına yayılan bir ağ oluşturmaktadır. Buradan hareketle Foucault (2013, 63-64), iktidar ilişkilerinin bedeni kuşatarak, damgalayarak, terbiye ederek, işkenceden geçirerek, törenlere zorlayarak, ona doğrudan müdahale ettiğini belirtmektedir. Bedenin iktidar ilişkileri tarafından kuşatılmasının en önemli sebebi ise onun üretim gücü olmasıdır. Ancak bedenin üretim gücü olması, onun bir tabiiyet ilişkisi içine alınması sayesinde gerçekleşmektedir. Dolayısıyla beden ancak hem üretici bir beden hem de tabi kılınmış bir beden olduğunda kullanışlı bir güce dönüşmektedir. Şiddet ve ideoloji araçlarıyla elde edilen bedenin tabi kılınma durumu, bedenin siyasal teknolojisinin bir parçasıdır. Bu teknoloji tek taraflı bir dayatmadan ziyade dağınık ve çok biçimli iktidar uygulamalarından oluşmaktadır. Diğer deyişle siyasal alanın içine dâhil edilerek kuşatılan bedenler arasında stratejik olarak işleyen iktidarın mikrofiziği söz konusudur.

Bireyleri sürekli olarak siyasal alanın içinde tutmayı, onları kuşatmayı ve böylece onları yönetmeyi amaçlayan iktidar biçimi Foucault’a göre Hıristiyanlıkla birlikte yaygınlaşmıştır (Arpacı, 2013, 132). Foucault (2016) Antik Yunan’dan başlayarak izini sürdüğü Batı toplumlarında, *bireylerin yönetilmesi* fikrinin köklerinin Hıristiyanlık öncesi ve sonrası Doğu toplumlarında aranmasını gerektiğini belirtmekte ve İbraniler’deki *çoban-sürü* ilişkine dayalı anlatının Hıristiyan Batı’da pastoral tipteki bir iktidar örgütlenmesinin dayanağını oluşturduğunu ifade etmektedir. Bir dinin kilise biçiminde kurumsallaşmasıyla birlikte başlayan pastoral iktidar, bireyleri gündelik yaşamlarında yönetmeyi ve bunun tüm insanlık ölçeğinde işlerlik kazanmasını hedeflemiştir. Hem bireyselleştirici hem de bütünleştirici bir iktidar biçimi olması bağlamında modern devletin de kökenini oluşturan *pastoral iktidarın* özelliklerini Foucault şöyle sıralamaktadır:

1. Bu iktidar, nihai amacı bireyin öbür dünyadaki selametini emniyet altına alan bir iktidar biçimidir.
2. Bu iktidar, salt emir veren konumundaki bir iktidar biçimi değildir; bunun yanında, sürünün yaşamı ve selameti uğruna kendini feda etmeye hazır olmak zorundadır. Dolayısıyla, tahtı kurtarmak uğruna tebaasından kendilerini feda etmelerini isteyen krallık iktidarından farklıdır.
3. Sadece bütün topluluğu değil; ayrıca özel olarak toplumdaki her bireyi, ömrünün sonuna kadar gözetilen bir iktidar biçimidir.
4. Nihayet, bu iktidar biçimi insanların kafalarının içinde ne olduğunu bilmeden, onların ruhlarına nüfuz etmeden, onları içlerindeki en derin sırları açığa vurmaya yöneltmeden uygulanamaz. Bu da, vicdan bilgisini ve buna yön verme becerisini gerektirir (2014a, 65).

Hıristiyanlığın ahlâk öğretisinin, pastoral iktidar tekniklerinin ve hakikat üretiminin kesiştiği tek mekân bedendir. Hıristiyanlıkta beden, İsa’nın bedeni ile özdeşleştirilerek bir yandan çektiği acı ve çile nedeniyle manevi değer kazanmış ve yüceltilmiş, diğer yandan da zevk, şehvet, günahın alanı olarak lanetlenmiştir (Arpacı, 2013, 136-137). Hakikatin itirafı, vicdan muhasebesi, günah çıkartma, tövbe geleneği gibi gündelik yaşama yönelik söylemsel ve söylemsel olmayan pratikler aracılığıyla işleyen bu iktidar mekanizması öznelere bedenlere dönüştürerek, onları tüm yaşamları boyunca denetim ve gözetim altına almıştır.

Bedeni kullanarak bireyleri tek tek kontrol eden bu iktidar biçimi Aydınlanma ile *rasyonel iktidara* dönüşmüş, ancak beden yine özgürlüğüne erişememiştir. Zira kilisenin otoritesi ve baskısı altında nesneleştirilen beden bu sefer de aklın boyunduruğu altına girmiştir. Böylece beden tüm anatomik ve işlevsel özellikleriyle çeşitli teknikler, pratikler, kurumlar tarafından sorunsallaştırılan bir nesne olmuştur. Saygılı’nın (2005, 334) belirttiği gibi, “pastoral iktidar bedeni kullanarak bireyleri kontrol etmiş, rasyonel iktidar da bu kontrol mekanizmasını çoğaltarak beden üzerinden siyaset yapmaya çalışmıştır.”

Foucault’un *biyo-iktidar* olarak tanımladığı bu iktidar mekanizması 17. yüzyıldan itibaren toplumsal yaşama iki açıdan müdahale etmiştir. Bunlardan bir tanesi, bedeni bir makine olarak ele alan ve okul, kışla, atölye gibi disiplin aygıtlarıyla kurumsallaşan iktidardır. Amaçlanan; insan bedeninin terbiye edilmesi, yeteneklerinin geliştirilmesi, daha verimli bir hale getirilerek ekonomik denetim sistemleriyle bütünleştirilmesidir. Foucault bunu *bedenin anotomo-politikası* olarak adlandırmaktadır. Bir diğer müdahale biçimi ise doğum-ölüm oranları, kamu sağlığı, göç ve konut sorunları gibi düzenlemeleri içeren *nüfusun biyo-politikasıdır*. Bütün

bu müdahale biçimleriyle biyo-iktidar, kapitalizmin de vazgeçilmez bir unsuru olmuştur. Zira kapitalizmin güvence altına alınması, bedenlerin denetimli bir şekilde üretim aygıtına sokulması ve nüfus olaylarının ekonomik süreçlere göre ayarlanmasıyla mümkün hale gelmiştir. İnsan birikiminin sermaye birikimine uygun kılınması, canlı bedene yatırım yapılarak onun üretim gücü olarak işletilmesi biyo-iktidarın çeşitli teknik ve usulleri sayesinde gerçekleşmiştir (Foucault, 2017, 99-101). Öte yandan cinsellik, haz ve arzu biyo-iktidarın söylem alanına girerek yeniden anlamlandırılmış, ancak bu anlamlandırmalar daha farklı teknik ve düzenlemelerle yapılmıştır. Foucault (2017, 29-31), özellikle 19. yüzyıldan itibaren cinselliğin belirgin şekilde söylemsel bir varoluşa zorlandığını vurgulamaktadır. Söylemlerin çoğalmasıyla beden ve cinsellik üzerindeki iktidar da artmıştır. Fakat bu, kilise gibi bir yapıdan ziyade tıp, biyoloji, psikiyatri, okul gibi farklı kurumlar içinde işleyen bir dizi düzenlemenin ürettiği söylemlerdir.

Foucault’un çizdiği yol haritası her ne kadar Batı toplumları bağlamında olsa da, beden tarihsel düzlemde bir müdahale ve tahakküm alanı olarak nasıl denetlendiğini, gözetlendiğini, terbiye edildiğini göstermesi açısından kuşkusuz dikkate değerdir. İktidarın beden ile yaşadığı serüven günümüzde de sürmektedir. Kapitalizmin çağımızdaki biçimi olan küreselleşme ve post-modern tüketim kültürü ile oluşturulan yeni iktidar mekanizmasında başka bir söylemsel varoluşa tanıklık etmekteyiz: *İdeal beden*.

Tüketim Kültürünün “İdeal Beden” Tasarımı

Foucault (2014a, 73), iktidar ilişkisini “başkalarının eylemleri üzerinde eylemde bulunan bir eylem kipi” olarak tanımlamaktadır. Küresel kapitalizmin iktidar ilişkileri bireylerin üre(t)me eylemini, tüketme eylemi üzerinden anlamlandırmakta ve özneyi kurmaktadır. Bu yeni iktidar biçiminde kurulan özne, tüketen öznedir. Diğer deyişle normlar, bilgiler, teknikler, söylemler ile oluşturulan yeni düzenekte özne olmanın koşulu tüketmektir. Birey, varlığını tüketerek sürdürmektedir. Yine Foucault’a (2014a, 75) atıfta bulunarak, iktidarın ancak özgür özneler üzerinde ve onlar özgür olduğu sürece uygulanabileceği, bu bağlamda iktidarın her zaman özgürlüğü belirleme eğiliminde olduğu fikrinden hareketle, post-modern tüketim kültürünün bireylere bedenleriyle görünür ve arzu edilir oldukları ölçüde var olabilecekleri bir özgürlük alanı sunduğunu söylemek mümkündür. Köse’in (2011, 78) belirttiği gibi, beden günümüzde simgesel bir sermaye, ekonomik yatırım unsuru, toplumsal itibar aracı, bir tür tapınç nesnesi olarak özgürlük yanılması altında teşhir edilerek tüketilmektedir. Tüketim kültüründe birey için bedeni, başkalarının arzu dolu bakışları altında görünür olmak, onlar tarafından kabul ve değer görmek için en değerli sermayedir.

Baudrillard (1997, 155-158), beden ve tüketim ilişkisine ayrı bir önem vermiş ve beden tüketlen şeyler arasında diğer nesnelere daha güzel, daha kıymetli, daha eşsiz ve pek çok yananlamla sarmalanan tek nesne olduğunu belirtmiştir. Baudrillard’a göre, beden günümüzde sağlık, diyet, gençlik, zariflik, arzu söylemiyle kuşatılarak bir kurtuluş nesnesine dönüştürülmüştür. Bu, beden yeniden keşfi anlamına gelmektedir. Öyle ki yüzyıllardır insanların bir bedene sahip olmadıklarına yönelik ikna uygulamalarının yerine artık sistemli olarak insanlara bir bedenleri olduğu görüşü dayatılmaktadır. Dolayısıyla önceleri ruh bedeni, günümüzde ise beden ruhu sarmalamaktadır. Öte yandan Baudrillard, kapitalist toplumda beden özgürleşme söylemiyle desteklenen narsistik kuşatma altında olduğunu;

rekabetçi ve ekonomik tarzda bir yatırıma dönüştürüldüğünü; haz aracı ve itibar sergileyicisi olarak nesneleştirildiğini ve toplumsal statü göstergelerinden biri olarak güdümlendiğini vurgulamaktadır.

