



3-7 Yaş Çocuğa Sahip Annelerin Beslenmeyle İlgili Davranışlarının İncelenmesi¹

Investigation of Behaviors of Mothers with 3-7 Ages Children Related to Nutrition

Ganime AYDIN², Dicle AKAY³, Ezgi İBİŞ⁴

Öz: Bu araştırmanın amacı, annenin yaşı, eğitimi, çalışma durumu ve ailenin aylık gelir durumunun, annenin beslenmeyle ilgili sahip olduğu bilginin kaynaklarına, ailenin dışarda yemek yeme sıklığına ve çocuğunun beslenme alışkanlığı tutumuna etkilerini karşılaştırmaktır. Yapılandırılmış görüşme tekniğiyle nitel olarak gerçekleştirilen çalışmada, İstanbul ilinden seçkisiz seçilen 136 anne yer almaktadır. Ayrıca 10 anne ile derinlemesine yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Beslenme bilgi kaynağı olarak medyayı ilk sırada tercih eden annelerin, 14-35 yaş aralığındaki okuryazar olmayan, ilkokul ve ortaokul mezunu anneler olduğu, çalışan ve üniversite mezunu annelerin ise ilk sırada doktordan bilgi almayı tercih ettiği bulunmuştur. Gelir ve çalışma durumu ile dışarıda yemek yeme sıklığı değişirken, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu ve gelir durumu fark etmeksizin annelerin çocuklarının isteğine göre yemek hazırladıkları, ailenin yemek alışkanlığının doğrudan çocukların yemek alışkanlığına yansdığı tespit edilmiştir.

Anahtar sözcükler: Beslenme bilgi kaynağı, 3-7 yaş çocuklar, medya, beslenme alışkanlığı

Abstract: The current research's aim is to compare the effects of mother's age, education, work status and the family's monthly income status on sources of information of the family, the frequency that the family dines out and the child's nutrition habit attitudes. In this qualitative research made with semi-structured interview technique, 136 mothers who were selected randomly from İstanbul were used as sample group. In addition, 10 mothers were selected for in-depth interview. Media as the source of the nutrition information was the first choice of mothers at 14-35 ages who were

¹ International Academic Research Congress (INES), 3-5 Kasım, 2016 Antalya'da sunulmuştur.

² Yrd. Doç. Dr. Ganime Aydın, İstanbul Aydın Üniversitesi, ganime31@gmail.com

³ Arş. Gör., Dicle Akay, Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, dicleakay91@gmail.com

⁴ Arş. Gör., Ezgi İbiş, İstanbul Aydın Üniversitesi, ezgiibis@aydin.edu.tr

illiterate, primary and secondary school graduate. Doctor was the first choice for working mothers and graduate mothers. While frequency that the family dines out changed with income and working status, mothers prepared food according to their children's desire regardless of age, education level, working status and income status. Family nutrition habit reflected directly to the child's nutrition habit.

Keywords: Source of nutrition information, children at 3-7 ages, media, nutrition habit

1. GİRİŞ

Beslenme, sağlıklı büyüme ve gelişme, yaşamın sürdürülebilmesi ve hastalıklardan korunmak için besinlerin dengeli ve yeterli miktarda tüketilmesidir. Yeterli ve dengeli beslenme ise büyüme ve gelişme, yaşamın sürdürülmesi, hastalıkların önlenmesi, sağlığın korunması ve geliştirilmesi, yaşam kalitesinin artırılması açısından önemlidir (T. C. Sağlık Bakanlığı Sağlık Eğitimi Genel Müdürlüğü, 2008, s. 92). Okul öncesi dönemde, büyüme ile birlikte birçok becerinin kazanımı da gerçekleşir. Çocuğun tüm gelişim alanlarındaki becerilerini geliştirmek için yeterli ve sağlıklı beslenme alışkanlıklarına sahip olması gerekmektedir (Küçükkömürler, 2012, s. 185). Beslenme düzeni fiziksel sağlığı etkilemektedir. Fiziksel sağlığın da zihinsel sağlığı etkilediği bilinmektedir. Yani, dolaylı olarak da olsa gelişim alanları içinde önemli yere sahip olan zihinsel gelişim için beslenme düzenine ve alışkanlıklarına dikkat etmek gerekmektedir (Cornah, 2006, s. 6). Hamilelik döneminde anne adayının dengeli ve yeterli beslenmesi de çocuğun sağlığı için büyük önem taşımaktadır. Birçok organın hücrelerinin ilk kez bölünüp sayısının arttığı embriyo evresindeki sağlıklı beslenme, organların büyümesinde geri döndürülemeyecek gecikmeler ortaya çıkarmaktadır. Beslenme alışkanlığı düzeltildiğinde, fetüs evresinde kötü beslenmenin büyümeyi yavaşlatıcı etkisi ortadan kalkmaktadır (Tepeli, 2011). Dolayısıyla, okul öncesi dönemde çocuğun yeterli ve dengeli bir şekilde beslenmesi; gelişim alanlarındaki değişimi de olumlu yönde etkilemekte ve beslenme alışkanlığı hayat boyu devam etmektedir (Küçükkömürler, 2012, s. 191).