Bu noktada bedenin tüketim kültüründe sağlık, estetik, kozmetik, moda gibi endüstrilerin müdahale alanı haline geldiği söylenebilir. Tıp teknolojisindeki gelişmeler bedeni sadece kamu sağlığı, yaşam süresi, doğum-ölüm konularıyla ilgili nüfus düzenlemesinin nesnesi olarak incelemek yerine; estetik ameliyatlar, yaşlılığın getirdiği deformasyona karşı yapılan ameliyatlar, transseksüel ameliyatlar, diyet ve egzersize yönelik uygulamalar gibi bir dizi teknik ve usullerle yeniden yaratmaktadır. Dolayısıyla yaşamı merkeze alan ve canlı bedene yatırım yapan biyo-iktidar teknolojilerinden farklı olarak günümüzde *ideal beden* söylemine dayalı yeni bir iktidar teknolojisi söz konusudur.

Tüketim kültürü içinde tasarlanan ideal beden, kozmetiğin, incelikli giyim-kuşam modasının, baştan çıkarıcı aksesuarların ve estetik cerrahi operasyonların sürekli olarak kesip biçerek yeniden yarattığı bir proje, her şeyden önemlisi de, kendisine yatırım yapılan bir alandır.(...) Bedeni görünür kılma pahasına öznelliği ve bireyselliği yok eden güzellik ürünlerinden, estetik cerrahi operasyonlarına kadar tüketim toplumunun sunduğu tüm olanaklar, bedenin sahip olduğu göstergelerin doğal ve özgün anlamlarını yıkararak, söz konusu uygulamalar aracılığıyla yeni protez ve yapay varlıklar yaratır. (...) Bedenin daha belirgin kılınmak suretiyle ortadan kaldırılması, bedene yapılmış ölümcül bir müdahaledir. (...) Beden, artık, tüm doğallığını yitirmiş bir hipergerçeklik formudur; o, artık bize ait bir şey de değildir, tüketim endüstrileri için kârlı bir tasarı, çok boyutlu, post-modern bir yeni zaman icadıdır (Köse, 2011, 80-82).

Smith ve Riley (2016, 394-395), kökleri Rönesans’a dayanan ve ciddi sakatlıkları düzeltmek adına tasarlanan plastik cerrahinin günümüzdeki kültürel kayma sonucunda modern estetik cerrahiye dönüştüğünü belirtmektedir. Özellikle kadın bedeninin cinsel cazibesi üzerine yoğunlaşan estetik cerrahi bir rahatsızlık veya hayati risk olmaksızın bedene riskli ameliyat tekniklerini uygulamaya yöneliktir. Yine Smith ve Riley’e (2016, 395-396) göre, egzersiz yapma ve ona eşlik eden diyet yapma kültürü de bedene yönelik değişim pratikleridir. Ancak bu pratikler sağlıkla ilgili olduğu kadar, belki de daha çok, ahlaki ve estetik kaygılarla ilgilidir. Örneğin obezite riskli davranışlara yönelme eğilimine sahip kişilerle eşleştirilmesi bağlamında ahlaki bir soruna dönüşmüştür. Öte yandan tüketim kültüründe idealize edilen bedenlere sahip olabilmek için yapılan egzersizler, iktidarın bedenleri cinsiyetlendirerek sarmalamasını sağlamaktadır. Böylece kadınlar kilo yakmaya yönelik kalp egzersizlerine yönlendirilirken, erkekler ağırlık kaldırarak güçlü ve kaslı bedenlere dönüştürülmektedir. Smith ve Riley’in dövme ve hızma üzerine yazdıkları da dikkat çekicidir. Yazarlara göre, dövme ve hızma, moda endüstrisinin sürekli değişimi talep eden özelliğiyle uyumsuzdur, zira kıyafete göre daha kalıcıdır. Diğer yandan dövme ve hızma yaptırırken çekilen bedensel acı, kot giymek ile eşdeğer değildir. Cinsel bölgedeki hızma ve dövmeler ise eşcinselliğin simgesi olabilmektedir. Bunların kimi zaman kıyafet ile örtülmeyen bölgelere yapılması sonucunda, dövme ve hızma yaptırma seksüel normalleştirmeye karşı saldırı olarak bir tür *kendini damgalama* pratiğine dönüşmektedir (2016, 393-394). Dolayısıyla pastoral iktidarın ve modern devletin bedeni damgalayarak denetim ve gözetim altına almasına karşılık, günümüzde beden bireylerin iktidara karşı direniş gösterdikleri bir alan da olabilmektedir. Foucault’un (2015, 39) ifadesiyle bedenin içine nüfuz eden ve orada mesafe alan iktidar yine bedenin içinde saldırıya uğramaktadır.

Tarih boyunca iktidarın müdahale ve tahakküm alanı olarak terbiye edilen, disiplin altına alınan, cezalandırılan beden artık ideale ulaşmayı amaçlayan bireylerin özdenetimindedir. Dolayısıyla günümüzün iktidar ilişkilerinde bedenin denetlenmesi, bireylerin hem kendilerine hem de başkalarına yönelik bakışları altında gerçekleşmektedir. Bu bağlamda bedene yapılan her yatırım onun denetlenmesinin koşulunu oluşturmaktadır. Baudrillard’ın (1997, 157) belirttiği gibi, bireyler bedenlerine hassas davranmakla yükümlüdür, aksi takdirde göstermiş oldukları sorumsuzluk ve ihmal nedeniyle cezalandırılmaktadır. Ancak yazara göre bu sefer cezalandıran Tanrı değil, deforme olan bedendir. Buradan hareketle, ideal bedene sahip olmayı hedefleyen bireylerin hem kendi bedenlerine hem de başkalarının bedenlerine uyguladıkları denetim ve gözetimin günümüzün iktidar ağını oluşturduğunu söylemek mümkündür.

Tüketim kültürünün ideal beden kurgusu ilkin kadınları hedef almıştır. Zira güzellik ve estetik kadınla eşleştirilmiştir. Dolayısıyla kadın bedeni, eril iktidar ilişkilerini yeniden üreten tüketim kültürü tarafından arzu ve haz nesnesi olarak teşhir edilmiş, gözetlenmiş, tahakküm altına alınmıştır. Işık’ın (2008) ifade ettiği gibi, geleneksel “Tanrı vergisi güzellik” söyleminin günümüzde “çirkin kadın yoktur, bakımsız kadın vardır” söylemine dönüştürülmesi post-modern tüketim dönemindeki beden politikalarının söylemsel pratiklerinden biridir (Aktaran: Köse, 2011, 83). Tüketim kültürünün kadın bedeni üzerindeki denetimi kuşkusuz yoğunluğundan bir şey kaybetmeden sürmektedir. Başka bir ifadeyle bedeni cinsiyetlendiren tüketim kültürü, kadın bedenini erkek bedeninin *ötekisi* olarak üretmeye devam etmektedir. Öte yandan zamanla tüketim alanında bir boşluk veya sarmalanmayan bir beden bırakmamak adına tüketim kültürü erkek bedenler için de ideal beden yaratmıştır. Genç, kentli, beyaz, heteroseksüel, kaslı, herhangi bir engeli olmayan, sağlıklı gibi erkeklik tanımları *hegemonik erkekliğin* beden tasarımında karşımıza çıkmaktadır. Toplumsal cinsiyet ilişkilerini yeniden üreten tüketim kültüründe genellikle heteroseksüel, beyaz, engeli olmayan, sağlıklı, güzel/yakışıklı, zayıf/kaslı bedenler iktidar mekanizmalarının söylemsel ve söylemsel olmayan pratikleriyle normalleştirilirken; bunlar dışındaki tüm *öteki* bedenler idealin, normalin, doğrunun karşıtı olarak sorunsallaştırılmaktadır.

İdeal Bedene Bir Karşı Çıkış: Beden Olumlama Hareketi

Küresel kapitalizmin iktidar ilişkileri tarafından kuşatılan ve bir müdahale alanı olarak farklı teknikler, taktikler, usullerle yeniden denetim altına alınan beden, aynı zamanda yeni direniş biçimlerinin verildiği bir alan olmaya devam etmektedir. Bu noktada Foucault’un iktidar ile çatışma stratejileri arasındaki ilişkiye dair görüşleri dikkate değerdir:

İktidar ilişkisinin özünde, iktidar ilişkilerinin varlığının sürekli bir koşulu olarak bir boyun eğmeme ve özgürlük inadı varsa, bu durumda direnme, kaçma yolunun ya da kurtulma ihtimalinin bulunmadığı bir iktidar ilişkisinden de söz edilemez. Dolayısıyla iktidar ilişkileri, en azından potansiyel olarak, bir mücadele stratejisini içerir; ama bunu yaparken örtüşmez, spesifiklerini kaybetmez ve sonuçta birbirlerine karışmazlar. Her bir taraf diğeri için kalıcı sınır, muhtemel bir tersine dönüş noktası oluşturur. (...) Başka bir ifadeyle, her çatışma stratejisi bir iktidar ilişkisine dönüşmenin rüyasını görür ve her iktidar ilişkisi de, kendi gelişme çizgisine uyduğu kadar doğrudan bir direnişle karşılaştığında da bir kazanma stratejisi olmaya eğilim gösterir (2014a, 80- 81).

Son yıllarda adı daha sık duyulmaya başlayan *Beden Olumlama Hareketi (Body Positive Movement)*, tüketim kültürünün ideal bedenine karşı öteki konumdaki her bedenin

temsili ve kabulü adına ortaya çıkmış bir harekettir. Bu bağlamda Beden Olumlama Hareketi'nin, tüketim kültürünün beden politikalarına karşı bir mücadele stratejisi geliştirmeyi hedeflediği söylenebilir. Hareketin internet sitesinden (<https://www.thebodypositive.org/> 10.07.2018) derlenen bilgilere göre, ilk olarak 1996 yılında Connie Sobczak ve Elizabeth Scott adındaki kadın aktivistler tarafından geliştirilen *body positive (beden olumlama)* kavramı, o yıllarda AIDS organizasyonlarında HIV virüsü taşıyan bedenleri desteklemek amacıyla ortaya çıkmıştır. Ancak kavram daha sonraki yıllarda bireylerin bedenleriyle barışık bir ilişki kurmalarını sağlamak anlamını içermiştir. Sobczak, insanların bedenlerinden daha önemli şeylere değer verdikleri bir dünya yaratmak için bu hareketi başlattıklarını belirtirken, Scott ise insanların bedenlerine olan nefretlerini bırakmalarını sağlamak ve onların yaşam gayelerini değerli kılmak için çabaladıklarını ifade etmektedir. Dolayısıyla Beden Olumlama Hareketi bedenleri mükemmelleştirmek için harcanan enerjinin dünyayı daha güzel bir yer haline getirmek için harcanması gerektiği fikrine dayanmaktadır.

Beden Olumlama Hareketi'nin mücadele stratejisini oluşturan pratikler şunlardır: Yeme bozukluğu, depresyon, madde bağımlılığı, bedene zarar verme (intihar, fiziksel olarak bedeni yaralama gibi) ve beden imajı gibi problemlerle mücadele edenlere yönelik teorik, pratik ve online eğitim programları; kişisel ve grup aktiviteleri; yaratıcı sanat çalışmaları; rehber gözetiminde meditasyonlar; lise ve üniversitelerde beden farkındalığına yönelik kampüs temsilciği üzerinden yapılan çalışmalar. Bu çalışmalar arasında *The Be Body Positive Model* (<https://www.thebodypositive.org/model>, 10.07.2018) olarak adlandırdıkları atölye çalışması önemlidir. Öz sevgiyi ve öz bakımı merkeze alan bir model üzerinden bireylerin bedenlerine ve hayata yönelik bakış açılarının değiştirilmesi amaçlanmaktadır.

Hareket kapsamında, idealin karşıtı olarak olumsuzlanan öteki bedenlerin özellikle medya tarafından üretildiği vurgulanmaktadır. Buna göre geleneksel medyada genç, beyaz, zayıf, *dişi* kadınlar ya da *erkeksi* erkeklerin bedenleri gösterilmektedir. Medya tarafından görünür kılınan bu bedenler ideal olarak tanımlanmakta, bu bedenlere sahip olmayanlar ise değersizleştirilmektedir. Bu bağlamda Beden Olumlama Hareketi'nin görünür kılınmayan bedenlerin temsili için çalıştığını belirtmek mümkündür. Bu amaçla düzenledikleri *This Is Beauty* (<http://www.thisisbeauty.org/>, 10.07.2018) kampanyasında, kullanıcılardan gelen video, fotoğraf, hikâye gibi içerikler internet sitesinde paylaşmakta ve evrensel güzellik algısına karşın güzellik yalnızca dergi kapaklarındaki bedenlerle ilgili olmadığı savunulmaktadır.

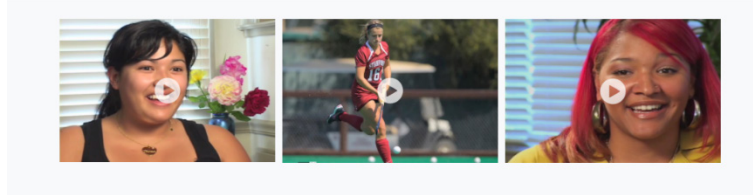
Diğer yandan hareket öteki olarak olumsuzlaştırılan her bedeni içerse de kadınların beden olumlama konusunda daha güçlü ve daha emin adımlar atması gerektiği, böylelikle eril kültürün değişebileceği fikrine yoğunlaşmaktadır. Hareketin oluşumunda ve gelişiminde kadın aktivistlerin öncü rolü bu fikrin şekillenmesinde kuşkusuz pay sahibidir. Bu durum internet sitesine de yansımıştır. Yapılan atölye çalışmaları ve paylaşılan hikâyeler ağırlıklı olarak kadın bedenleri ve kadın hikâyeleri üzerinedir (Görsel 1).

STORIES FROM OUR COMMUNITY

Every one of us is living our own distinctive story—a body story, a heart story, a human story. Here at The Body Positive, we are fortunate to spend time with a widely diverse group of people; our work is informed by every precious soul who has honored us by sharing their unique experience. We have made a commitment to telling our own stories, and offering space for others to do the same without fear of judgment, comparison, or criticism. It is in this type of environment that each one of us can find what we need to become embodied: to tell our own truth and step fully into—and love—our unique selves.

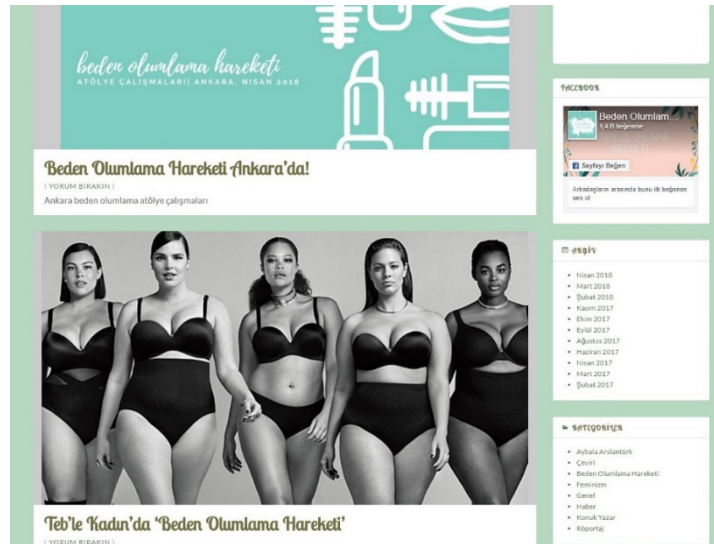


We hope you enjoy the videos and written stories provided below.



Görsel 1: *The Body Positive* İnternet Sitesindeki Hikâyeler Bölümü

Beden Olumlama Hareketi'nin Türkiye'de yansıma bulması ve yayılması özellikle yeni medya uygulamaları ile söz konusu olmuştur. 2017 yılında feminist aktivist Aybala Arslantürk tarafından yeni medya üzerinde oluşturulan platform ile başlayan süreç, blogger Berrak Tuna, gazeteci Sinem Dönmez ve bedenindeki vitiligo lekelerinin etrafını kaleme çizerek sosyal medyada paylaşmasıyla bilinen İrem Koçak tarafından desteklenerek devam etmektedir. Bu bağlamda hareketin öncülüğünü Türkiye'de de kadın aktivistlerin üstlendiği söylenebilir. Arslantürk'ün kurucusu olduğu internet sitesinden (www.bedenolumlamahareketi.com, 12.07.2018) derlenen bilgilere göre, Sobczak ve Scott'un geliştirdiği *The Be Body Positive Model* Arslantürk tarafından da hareketin Türkiye'de yaygınlaşması için kullanılmaktadır. Arslantürk ayrıca bedene karşı nötr olma adına atölye çalışmaları da gerçekleştirmektedir. Öte yandan internet sitesi incelendiğinde, paylaşılan yazılı ve görsel içeriklerin yine ağırlıklı olarak kadınlar hakkında olduğu gözlenmiştir (Görsel 2).



Görsel 2: *Beden Olumlama Hareketi* İnternet Sitesi

Beden Olumlama Hareketi'nin hem yurtdışındaki hem Türkiye'deki gelişimi dikkate alındığında, her ikisinin de yeni medyanın sağladığı olanaklarla şekillendiği söylenebilir. Yeni medyanın kullanıcı odaklı ve etkileşimli yapısı bireylerin içerik üretebilmelerine ve görüşlerini kamusal alana yayabilmelerine olanak sağlamaktadır. Bu durum, ideal beden söylemine karşı yeni medyanın direniş

pratikleri yaratabilme potansiyelini de gündeme getirmektedir. Tüketim kültürü tarafından öteki olarak olumsuzlanan her bedeni kapsamayı hedef edinen Beden Olumlama Hareketi’nin, ideal bedene dayalı söylemsel bağlamda, kendisine nasıl bir mücadele alanı yarattığı ve bunun alımlayıcılar tarafından nasıl anlamlandırıldığı dikkate değer bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır.

Amaç ve Yöntem

Bu araştırmada, tüketim kültürünün ideal bedenine karşı bir mücadele olarak ortaya çıkan ve yeni medyanın sağladığı olanaklarla yayılan Beden Olumlama Hareketi kapsamında üretilen anlamlar ile izleyicilerin ürettiği anlamlar arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla alımlama analizi yapılmıştır. İngiliz Kültürel Çalışmalar geleneğinin önemli bir parçası olan alımlama analizi, Hall’un *kodlama/kod açıklama* modelinden temellenmiştir. Bu araştırmalarda medya içeriği, alımlama eylemi ve bağlamı ile birlikte ele alınır. Diğer deyişle medya metinleri izleyicilerin alımlamaları yoluyla anlamlandırılır. İzleyiciler medya metinleri tarafından önerilen egemen mesajlara karşı direnme ve izledikleri olguları kendi tecrübeleri doğrultusunda anlamlandırma gücüne sahip kişiler olarak değerlendirilir. Dolayısıyla izleyiciler asla pasif alımlayıcılar değildir. Öte yandan bütün izleyiciler de eşit değildir. Bazıları diğerlerine göre daha deneyimli ve aktiftir (Yaylagül, 2017, 134-135).

Literatür taramasında, tüketim kültürü ve beden ilişkisine yönelik olarak birçok akademik çalışmanın yapıldığı gözlenmiştir. Bu çalışmalarda genellikle bedenlerin geleneksel veya yeni medyada nasıl temsil edildiğini ortaya koymak adına içerik ve/veya söylem analizi ya da göstergebilimsel analiz yapılmıştır. Öte yandan bireylerin beden algısını tespit etmeye yönelik anket tekniğine dayalı niceliksel araştırmalar da vardır. Bedenleri kuşatan iktidar ilişkilerinin içsel bir özellik olarak mücadeleyi de barındırması görüşünden hareket eden bu araştırmada, söylem alanında ve anlam üretiminde nasıl bir mücadele verildiğini irdelemek amacıyla alımlama analizi yapılmıştır. Ancak bu araştırmanın hedefinin alımlamadaki farklılıklara odaklanmak olmadığı vurgulanmalıdır. Başka bir ifadeyle alımlayıcıların, medya mesajlarını neden farklı okuduklarını sorgulamak araştırmanın kaygılandığı temel mesele değildir. Aynı zamanda, kapitalist iktidar ilişkilerinde medya metinlerinin egemen ideolojiyi yeniden üretmek adına kodlandığı, ama basitçe taşınmak yerine alımlayıcılar tarafından da dönüştürülerek yeniden üretildiği ve buradan hareketle kodlama-kodaçıklama sürecine yoğunlaşarak anlam üzerindeki mücadelenin deşifre edilmesi gerektiği de savunulmamaktadır. Bütün bunların yerine araştırmanın amacı, direnişi de içeren iktidar ilişkileri ile bireylerin anlamlandırma pratikleri arasında nasıl bir etkileşimin, kesişmenin veya çatışmanın olduğunu sorgulamaktır. Dolayısıyla araştırma hem benimsediği yöntem hem yeni bir konu olan Beden Olumlama Hareketi’ne odaklanması açısından önemlidir.

Araştırma kapsamında, Ondokuz Mayıs ile Gazi üniversitelerinin İletişim Bilimleri ve Kadın Çalışmaları alanlarında yüksek lisans yapan 9’u kadın, 9’u erkek olmak üzere toplam 18 öğrenciye *İdeal Bedene Ulaşmak* başlıklı Youtube videosu izletilmiş ve katılımcıların video metninde üretilen anlam ile nasıl bir müzakereye girdiği incelenmiştir. Araştırmanın kapsamına İletişim Bilimleri ve Kadın Çalışmaları alanlarında yüksek lisans yapan öğrencilerin alınmasının nedeni “beden”, “iktidar”, “toplumsal cinsiyet”, “tüketim kültürü” “medya” konularında lisansüstü eğitim alan kişilerin anlamlandırma pratiklerinin dikkate değer bulunmasıdır. Diğer bir deyişle araştırmada amaçlı örneklem esas alınmıştır. Kuşkusuz niteliksel

araştırmalarda örneklem temsilini belirlemek zordur. Ancak Sözen’in (1999) de belirttiği gibi, niteliksel araştırmalarda örneklem grubunun sayısal büyüklüğüne odaklanmak yerine, araştırılan konuya ilişkin belirleyici çözümler üzerinde durmak daha önemlidir. Dolayısıyla görüşmeler sınırlı sayıda da olsa elde edilen bulgular araştırma sonucunu yapılandırabilmektedir (Aktaran: Şeker ve Çavuş, 2011, 93). Araştırmada *İdeal Bedene Ulaşmak* başlıklı videonun seçilmesinin nedeni ise araştırmanın yapıldığı zaman Youtube’a Türkçe karakterlerle *Beden Olumlama Hareketi* yazıldığında izlenme oranı en yüksek video olmasıdır.