Beyin yediğimiz ve içtiklerimize duyarlı bir organdır. Dolayısıyla, çocukların günlük olarak karbonhidrat, protein, yağ, demir, vitamin ve mineral almaları; vücudun yeterli düzeyde enerji alımı ve sağlıklı beyin gelişimi için gereklidir (Cornah, 2006, s. 6; Georgieff, 2007). Türkiye genelinde 2-5 yaş grubu erkek çocukların günlük ortalama enerji alımına bakıldığında; 1253 kkal, kız çocukların ise 1190 kkal aldıkları görülmektedir. Aynı yaş grubu erkek çocukların günlük ortalama 152 gr karbonhidrat, 52,3 gr yağ ve 39,2 gr protein, kız çocukların 148 gr karbonhidrat, 48,7 gr yağ ve 36,5 gr protein aldıkları görülmektedir (T. C. Sağlık Bakanlığı Sağlık Araştırmaları Genel Müdürlüğü, 2014, 213-251). Erken çocukluk döneminde yetersiz ve dengesiz beslenme durumunda çocuk; fiziksel gelişim ve zeka gelişimi açısından olumsuz etkilenmektedir (Kutluay Merdol,

2012, s. 7; T. C. Sağlık Bakanlığı Sağlık Eğitimi Genel Müdürlüğü, 2008, s. 80). Beyin gelişimi; hamilelik ve bebeklik sürecinde en önemli dönemde olmakla birlikte erken çocukluk döneminde de devam eden bir süreçtir. Düşük sosyoekonomik seviyeden gelen çocuklar; yetersiz beslenmeden dolayı düşük okul başarısı, okulu terk etme, ergen hamileliği gibi birçok durum için de risk altındadır. Yetersiz beslenen çocuklar aynı zamanda düşük kilo ile doğmak gibi başka olumsuz durumlara da sahipse çocukların beyin gelişimi daha çok etkilenmekte ve bu çocuklar düşük IQ seviyesine de sahip olmaktadırlar (Prado & Dewey, 2012). Ayrıca yetersiz beslenme; depresyon, şizofreni, alzheimer ile dikkat eksikliği ve hiperaktivite gibi zihinsel sağlık problemlerine de neden olmaktadır (Cornah, 2006, s. 7-8). Kronik olarak protein açısından yetersiz beslenmek de çocuklarda zihinsel süreçlerin yavaşlamasına neden olmaktadır. Bu çocuklarda dikkat, görsel algı, öğrenme ve hafıza açısından problemler ortaya çıkmaktadır (Kar, Rao, & Chandramouli, 2008,s.7).

Yetersiz beslenme sadece zeka veya beyin gelişimini değil tüm gelişim alanlarını da etkilemektedir. Aşırı derecede yetersiz beslenen çocukların büyümesi de durmaktadır. Bu çocuklarda gelişimsel bozukluk, ölüm ve hastalık riski oluşmaktadır ve öğrenme isteği ile hayat boyu üretkenliği durmaktadır (Oot, Sethuraman, Ross, & Sommerfelt, 2016). Okul öncesi dönemde sık görülen beslenme ve sağlık sorunları; protein-enerji yetersizliği (büyüme ve gelişme geriliği), demir eksikliği anemisi (kansızlık), iyot yetersizliği hastalıkları (guatr, cücelik, zeka geriliği vb.), vitamin ve mineral yetersizlikleri (diş ve kemik bozuklukları) ile şişmanlıktır (T. C. Sağlık Bakanlığı Sağlık Eğitimi Genel Müdürlüğü, 2008, s. 85). Bunların dışında, çocuklarda raşitizm, ishal ve enfeksiyon hastalıkları da görülmektedir. Yetersiz ve dengesiz beslenen çocukların bağışıklık sistemleri bozulmaktadır ve hastalıklara karşı dirençleri azalmaktadır (Ersoy, 2005, s. 9, 65). Bu yüzden sık sık hastalanmaktadırlar ve hastalıklarının iyileşmesi uzun süre almaktadır. Bu dönemdeki yanlış beslenme ya da yetersiz beslenme yetişkinlik çağındaki şişmanlık, kalp-damar hastalıkları, şeker hastalığı ve tansiyon yüksekliği gibi hastalıkların temelini de oluşturmaktadır (T. C. Sağlık Bakanlığı Sağlık Eğitimi Genel Müdürlüğü, 2008, s. 85).