Video katılımcılara bir sınıf ortamında izletilmiştir. İzleme sürecine araştırmacılar da dâhil olmuş ve katılımcıların medya metni ile karşılaştıkları süre zarfında göstermiş olduğu tepkiler gözlemlenmiştir. Ardından katılımcılara yarı yapılandırılmış bir soru formu dağıtılmıştır. Soru formunda yer alan açık uçlu soruların oldukça genel olmasına ve sınırlandırma içermemesine özen gösterilmiştir. Videoyu izleme ve soruları yanıtlama aşamalarında katılımcılar araştırmayı yapanlar tarafından hiçbir şekilde yönlendirilmemiştir.

Bulguların değerlendirme aşamasında kadın katılımcılar K, erkek katılımcılar E olarak kodlanmıştır. Aslında bu durum cinsiyet ikiliğini yeniden ürettiği için eleştirilebilir. Ancak bedenleri cinsiyetlendirerek kuşatan iktidar ilişkilerinde, kadın ve erkeklerin bir mücadele pratiği olarak ortaya çıkan bu hareket kapsamında üretilen anlamları nasıl alımladıkları da dikkate değerdir.

Bulgular

Video metninin süresi 26 dakika 34 saniyedir. Videodaki içerik üreticilerinden biri estetik, alışveriş, moda gibi konularda Youtube kanalında paylaşımlar yapan ve araştırmanın yapıldığı zaman itibarıyla 135.707 abonesi bulunan Cansu Dengey; diğeri ise Beden Olumlama Hareketi aktivistlerinden blogger Berrak Tuna’dır. Video metni bu kişilerin kendilerini tanıtmaları ve nasıl tanıştıklarını anlatmaları ile başlamaktadır. Bu noktada dış görünüşlerine ve giydikleri beyaz kıyafetlere de vurgu yapan içerik üreticileri kendilerini *beyaz kardeşler* olarak tanımlamaktadır. Bu kişilerin *beyaz kardeşler* olarak bir araya gelip içerik üretmesinin kökeninin Twitter dolayısıyla tanışmalarına dayandığı dile getirilmektedir. Videonun çekim açısının bu kişilerin bedenlerinin üst bölgelerine sabitlendiği ve her iki içerik üreticisinin de makyaj yaptığı gözlenmektedir. Diğer yandan içerik üreticilerinin dijital kültüre özgü jargon ve beden kullanımları da videonun başlangıcından itibaren dikkat çekmektedir (Görsel 3).



Görsel 3: *İdeal Bedene Ulaşmak* Başlıklı Video

Video metni, ikinci dakikasından itibaren Beden Olumlama Hareketi üzerine Berrak Tuna tarafından paylaşılan bilgilerle sürmektedir. Berrak Tuna beden olumlamanın *şişmanlık kabul hareketi* ile başladığını belirtmektedir. Bu noktada vurgulanan temel hususlardan biri, hareketin *olumlama* adıyla çıkmış olsa bile şişmanlığa övgü hareketi olmadığıdır. Tuna, beden olumlama’yı “bireyin içinde yaşadığı bedenini savunması anlamına geliyor” diyerek açıklamaktadır. Hareketin sadece kilo ile ilgili olmadığı; sivilceli, kel, aşırı tüylenme gibi farklı bedensel özellikleri de içerdiği vurgulanmaktadır. Cansu Dengey bu noktada şunları söylemektedir: “O kadar çok şey var ki; saç az olan, saç çok olan, fazla tüylenme problemi olan, bölgesel fazlalığı olan.” Dengey’in kullandığı *bölgesel fazlalığı olan* ifadesi dikkat çekicidir. Dengey’in kalçasına yönelerek yaptığı hareket ile desteklenen bu ifade tam da tartışılan konu nezdinde ideal kadın bedenine göndermede bulunmaktadır.

İçerik üreticileri, farklı özellik taşıyan bedenlerin çeşitli endüstriler tarafından tek ve ideal bir beden tipine dönüştürülmeye zorlandığını vurgulamaktadır. Geleneksel medyanın ideal beden algısının oluşmasında belirgin rol oynadığı, ancak bu durumun yeni medya uygulamalarında da söz konusu olduğu belirtilmektedir. Verilen örnekler ise yine ideal kadın bedenine yöneliktir. Berrak Tuna şöyle demektedir: “İsim vermek istemiyorum insanları teşvik etmemek için. Ama farklı uygulamalarla kendini zayıflatanlar, belini 60 santimetre yapıp, kalçasını Kylie Jenner kalçası yapanlar var.” Buradan hareketle, Beden Olumlama Hareketi kapsamında ideal bedene karşı söylem alanında verilen mücadelenin, ilkin ideali tanımlayarak, dolayısıyla idealin belirlendiği sınırdan yapıldığı vurgulanabilir. Burada Foucault’un (2014a, 81) iktidar ilişkileri ve mücadele stratejilerine ilişkin olarak “her bir taraf diğeri için bir tür kalıcı sınır, muhtemel bir tersine dönüş noktası oluşturur” ifadesinden yola çıkarak, Beden Olumlama Hareketi’nin, idealin belirlendiği sınırdan ve ideali bir gün tersine çevirme olasılığıyla, kendisini onun karşısında konumlandığı söylenebilir. Bu, aynı zamanda anlam üretimindeki bir çatışmadır: Günümüz iktidar ilişkilerinin bedeni *ideal* olarak anlamlandırarak görünür ve böylece değerli kılması; buna karşılık idealin belirlendiği sınırın dışında kalan *öteki* bedenlerin sarmalanması stratejisine dayalı Beden Olumlama Hareketi’nin anlam üretimi.

İdeal bedene ilişkin tartışmalarla devam eden videoda, örneğin dergilerin yaptığı Photoshop uygulamalarının artık bireyler tarafından da yapıldığına ve bunun bireylerin ideale ulaşmak adına kendi bedenlerine yabancılaşması anlamı taşıdığına dikkat çekilmektedir. Ulaşılmaması hedeflenen bu bedenin gerçek olmadığı söylenmektedir. İçerik üreticileri, yeni medyada yapılan yorumların da bireyin bedeniyle ilişkisini denetim ve gözetim altında tuttuğunu vurgulamaktadır. Bu tartışmalar, tüketim kültürünün bedene yönelik ürettiği anlamın ve bireylere yüklediği özdenetim misyonunun sorgulanması bağlamında önemlidir. Ancak burada genel hatlarıyla değinilmesi gereken hususlardan biri de yeni medyaya özgü bağlamlardır. Yeni medya geleneksel medyadan farklı olarak hem yeni mücadele tekniklerini ve stratejilerini gündeme getirmiş hem de gözetimin sistematikleştiği yeni *panoptikon* ortamlar yaratmıştır. Tüketim kültüründe bireyin en değerli sermayesi olan bedenin görünür kılınmasında geleneksel medya kadar yeni medya da pay sahibidir. Beden yeni medyada bir yandan görünür olurken, diğer yandan gözetlenmektedir. Kullanıcılarının katılımcı bir rol üstlendiği yeni medyada, görünür olan bedenler hakkında başkaları tarafından yapılan yorumlar, günümüz denetim mekanizmasının unsurlarından sadece birini oluşturmaktadır. Öte yandan yeni

medya ve Photoshop uygulamaları bedeninin ideal şekilde görünür olması ve bu sayede başkalarının bakışları altında tüketilmesi adına onu yeniden yaratmaktadır. Beden böylece bir hipergerçeklik formuna dönüşerek doğallığını yitirmekte, teknolojik ve ideolojik bir tasarım olmaktadır. Yeni medyanın denetleyici gözü, izlediği bedenleri bir yandan yaratmakta, diğer yandan da yok etmektedir. Bu noktada Barthes’in bedeninin izlenmesi (fotoğraflanması) üzerine yazdıklarına da yer verilebilir:

Farkına varmadan gözleniyor olabilirdim; ancak duygularımın bilinci tarafından yönlendirilmeye kararlı olduğum için bu deneyim hakkında da konuşamayacaktım. Hâlbuki sıklıkla (bence biraz fazla sık) farkına vardığım halde fotoğraflandığım olmuştur. Böyle bir durumda, mercekle tarafından izlendiğimi hissettiğim anda her şey değişiyor: Kendimi “poz verme” işlemine veriyorum, bir anda kendim için bambaşka bir beden yaratıyor, bir görüntü öncesinde kendimi dönüştürüyorum. Bu aktif bir dönüşümdür: Fotoğrafın kendi keyfine göre bedenimi yarattığını ya da öldürdüğünü hissediyorum (2014, 23).

İçerik üreticilerinin kendi yaşam deneyimlerinden aktardığı paylaşımlarla devam eden video metninde Berrak Tuna, ideal bedene ulaşmak adına on yaşından beri fiziksel ve psikolojik olarak büyük acılar çektiğini anlatmakta ve kendisini şöyle tanımlamaktadır: “Ben doğduğumdan beri *ele gelen*, her zaman fazla kilosunu olan, ideal olana hiç benzemeyen biriydim.” Cansu Dengey de kendi hikâyesini anlatırken Tuna’ya benzer şekilde ideale ulaşmak için çok çabaladığını, hatta verdiği kilolarla ilgili bir videosunu olduğunu söylemektedir. Aslında Beden Olumlama Hareketi kapsamında üretilen anlamlar tam da bu noktada tartışmaya açılabilir. Mücadele stratejisini *öteki* bedenleri sarmalamak olarak çizen hareket kapsamında yapılan anlamlandırmalar büyük oranda kadına bedenine ilişkindir. Ancak bu durum başka bir çelişkiyi beraberinde getirmektedir. Öteki bedenlerin arasından sıyrılıp söylem alanına sokulan kadın bedeni yine ve yeniden nesneleştirilmektedir. Örneğin video metninde Beden Olumlama Hareketi’nin ötekileştirilen her bedeni kapsadığı ifade edilirken dahi konu esas olarak şişmanlık/zayıflık üzerinden kadın bedenine gönderme yapılarak tartışılmaktadır. Cansu Dengey’in insanların birbirleriyle karşılaştıklarında “ne kadar kilo almışsın/vermişsin” demelerini eleştirirken kurduğu “onun yerine ne kadar güzelsin de” cümlesi tam da videoda eleştirilen idealin bir parçası olmaktadır. Dolayısıyla öteki bedenlerin ya çok az girdiği ya da hiç girmediği (örneğin LGBTİ bireylerin bedenleri) söylem alanına, yapılan strateji -bir nevi sınır- ihlali nedeniyle iktidarın söylemi sızmaktadır. Ancak bu sızıntının tek taraflı olmadığını belirtmek gerekmektedir. Beden Olumlama Hareketi’nin ürettiği anlamlar da küresel kapitalizmin ve tüketim kültürünün iktidar ilişkileri tarafından kuşatılmaktadır. Örneğin reklam endüstrilerince son dönemde hızla gündeme getirilen standart güzellikten farklı bir güzelliği tanımlamaya yönelik çağrılar ve kampanyalar¹, idealin belirlendiği sınırın dışına sızarak *öteki* bedenlere yönelmektedir. Böylece ideal bedene karşı bir mücadele ortaya koymayı hedefleyen Beden Olumlama Hareketi, günümüz iktidar ağının farklı bir bağlamını oluşturarak, ona karşıt konumda olmak yerine ona eklenmektedir.

Bir yandan söylem alanına öteki bedenlerden ziyade kadın bedeninin girmesine, diğer yandan daha çok kişisel deneyimlerin paylaşılmasına dayalı video içeriği, başka bir tartışmayı da barındırmaktadır. İktidar ilişkileriyle girilen mücadelede kuşkusuz bilginin üretimi de söz konusu olacaktır. Zira beden günümüz iktidar ilişkilerinde kurumlar, endüstriler, buyruklar, bilgiler, pratiklerden oluşan koca bir düzenle kuşatılmaya devam etmektedir. Buna karşı bir mücadele olarak ortaya çıkan Beden

Olumlama Hareketi ise idealin belirlendiği, tanımlandığı, kurulduğu “doğrular ağını” yanlışlamaya yönelik bir strateji geliştirmeye çalışacaktır. Bu stratejide sadece kişisel deneyimlere dayalı bir söylem alanının kurulması yetersizdir. Video içeriğinde Beden Olumlama Hareketi kapsamında yapılan bilgi üretimine sadece üç dakika değinilmekte ve hareketle ilgili yabancı kaynaklar olmasına rağmen Türkçe literatürün yetersizliğinden bahsedilmektedir. Türkiye’de harekete ilişkin bilgi üretiminin daha ziyade yabancı kaynakların Türkçeye çevrilerek bloglar, Facebook, Twitter, Instagram, Youtube gibi sosyal medya platformlarında paylaşılması yapıldığı söylenmektedir. Ayrıca Berrak Tuna yaşadığı deneyimleri ve beden politikalarıyla ilgili görüşlerini kendi blogunda paylaştığını ifade etmektedir. Dolayısıyla hareket kapsamında bilginin üretimine dair mücadelenin Türkiye’de daha çok yeni medya dolayımıyla verildiği söylenebilir. Ancak henüz sistematik bir bilgi üretiminin olduğunu söylemek pek mümkün görünmemektedir.

İzleyicilerin Değerlendirmeleri

Katılımcılara beden olumlama kavramının kendilerine ilk olarak neyi çağrıştırdığı sorulmuştur. Kavram çoğu katılımcı tarafından insanların bedenlerini olduğu gibi kabul edip sevmesi, bedenleriyle barışık olması şeklinde tanımlanmıştır. Yorumlar incelendiğinde, katılımcıların anlama giriştiği müzakerenin yine idealin belirlendiği sınırdaki gerçekleştiği görülmektedir. Bu sınırdaki ise kadın bedeni vardır. Katılımcılar kavramı şişmanlık/zayıflık, güzellik/çirkinlik üzerinden tanımlamıştır. Dolayısıyla video metninde üretilen anlam ile izleyicilerin ürettiği anlam, idealin sınırında kesişmiştir. Sadece bir katılımcı olumlama kavramına odaklanarak muhalif okuma yapmıştır. Katılımcı beden olumlama kavramını, artı/eksi zıtlığına benzer şekilde olumsuzluğu da çağrıştırmaları ve bu nedenle aslında idealin belirlendiği kalıpları yeniden üretmesi bağlamında açıklamıştır. K8’in anlam üzerinde verdiği mücadele bu açıdan dikkat çekicidir.

E1: Beden olumlama insanın vücut endeksini, kilosunu, dış görünüşünü olduğu gibi kabullenip, kendisine özgüven duymasıyla ilgili.

E9: Beden olumlama kadın/erkek veya kilolu/zayıf fark etmeksizin kişinin kendi bedeninin sağlığı için uğraşması ve bedeni ile barışık olmasıdır.

K5: Beden olumlama kavramını sadece kilolu/zayıf olma, güzellik/çirkinlik olarak değil, kişinin bütün bu kalıplardan sıyrılmış şekilde bilinçli yaşaması olarak niteliyorum.

K7: Beden olumlama özellikle kişinin fazla kilosuyla barışmaya çalışmasını çağrıştırmıyor.

K8: Beden olumlama kavramı, bireyin kendi bedenini biricik olarak, artı veya eksileriyle kabullenmesini çağrıştırmıyor. Ama bedensel özellikleri artı veya eksi olarak görmek bedeni bir kalıba sokmaya çalışmaktır. Kime veya neye göre bedenim artı özellikler taşıyor ya da kimler belirliyor bedenim eksi/olumsuz özelliklerini? Bunların hepsi başkaları tarafından belirlenmiş kalıplar. Beden olumlama kavramı yanlış geliyor tam da bu sebepten. Olumlama nedir? Var olan olumsuz bir şeyi olumlu bir bakış açısıyla görmeye çalışmaktır. Peki, bedenim olumsuz özelliklere sahip olması durumunu, yani olumsuzluğu kim belirliyor?

Katılımcılara videoyu izlemeden önce Beden Olumlama Hareketi hakkında bilgi sahibi olup olmadıkları, bu bilgileri nasıl elde ettikleri ve hareket ile ilgili ilk olarak ne düşündükleri sorulmuştur. Cevaplar incelendiğinde, bazı katılımcıların videoyu izlemeden önce böyle bir hareket olduğuna dair bilgilerinin olmadığı, bazılarının ise bu hareketi çevrelerinden duydukları ama konu ile ilgilenmedikleri görülmüştür. Videoyu izlemeden önce hareket hakkında az veya çok bilgi sahibi olduğunu söyleyen katılımcıların neredeyse tamamının bu bilgileri yeni medya dolayımıyla edindikleri

gözlenmiştir. Bu durum, sistematikleşip henüz gündelik hayata sızmayı başaramayan ve daha ziyade yeni medya üzerinden yapılan bilgi üretimiyle de ilgilidir. Öte yandan katılımcılar Beden Olumlama Hareketi’ni ilk olarak şişmanlık/zayıflık ile ilgili bir hareket olarak ve dolayısıyla kadın bedeni ile ilişkilendirerek alımlamıştır. Bu, Beden Olumlu Hareketi’nin ağırlıklı olarak kadın bedenine dair anlamlandırmalar yaptığına da işaret etmektedir.

K7: Hareketi sosyal medyadan duymuştum. Dikkatimi çeken ise bunun öncülüğünü kilolu mankenlerin yapmasıydı. İlk önce bunu saçma bulup kilolu manken olur mu diye düşünmüştüm. Ancak o mankenlere baktığımda fikrim değişti. Neden olmasın, sonuçta kilolu olmaları onları çirkin yapmaz.

K9: Bu hareketi videodaki Berrak isimli kişinin Instagram adresinden şans eseri görmüş ve konunun dikkatimi çekmesi üzerine okumalar yapmıştım. Daha önceleri, başkalarının bedenleri üzerinden yapılan aşağılamalara kızsam da bunun sebepleri hakkında düşünmemiştim. Şişman olan birini gördüğümde aklıma ilk gelen, kişinin sağlıksız olduğu ve kilo vermesi gerektiğiydi. Bu açıdan baktığımda, sosyal medya üzerinden postlarını okuduğum bu kişi bana farklı bir bakış açısı kazandırmış oldu.

E2: Sosyal medyada karşıma çıkmıştı. Önceden zayıf olan ve zaman içinde aşırı kilo almış birinin, ilkin bundan rahatsızlık duyduğunu ve psikolojisinin bozulduğunu, fakat bunun kendini üzmemekten başka bir işe yaramadığını fark edince eski sağlığına kavuştuğunu, hatta kilolarıyla mutlu olmasına rağmen tekrar zayıfladığını okumuştum.

E5: Videoyu izlemeden evvel Beden Olumlama Hareketi ile ilgili daha kısıtlı bilgim vardı. Bunlardan biri, kilolu olarak tabir edilen bireyin diyet yapmak yerine kilolu olmasını kendisine ve topluma kabul ettirmesi şeklindeydi.

E9: Youtube’da videolar görmüştüm, ancak detaylı ilgilendiğim bir konu değildi. Sadece herkesin fit ve 90-60-90 diye tabir edilen vücut tiplerine bürünmek istediği bir ortamda tartışmaya değer bulmuştum.

Katılımcıların videoyu izledikten sonra Beden Olumlama Hareketi hakkında ne düşündükleri, video içeriğinde beğendikleri veya rahatsız oldukları hususların neler olduğu sorusunun cevabı ise farklılık göstermiştir. Bazı katılımcılar videonun konu hakkında farkındalık yaratabileceğini ve videodaki içerik üreticilerinin kendi deneyimleri üzerinden konuyu anlatmalarının faydalı olabileceğini söylemiştir. Yorumlar incelendiğinde, özellikle erkek katılımcılarının videoda üretilen anlam ile kurdukları ilişki dikkat çekicidir.

E2: Videodaki kişilerin geçmişte kilolarından dolayı duydukları rahatsızlıkları dile getirmelerini, buradan hareketle bir akım başlatmalarını, insanları motive edici paylaşımda bulunmalarını, aynı dertten muzdarip insanları bilgilendirmelerini, konuyla ilgili hashtag açıp farkındalık yaratmalarını beğendim.

E9: Berrak Tuna’nın geçmişte yaşadığı kilo alma-verme deneyimi, üstelik bunu on yaşında yaşaması çok vahim bir durum. Bunu öğrenmek ideal vücut tipine girmek için insanların kaç yaşında neler yaptığını görmemi sağladı. Konunun kendisine ve önemine ilgim arttı.

K7: Bence yararlı bir tartışmaydı. Özellikle kendi bedenleri üzerinden örnekler vermeleri konunun anlaşılmasını kolaylaştırdı.

Katılımcıların bir kısmı ise video içeriğinin yeterince açıklayıcı olmadığını, içerik üreticilerinin sürekli kendi deneyimlerinden bahsetmelerinin konunun önemini azalttığını dile getirmiştir. **K4**, **K6** ve **E8** söylem alanına bilimsel bilginin dâhil edilmemesini eleştirmişlerdir. **K6**, içerik üreticilerinin bilgi üretimi için yeteri kadar *uzman* olup olmadığını sorgulayan bir alımlama yapmıştır. Bunlar, bilgi ve iktidar ilişkisine de gönderme yapan açıklamalardır. **E4**, içerik üreticilerinin nasıl zayıfladığını anlatmalarını müzakereci okurken; **K5** ve **K8** ise konunun ideali

belirleyenlerin dili ile ve sadece kilo bağlamında ele alındığını dile getirerek muhalif okuma yapmışlardır. Yorumlar incelendiğinde, özellikle kadın katılımcıların videoda üretilen anlama direndikleri gözlenmiştir.

K4: Video bana bilmediğim herhangi bir şey öğretmedi. Daha çok reklam veya farkındalık oluşturmak için yapılmış bir video olduğunu düşünüyorum. Konu hakkında bilgi vermekten oldukça uzaktı.

K5: Videoda kullanılan dil, hareketin esasından uzaklaşmasına ve konunun sadece zayıf olma/kilolu olma ekseninde geliştiğinin düşünülmesine neden oluyor. Kişilerin kendi tecrübelerini anlatırken bile süreci “kilolu olduğum dönem” kalıbıyla ele almaları rahatsız edici. Eğer Beden Olumlama Hareketi idealin dışında bedenler olduğunu kabul etmek ve kendini sevmek ise kişiler “öncesi/sonrası” anlatımlarını kilolu olduğumda/olmadığımda şeklinde değil, beden olumlamanın bilincinde olduğumda/olmadığımda şeklinde yapmalılar.

K6: Kişilerin konuyla ilgili ayrıntılı yorumlar yapsalar da bu alandaki eğitimlerinden ve çalışmalarından bahsetmemeleri düşündürücü. Kişisel deneyim paylaşmak ile işin eğitimini alıp uzmanlaşmak çok farklı durumlardır.

K8: Videoda beni rahatsız eden en önemli şey, beden olumlama kabulleniş olarak sunmaları. Olumlama diyerek başlanan bir hareket olumsuzluğu kabullenmeyi beraberinde getirir. Beden olumlamanın özellikle kilo üzerinden vurgulanarak tanımlanmasını da rahatsız edici buldum. Videoyu izlemeden önce bu harekete daha olumlu bakıyordum.

E4: Cansu Beden Olumlama Hareketi’ni desteklediğini belirtmesine rağmen nasıl zayıfladığına ilişkin bir video çektiğinden bahsediyor, bu anlamda kendisiyle çelişiyor. Cansu’nun zayıflaması hareketi desteklemediği anlamına gelmez. Ancak nasıl zayıfladığını videoya kaydetmesi, baskılar nedeniyle bedeninden memnun olmayan bireyleri Beden Olumlama Hareketi’nin zıttı bir tarafa yönlendirmektedir.

E8: On yaşında bir kız çocuğunun maruz kaldıklarını öğrenmek üzücü oldu. Bu konuya değinmeleri güzel. Ancak yine de kendi deneyimlerine çok fazla değindiler. Birçok yabancı materyale erişilmiş, bunlara da değinilmeliydi.

Katılımcılar, videodaki içerik üreticilerini, işledikleri konunun aksine dış görünüşlerine önem vermeleri, toplumsal cinsiyet rollerini pekiştirmeleri, üslup ve hareketleri nedeniyle de eleştirerek müzakereci bir okuma yapmışlardır. Böylece kadın bedeni içerik üreticileri tarafından söylem alanına dâhil edilerek nesneleştirilirken; içerik üreticilerinin bedenleri de alımlayıcıların söylemine dönüşerek nesneleşmiştir. Diğer bir deyişle katılımcılar, konunun ötesinde, içerik üreticilerinin bedenleri ve bedensel hareketleriyle bir tartışmaya girmiş ve videoda üretilen anlamı, anlamı üretenlerin bedenleri üzerinden alımlamışlardır. Dolayısıyla anlam üretiminin merkezinde yine kadın bedeni vardır. **K1**, Berger’in (1995, 47) “kadının içindeki gözlemci erkek, gözlenense kadındır” ifadesini anımsatacak şekilde, bir *erkek gözüyle* içerik üreticilerinin tavır ve davranışlarını incelemiştir. Diğer yandan içerik üreticilerinin yaptıkları makyaj **K3** ve **E5** tarafından videoda ele alınan konu ile çelişen bir özellik olarak alımlanmıştır. **K6** ise hem bilgi-iktidar ilişkisine hem de toplumsal cinsiyet rollerine yönelik bir alımlama yaparak, mimik ve hareketlerinden dolayı içerik üreticilerini uzmanlığa sahip kişiler olmaktan ziyade “sosyal medya fenomeni” izlenimi uyandıran kişiler olarak nitelendirmiştir.

K1: Videoyu sunan kadınların tavırları iletişimin kalitesi bakımından zayıf. Bu kadar önemli bir konunun bu şekilde kamuoyuna aktarılması, sanki onun “çay muhabbeti” olarak algılanmasına yol açıyor. Ayrıca bu videoyu erkeklerin de izlediği veya izlemesi gerektiği düşünüldüğünde, kadının toplumdaki rolünü de pekiştiriyor. Gülerek ve tuhaf hareketlerle kendince çok kadınsı izler taşıyarak sunulan kavram, erkeklerde “kadın muhabbeti” algısını uyandırıyor.

K3: Bu konuyu ele alan kişilerin doğallıktan uzak sayılabilecek ölçüde makyajlı olması bana ironik geldi. Göründüğün gibi mutlu olmak gerekiyorsa o kadar makyaja ne gerek vardı?

K6: Videoda konu ile ilgili mantıklı cümleler kurulan yerler olsa da genel olarak kişilerin jest, mimik ve hareketlerinin konuyu basite indirgediğini düşünüyorum. Popüler kültürün getirdiği “sosyal medya fenomeni” tabirine uygun tavırlar sergileyen konuşmacıların uzmanlık alanlarını bilmediğim için bu konuda yapabileceğim tek yorum: Uzmanlık alanları ile yorum yaptıkları konu örtüşmüyorsa insanları yanlış yönlendirebileceklerdir.

E2: Videoda sürekli birbirlerinin sözlerini kesmelerini, ciddi bir konu olmasına rağmen salaş bir üslupla davranmalarını, yapmacık tavır takınmalarını beğenmedim.

E5: Videoda yer alanlar gayet bakımlı insanlardı. Burada şu soru kafama takıldı: Beden olumlama bedeniyle barışık yaşamaysa o denli makyaj neden?

Bazı erkek katılımcılar video içeriğinde üretilen anlamları tamamen reddederek muhalif okuma yapmışlardır. Bu katılımcıların videoyu oldukça sıkılarak ve alaycı gülümsemelerle izledikleri, sorulara da hem kısa hem eril iktidarın söylemiyle cevap verdikleri gözlenmiştir.

E3: Hareket herkes için olabilir, ama bence bu konu kadınlar tarafından dert ediliyor. Bence daha önemli konular var. Kadınların zayıf damarını tutmuşlar bence.

E6: Videoda sürekli olarak insanların dış görünüşü ve diğer insanların o görünüşe olan tutumları tartışılmış. Konunun önemli olmadığı, diyaloglardaki laf kalabalığından belli oluyor zaten. İdeal bedene ulaşmak için verilen çabalar başarısız olduğunda, tepki olarak karşımıza çıkan bir mücadele Beden Olumlama Hareketi. Bedenleriyle takıntıya düşmüş bireylerin kendilerini rahatlatma yöntemi.

Katılımcılara bu hareketin bir kadın hareketi olup olmadığına yönelik görüşleri sorulduğunda ise video metninde üretilen anlam ile girdikleri müzakereye rağmen, katılımcıların nerdeyse tamamı Beden Olumlama Hareketi’nin bir kadın hareketi olarak yorumlanamayacağını söylemiştir. Sadece **E5** ve **K7**, videoda kadın bedenine ilişkin üretilen anlamlar nedeniyle hareketin bir kadın hareketi olabileceğini veya öyle algılanabileceğini söyleyerek müzakereci okuma yapmıştır. Öte yandan erkek katılımcılar konuyu erkek bedenler, kadın katılımcılar ise kadın bedenler üzerinden tartışmıştır. Bu, tüketim kültürünün bedenleri cinsiyetlendirerek sarmaladığına da işaret etmektedir. Zira beden kavramı alımlayıcılar tarafından kadın/erkek ikiliği olarak açılmıştır.

E5: Videodan anladığım kadarıyla kısmen kadın hareketi. Çünkü 26 dakikalık videonun çoğunda kadına ait mesajlar vardı. Erkeği ilgilendiren mesajlara ise yalnızca kellik ve göbeklilik/zayıflık olarak değinildi. Nitekim videodaki konuşmacıların ikisinin de kadın olması bunu destekler nitelikte.

E7: Bu hareket sadece kadınlara özgü olamaz. Nasıl ki kadınlara ideal vücut ölçüsü belirleniyor, erkeklere de sportif ve kaslı bir vücuda sahip olmaları aşılıyor.

E9: Hayır, erkekler için de geçerli. Erkekler de sırf kızlara hava olsun diye protein tozu gibi bir sürü kimyasal madde kullanıyor. Oysa sağlıklı vücut konusunu atlıyorlar. Dolayısıyla kadınlar için ne kadar önemliyse erkekler için de o kadar önemli.

K1: Bir kadın hareketi tabii ki değil. Erkeklerin de ideal bedene kavuşmak için ne kadar çok fiziksel ve psikolojik baskıya uğradıklarını görüyoruz. Üstelik kadın/erkek medyada bir tüketim malzemesi olarak görülüyor. Tek farkla; kadın bedeni erkek egemen toplumda daha çok konuşuluyor ve günlük hayatımızda daha çok yer işgal ediyor. Bu tamamen tüketim ve iktidar sorunu.

K2: Bir kadın hareketi değildir. Ancak toplumsal olarak ideal beden en fazla kadınlara dayatıldığı için ve videoyu çekenler de kadın olduğu için Beden Olumlama Hareketi daha çok kadınlar üzerinden anlatılmıştır.

K5: Beden Olumlama Hareketi bana kalırsa hem erkeklerin hem kadınların katılması gereken bir hareket. Ancak toplumlarda bedeninden şikâyet edenlerin çoğunlukla kadınlar olduğuna yönelik bir önyargı mevcut. Bu nedenle harekete katılanların büyük bir kısmının kadın olduğu düşünülerek, harekete de şişmanlığa övgü şeklinde yaklaşıyor.

K7: Bu kavramın erkekleri de kapsadığı söylene bile video boyunca kadın bedeni üzerinde durulması, kavramın sadece kadınları ilgilendirdiği düşüncesini yaratabilir. Bu konuda yetersiz olduklarını düşünüyorum.

Kadın-erkek ikiliğine dayalı beden algısı, katılımcılara yöneltilen bir başka sorunun cevaplarında da karşımıza çıkmaktadır. Katılımcılara video içeriğinde sorgulanmayan ve söylem alanına dâhil edilmeyen konuların olup olmadığı sorulmuştur. Katılımcılardan hiçbiri LGBTİ bireylerinin bedenlerinin söylem alanına dâhil edilmediğine yönelik bir yorumlama yapmamıştır. Dolayısıyla metinle müzakere yapılsa da ve kimi zaman muhalif okuma da yapılsa, bu hem kadın/erkek ikiliği üzerinden hem de kadın bedenini kuşatan şişmanlık/zayıflık, güzellik/çirkinlik gibi iktidarın söylemi üzerinden yürütülmüştür. Videoda üretilen anlam ve alımlayıcıların ürettiği anlam bu noktada bir kez daha kesişmiştir. Öte yandan katılımcılardan sadece iki tanesi videoda söylem alanına dâhil edilmeyen bedenler olarak engelli bireylerin bedenlerini örnek göstermiştir. Cevaplar incelendiğinde, bazı katılımcıların sağlık konusunun ihmal edildiğine; bazılarının ise ideali belirleyen yöntemler, kurumlar, piyasalar, sahiplik yapıları gibi konuların sorgulanmadığına yönelik bir alımlama yaptıkları görülmüştür. Dolayısıyla katılımcıların farklı sorulara verdikleri cevaplarda hep aynı beklentiye girdiklerini söylemek mümkündür: *Bilgi*. Aslında bu durum Beden Olumlama Hareketi'nin bilgi üretimi stratejisindeki boşluğa da işaret etmektedir.

Beden Olumlama Hareketi'nin ideal bedene karşı mücadele yaratıp yaratmadığı sorulduğunda, çok az katılımcı hareketin mücadele yaratabilecek potansiyeli taşıdığını söylemiştir. **K2**, bu mücadele alanının yaratılmasında yeni medyanın özgül rolünü; **E5** ise iktidar ve direniş arasındaki diyalektik ilişkiyi vurgulamıştır.

K2: Videoyu izledikten sonra Beden Olumlama Hareketi'nin ideal olarak tanımlanana karşı mücadele alanı yaratacağını düşünüyorum. Zira günümüzde yeni medya toplumsal yargıları yıkmaya, yanlışları eleştirme ve bu anlamda içerik oluşturma konusunda etkili. Ayrıca yeni medya toplumsal gerçekliğin inşasında da önemli.

E5: Kesinlikle düşünüyorum. Doğu ve Batı Bloku gibi birbirine zıt ama birbirinden beslenen kavramlar. Birinin varlığı diğerinin doğmasına, diğerinin varlığı öbürünün yaşamasına sebep olan kavramlar olarak algılıyorum ben.

Katılımcıların büyük bir kısmı muhalif bir okuma yaparak, Beden Olumlama Hareketi'nin ideal bedene karşı mücadele yaratmayacağını söylemiştir. **E4**, **E8** ve **K5**, bunun sebebi olarak videoda üretilen anlamları göstermiştir. **K3**, **K4** ve **K8** ise konuya daha farklı bir açıdan yaklaşmıştır. **K4**'ün cevabı, tüketim kültürünün idealin belirlendiği sınırın dışına sızarak, öteki bedenlere de yönelmeye başlamasına gönderme yapmaktadır. Daha önce tartışıldığı üzere, Beden Olumlama Hareketi'nin idealin belirlendiği sınırdan ve onun karşıtı olarak konumlanarak kurduğu mücadele stratejisi **K3** tarafından ise ortada bir mücadele olmadığı şeklinde alımlanmıştır. **K8** de benzer sayılabilecek bir alımlama yapmıştır. Dolayısıyla **K3**, **K4** ve **K8**'in cevaplarını, Beden Olumlama Hareketi'nin kadın bedenine yönelik anlamlandırma pratikleri nedeniyle onu ideale karşı yürüttüğü mücadelede bir nevi mevzi kaybına uğratan *strateji ihlali* ile ilişkilendirmek

mümkündür. **E2**'in cevabı ise toplumun kılcal damarlarına kadar yayılan tüketim kültürünün bedenleri nasıl sarmaladığını göstermektedir.

K3: Aslında ben tam olarak bir mücadele olduğunu düşünmüyorum. Çünkü ideal kavramıyla bir tanımlama oluşuyor ve oluşturulan bu tanıma karşı mücadele ettiklerini söylüyorlar.

K4: Bu hareketin özellikle günümüz medyasında sesini duyurmaya başlamasıyla birlikte, ideale karşı mücadele etmektense ideal olana dönüşme ihtimali taşıdığı endişesindeyim.

K5: Beden Olumlama Hareketi doğru ele alındığında ideal olana karşı bir mücadele alanı oluşturabilir. Ancak eğer Beden Olumlama Hareketi’ni herkes bu videoda olduğu şekliyle ele alıyorsa bu sadece ideal olana katkıda bulunmak olur.

K8: Kesinlikle düşünmüyorum. Çünkü ideal olanın meşrulaştırılması söz konusu. Bu mücadele ideal olanla değil aslında olumlama olarak görülenle olmalı bence.

E2: Ben de ideal olana karşıyım. Fakat kilo alma-verme kaygısı içindeyim. Böyle bir mücadele alanı yaratılsa da insanlar benimle aynı kaygıları taşımaya devam edecektir.

E4: Videonun bu haliyle mücadele yaratılamaz. Gerek videoyu çeken kişilerin tavırları, gerekse videonun gereğinden fazla uzun olması ve kendini tekrar etmesi mücadele alanı yaratacak nitelikte olmadığını gösteriyor.

E8: Yaratabilir, ama yetersiz. Bu video sanki “ben şişkoyken çok zor dönemlerden geçtim, halen biraz kiloluyum, beni böyle kabul edin” der gibi. Bir mücadelenin başlangıcı veya destekleyicisi gibi mesajlar veremiyor.

Son olarak katılımcılara Beden Olumlama Hareketi’nin yayılmasında geleneksel ve yeni medyanın oynadığı roller sorulmuştur. Cevaplar incelendiğinde, katılımcıların nerdeyse tamamının geleneksel medyadan ziyade yeni medyaya yönelik bir yorumlama yaptığı görülmüştür. Bazı katılımcılar, geleneksel medyaya göre daha özgür ve kalıpları yıkmaya yatkın bir alan olması, bireylerin örgütlenmelerini sağlayan etkileşimli yapısı gibi özellikleri bağlamında yeni medyanın bu hareketin gelişiminde önemli rol oynayabileceğini vurgulamıştır. Öte yandan katılımcılardan bazıları, daha önce tartışıldığı gibi, bireyleri görünür kılmasının yanı sıra onları gözetleyen yeni bir panoptikon evren yaratması bağlamında yeni medyanın olumsuz yönlerine dikkat çekmiştir. Bu noktada özellikle **K5**'in yorumu dikkate değerdir.

E2: Beden olumlama konusunda yeni medyada farkındalık oluşturmak daha kolay. Fakat insanlar da en fazla rahatsızlığı yine sosyal medyadan duyuyor. Çünkü orada hep güzel ve zayıf olma çabası var.

E8: Hareketin başlamasından ziyade bu sorunun çıkış noktası yeni medya olmuştur. Özellikle Instagram’daki ideal vücut dayatması kötü boyutlarda. Ama bu durumu kıracak olan da yine bu mecra olabilir.

K2: Yeni medya geleneksel medyaya göre Beden Olumlama Hareketi’nin kitleleşmesinde çok daha olumlu bir role sahip. Ancak yeni medyada da bu konuda hem olumlu hem olumsuz içerikler üretiliyor.

K5: Geleneksel medyada kullanılan cinsiyetçi kalıplara ek olarak yeni medyada da bireylerin ideal olması gerektiğini düşündüren paylaşımlar çok fazla. Bireyler yeni medyada diğer insanları çok çabuk takip edebildiği için ideal olmayı hızlıca tespit edebiliyor ve yıkıcı bir şekilde eleştirebiliyor. Ancak yeni medya doğru kullanıldığında kitleleri örgütlemek konusunda oldukça başarılı. Geleneksel medya beden olumlama konusunda olumlu veya olumsuz bir katkıda bulunmazken, yeni medya bu hareketin hem olumlu hem olumsuz tarafını oluşturuyor.

Sonuç ve Tartışma

Beden tarih boyunca hem farklı iktidar biçimleri tarafından kuşatılan, denetlenen, terbiye edilen, cezalandırılan bir müdahale ve tahakküm alanı hem de iktidara karşı

bir mücadele ve direniş alanı olmuştur. Bu çalışma öncelikle küresel kapitalizm ve post-modern tüketim kültürünün ideal beden tasarımına karşı bir mücadele pratiği olarak yeni medyada yayılan ve idealin dışındaki öteki bedenlerin temsil edilmesi stratejine dayanan Beden Olumlama Hareketi’ni beden-iktidar ilişkisi bağlamında tartışmayı amaçlamaktadır. Böylesi bir tartışma Beden Olumlama Hareketi kapsamında üretilen anlamlara odaklanmayı gerektirmektedir. Zira iktidar söylemsel bağlam olmadan bireyleri sarmalayamaz. Foucault’un iktidar ile çatışma stratejileri arasındaki ilişkiye dair görüşlerinden yola çıkarak, günümüzün iktidar mekanizması tarafından belirlenen *ideal bedeni* bir gün tersine çevirme olasılığıyla mücadele eden Beden Olumlama Hareketi’nin anlamlandırma pratiklerinin dikkate değer olduğu söylenebilir. Öte yandan hareket kapsamında üretilen anlamlar ile bireylerin ürettiği anlamlar arasındaki ilişki de bir o kadar önemlidir. Bu nedenle çalışmada alımlama analizinin yapılması daha uygun bulunmuştur. Araştırma, İletişim Bilimleri ve Kadın Çalışmaları alanlarında yüksek lisans yapan 9’u kadın, 9’u erkek olmak üzere toplam 18 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara araştırmanın yapıldığı zaman Youtube’a Beden Olumlama Hareketi yazıldığında izlenme oranı en yüksek video olan *İdeal Bedene Ulaşmak* başlıklı video izletilmiş, ardından yarı yapılandırılmış bir soru formu dağıtılmıştır.

Yaklaşık yarım saat süren videoda Beden Olumlama Hareketi hakkında kısa bilgiler verilmiş ve konu ağırlıklı olarak içerik üreticilerinin kişisel deneyimleri üzerinden tartışılmıştır. Videoda Beden Olumlama Hareketi’nin bütün öteki bedenleri kapsadığı vurgulansa dahi, odaklanılan temel mesele kadın bedeni olmuştur. Benzer bir durum gerek Türkiye’de gerek yurt dışında Beden Olumlama Hareketi kapsamında yeni medya dolayısıyla üretilen diğer içeriklerde de gözlenmiştir. Bu noktada öncelikle Beden Olumlama Hareketi’nin söylem alanında verdiği mücadeleyi, idealin belirlendiği sınırdaki ve idealin karşıtı olarak konumlanarak gerçekleştirmeyi amaçladığı söylenebilir. Ancak mücadele stratejisini idealin dışında kaldığı için ötekileştirilen bütün bedenleri sarmalamak şeklinde çizen hareket kapsamında yapılan anlamlandırmalar, büyük oranda kadına bedenine dairdir. Diğer deyişle kadın bedeni, *öteki* bedenlerin arasından sıyrılıp söylem alanına daha fazla dâhil edilmekte ve bu nedenle yeniden nesneleştirilmektedir. Yapılan bu strateji -bir nevi sınır- ihlali nedeniyle Beden Olumlama Hareketi’nin kurmaya çalıştığı söylem alanına tüketim kültürünün söylemi sızmaktadır. Böylece bir yandan tüketim kültürünün kadın-erkek ikiliği üzerinden bedenleri cinsiyetlendirerek sarmalmasına dayalı taktiği yeniden üretilmekte; diğer yandan söylem alanında sorunsallaştırılan yine kadın bedeni olmaktadır. Dolayısıyla ideal bedene karşı bütün öteki bedenleri temsil etmeye yönelik bir mücadele ortaya koymayı hedefleyen Beden Olumlama Hareketi, günümüz iktidar ağının farklı bir bağlamını oluşturarak, ona karşıt konumda olmak yerine ona eklenmektedir. Başka bir ifadeyle Beden Olumlama Hareketi’nin, tüketim kültürünün ideal beden tasarımına karşı bir mücadele alanı yaratabildiğini söylemek pek mümkün görünmemektedir.

Başta kadın katılımcılar olmak üzere katılımcıların büyük bir kısmı, videodaki kadın bedenine yönelik anlam üretimine direniş göstermiştir. Ancak bu direnişe karşılık kendileri de ideal bedene yönelik tartışmayı şişmanlık/zayıflık, güzellik/çirkinlik ikiliğinde kadın bedenine odaklanarak yürütmüştür. Ayrıca katılımcılar videoda işlenen konuyu içerik üreticilerinin dış görünüşleri üzerinden müzakere etmiştir. Hatta bazı kadın katılımcılar bir nevi *erkek gözüyle* içerik üreticilerinin bedenlerini,

tavır ve davranışlarını incelemiştir. Dolayısıyla katılımcılar konudan ziyade içerik üreticilerinin bedenleriyle tartışmaya girmiş ve videoda üretilen anlamı, anlamı üretenlerin bedenleri üzerinden anlamlamışlardır. Böylece kadın bedeninin içerik üreticileri tarafından nesneleştirilmesinin yanı sıra içerik üreticilerinin bedenleri de alımlayıcıların söylem alanına girerek nesneleşmiştir. Kısacası gerek içerik üreticilerinin gerekse katılımcıların anlam üretimlerinin merkezinde kadın bedeni vardır. Öte yandan video metninde üretilen anlam ile girdikleri böylesi bir müzakereye rağmen katılımcıların nerdeyse tamamı Beden Olumlama Hareketi’nin bir kadın hareketi olarak yorumlanamayacağını, zira tüketim kültürünün ideal beden tasarımının sadece kadınları sarmalamadığını söylemiş; ancak erkek katılımcılar konuyu erkek bedenler, kadın katılımcılar ise kadın bedenler üzerinden tartışmıştır. Diğer bir deyişle beden kavramı katılımcılar tarafından kadın/erkek ikiliği olarak alımlanmıştır. Hiçbir katılımcı LGBTİ bireylerinin bedenlerinin video içeriğinde neden tartışılmadığını, yani söylem alanına neden dâhil edilmediğini sorgulamamıştır. Dolayısıyla hem video içeriğindeki bedene ilişkin anlam üretimi hem katılımcıların yorumları heteroseksüel vurgular taşımaktadır. Katılımcılardan sadece iki tanesi videoda söylem alanına dâhil edilmeyen bedenler olarak engelli bireylerin bedenlerini örnek göstermiştir. Hiçbir katılımcı örneğin yaşlıların, siyahilerin ve bunun gibi ötekileştirilen diğer bedenlerin video içeriğinde tartışılmadığına yönelik bir çıkarım yapmamıştır. Aslında bütün bunlar günümüz iktidar ilişkilerinin söylemsel ve söylemsel olmayan pratiklerle bedene yönelik ürettiği anlamların bireyleri nasıl sarmaladığını da gösterir niteliktedir. Zira gerek içerik üreticileri, gerekse “beden”, “iktidar”, “toplumsal cinsiyet”, “tüketim kültürü” konularında lisansüstü eğitim alan katılımcılar, her ne kadar ideal beden tasarımını eleştirseler de, esasen onu söylem alanında yeniden üretmiştir. Farklı bir ifadeyle idealin belirlendiği sınırın dışında kalan *öteki* bedenler söylemsel bir varoluşa kavuşamamış; söylem alanında sorunsallaştırılan sadece kadın bedeni olmuştur. Bu sorunsallaştırma ise şişmanlık/zayıflık, güzellik/çirkinlik gibi iktidarın söylemi üzerinden yapılmıştır.

Araştırmada bir diğer dikkat çeken konu Beden Olumlama Hareketi’nin nasıl bir bilgi üretim stratejisi oluşturduğu ve bunun alımlayıcılar tarafından nasıl yorumlandığıdır. Bu kapsamda katılımcılara videoyu izlemeden önce Beden Olumlama Hareketi hakkında bilgi sahibi olup olmadıkları sorulmuştur. Katılımcıların bir kısmı videoyu izlemeden önce böyle bir hareket olduğuna dair bilgilerinin olmadığını, bazıları ise hareketi duysalar da konu ile ilgilenmediklerini söylemiştir. Videoyu izlemeden önce hareket hakkında az veya çok bilgi sahibi olduğunu söyleyen katılımcıların nerdeyse tamamının bu bilgileri yeni medya dolayısıyla edindikleri gözlenmiştir. Bu durum, sistematikleşip henüz gündelik hayata sızmayı başaramayan ve daha ziyade yeni medya üzerinden yapılan bilgi üretimiyle ilgilidir. Diğer yandan katılımcılar, içerik üreticilerini konu hakkında bilimsel bilgi vermekten ziyade kişisel deneyimlerini paylaşmaları nedeniyle eleştirmişlerdir. Bu bağlamda katılımcıların çoğu Beden Olumlama Hareketi’nin videodaki gibi anlatıldığı sürece ideale karşı bir mücadele alanı yaratamayacağını söylemiştir. Aslında bu, Beden Olumlama Hareketi’nin bilgi üretim stratejisindeki boşluğa işaret etmektedir. Rasyonel iktidardan günümüze dek tıp, biyoloji, okul, medya gibi kurumların içinde işleyen bir dizi düzeneğin ürettiği bilgiler, bedenin iktidar ilişkileri tarafından kuşatılıp denetim altına alınmasının da koşulu olmuştur. Bilgi-iktidar ilişkisi tam da bu nedenle önemlidir. Dolayısıyla Beden Olumlama Hareketi’nin günümüz iktidar ilişkileri tarafından idealin tanımlandığı

“doğrular ağını” yanlışlamaya yönelik nasıl bir strateji geliştirdiği önemli bir tartışma konusudur. Videoda bahsedildiği üzere, Türkiye’de Beden Olumlama Hareketi ile ilgili bilgi üretimi yabancı kaynakların Türkçeye çevrilerek yeni medyada paylaşılmasıyla yapılmaktadır. Öte yandan yabancı literatürde üretilen bilgilerin, Beden Olumlama Hareketi’nin kabul görmesi, yaygınlaşması ve içselleştirilmesi açısından ne kadar yeterli olduğu da ayrı bir tartışma konusudur. Bu noktada, hareket kapsamında farklı coğrafyalarda ve farklı içeriklerde nasıl bir anlam ve bilgi üretimi yapıldığına ve bunun nasıl alımlandığına odaklanan başka araştırmaların yapılmasının önemli olduğu vurgulanabilir. Bu araştırma, böylesi bir öneriyi hayata geçirmek amacıyla atılan ilk adımlardan biridir.

Notlar

¹ Küresel kozmetik şirketi Dove’un “Gerçek Güzellik Çizimleri, “Benim Güzelliğim Rakamların Ötesinde” “Özgüven Projesi” gibi kampanyaları buna örnek verilebilir. (<https://www.dove.com/tr/dove-hikayeleri/dove-kampanyalari.html>, 15.07.2018).

Kaynakça

- Akgündüz, G. Ö. (2013). Foucault’da İktidar ve Beden İlişkisi. *Akademik Bakış Dergisi*, 38, 1-16.
- Arpacı, M. (2013). Modernitenin Eşiğinde Toplumsal Cinsiyet Rejimi: Pastoral İktidar, Beden Politikaları ve Evlilik. *Doğu Batı Dergisi*, 63, 131-146.
- Barthes, R. (2014). *Camera Lucida: Fotoğraf Üzerine Düşünceler* (R. Akçakaya, Çev). İstanbul: Altıkkırkbeş Yayınları.
- Baudrillard, J. (1997). *Tüketim Toplumu* (H. Deliceçaylı ve F. Keskin, Çev). İstanbul: Ayrıntı Yayınları. (1970).
- Beden Olumlama Hareketi. (t.y.). Erişim: 12 Temmuz 2018, <https://bedenolumlamahareketi.com/>
- Berger, J. (1995). *Görme Biçimleri* (Y. Salman, Çev). İstanbul: Metis Yayınları. (1986).
- Butler, J. (2012). Bedenler ve İktidar, Tekrar. *Cogito Dergisi*, 70-71, 275-288.
- Connell, R. W. (1998). *Toplumsal Cinsiyet ve İktidar: Toplum, Kişi ve Cinsel Politika* (C. Soydemir, Çev). İstanbul: Ayrıntı Yayınları. (1987).
- Dove Kampanyaları. (t.y.). Erişim: 15 Temmuz 2018, <https://www.dove.com/tr/dove-hikayeleri/dove-kampanyalari.html>
- Foucault, M. (2013). *Hapishanenin Doğuşu: Gözetim Altında Tutmak ve Cezalandırmak* (M. A. Kılıçbay, Çev). Ankara: İmge Kitabevi. (1975).
- Foucault, M. (2014a) Özne ve İktidar. F. Keskin (Haz.). *Özne ve İktidar: Seçme Yazılar-2*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları. (1994).
- Foucault, M. (2014b). Hakikat Kaygısı F. Keskin (Haz.). *Özne ve İktidar: Seçme Yazılar-2*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları. (1994).
- Foucault, M. (2015). İktidar ve Beden. F. Keskin (Haz.). *İktidarın Gözü: Seçme Yazılar-4*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları. (1994).
- Foucault, M. (2016). *Güvenlik, Toprak, Nüfus: Collège de France Dersleri 1977-1978* (F. Taylan, Çev). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları. (2004).

- Foucault, M. (2017). *Cinselliğin Tarihi* (H. U. Tanrıöver, Çev). İstanbul: Ayrıntı Yayınları. (1976).
- Köse, H. (2011). Tüketim Toplumunda Bir "Sosyal Beden" Kurgusu Olarak Kadın. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, 6 (4), 75-89.
- Sancar, S. (2008). *İdeolojinin Serüveni: Yanlış Bilinç ve Hegemonyadan Söyleme*. Ankara: İmge Kitabevi.
- Saygılı, A. (2005). Modern Devlet'in Beden Politikası Üzerine Kısa Bir Deneme. *Ankara Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi*, 54 (3), 323-340.
- Şeker, T. ve Çavuş, S. (2011). "Behzat Ç. Bir Ankara Polisiyesi" Dizisinin Alımlama Analizi. *Global Media Journal*, 2(3), 86-104.
- Smith, P ve Riley, A. (2016). *Kültürel Kurama Giriş* (S. Güzelsarı ve İ Gündoğdu, Çev), Ankara: Dipnot Yayınları.
- The Body Positive. (t.y.). Erişim: 10 Temmuz 2018, <https://www.thebodypositive.org/>
- The Be Body Positive Model. (t.y.). Erişim: 10 Temmuz 2018, <https://www.thebodypositive.org/model>
- This is Beauty. (t.y.). Erişim: 10 Temmuz 2018, <http://www.thisisbeauty.org/>
- Yaylagül, L. (2017). *Kitle İletişim Kuramları: Egemen ve Eleştirel Yaklaşımlar*. Ankara: Dipnot Yayınları.