Okul öncesi dönemde beslenmeden kaynaklı en önemli sağlık sorunlarından biri şişmanlık/obezitedir. Bu dönemde çocuğun beslenmesi başkalarına bağlı olduğu için aşırı yemek yeme ve şişmanlık gibi sağlık sorunları daha çok anne, baba veya bakıcısına aittir (T. C. Sağlık Bakanlığı Sağlık Eğitimi Genel Müdürlüğü, 2008, s. 80-85). Çocuklardaki obezite iki nedenden dolayı çok önemlidir. İlk olarak, obezite erken yaşlardan itibaren kronik metabolik rahatsızlıkların gelişmesi için risk oluşturmaktadır. İkinci olarak, obez çocuklarda psikolojik sorunlar, ileriki yaşlarda uyum sorunları ve özgüven eksikliği ortaya çıkmaktadır (TEMD Obezite, Lipid Metabolizması, Hipertansiyon Çalışma Grubu, 2016, s. 31). Yetişkinlikte şişman olan bireylerin üçte birinin çocukluk çağında da şişman oldukları bilinmektedir. Obeziteye sahip çocuklarda hızlı büyüme, psikolojik sorunlar, karaciğer yağlanması, uyku apnesi, safra kesesi hastalıkları, hipertansiyon görülmektedir. Obez çocuklar yetişkin obezitesi için de

büyük risk taşımaktadır (Şanlıer, 2012, s. 180). Ayrıca obezite; azalan fiziksel aktiviteye, uyku problemlerine, hormon bozukluklarına, düşük özgüven gibi sorunlara da neden olmaktadır (Gatineau & Dent, 2011, s. 6). Fast food, hazır meyve suyu ve atıştırmalıklar gibi yetersiz ve dengesiz beslenmenin getirdiği sorunlardan biri olan obeziteden dolayı OECD verilerine göre 5-17 yaş aralığındaki çocukların %21.4'ü aşırı kiloludur. Bu oran Çin'de %4.5, Türkiye'de %10.3, Rusya'da %19.8, İspanya'da %22.9, İngiltere'de %26,6, Amerika'da %35.9 ve Yunanistan'da %37.0 oranındadır (OECD, 2011).

Okul öncesi dönemde kazanılan beslenme alışkanlığı sadece kişinin geleceğini değil toplum sağlığı açısından da son derece önemlidir. Dolayısıyla okul öncesi dönemde beslenme alışkanlığını etkileyen faktörlerin tespit edilmesi alınacak önlemler açısından gereklidir. Okul öncesi dönem çocuklarının beslenme alışkanlıkları yetişkinlerden farklıdır. Örneğin, besin grupları içinde en az sebzeleri severler. Elleri ile yiyebilecekleri yiyeceklerden hoşlanırlar (Kutluay Merdol, 2012, s. 9). Besinleri karışık olarak tüketmekten hoşlanmazlar ve sevdikleri yemekler sınırlıdır. Her yemeği iştahla yemezler. Bu durumda ailelerin çocuğun yeme alışkanlıklarını düzenlemesine yardımcı olması gerekmektedir. Aile çocuğun sevmediği yemekleri sofraya koyarak çocuğun o yemeği tanımasını ve görmesini sağlayabilir. Çocuk yemeği sevmediğinde yemek daha çekici bir şekilde servis edilebilir. Çocuğun her besin grubundan beslenmesinin önemi düşünüldüğünde yemekte çocuğa her besin grubundan birden fazla seçenek sunulabilir. Çocuk yemeği yemek istemediğinde her seferinde tabağındaki yemeği bitirmek için zorlanmamalıdır. Bu gibi davranışlarla aileler çocuklarının beslenme alışkanlığı kazanmasına yardımcı olabilir (T. C. Sağlık Bakanlığı Türkiye Halk Sağlığı Kurumu, 2013, s. 11-14). Çocuklarla sağlıklı yiyeceklerin önemi konuşulduğunda çocukların sağlıklı beslenme konusunda bilinçlendikleri ve yiyeceklerin besin değerleri hakkında konuşulduğunda ise besin değeri yüksek yiyecekleri tüketme konusunda farkındalık kazandıkları, ailelerin çocuklarına yüksek enerji içeren abur-cubur türü yiyecekleri tüketmelerine izin verme durumları ile çocukların abur-cubur türü yiyecekleri tüketmeleri arasında bir ilişki olduğu görülmektedir (Köroğlu, 2009). Çocuğun sevmediği bir yiyeceği yemek istemediğinde çocuğa ödül olarak çikolata ve patates cipsi gibi ödülleri sunulduğu (T. C. Sağlık Bakanlığı Türkiye Halk Sağlığı Kurumu, 2013, s. 15), zorla yedirildiği (Oğuz & Öney, 2013) yapılan çalışmalarla tespit edilmiştir. Bowne'n (2009) çalışmasında ebeveyn tutumları ile çocukların yeme alışkanlıkları arasında bir ilişki olduğu, otoriter tutuma sahip ebeveynlerin çocuklarının yeme alışkanlığı üzerinde çok etkili olduğu, izin verici tutuma sahip ebeveynlerin çocuklarının yeme alışkanlığı üzerinde daha az etkili olduğu görülmüştür. Evde yaşayan birey sayısı, anne-babanın işi ve geliri, ailenin besin harcamaları, ailenin psikososyal özellikleri, iletişimi ve tutumu, çocuğun yaşı, cinsiyeti, tercihleri ve tutumları da çocuğun beslenme alışkanlığını belirleyen faktörlerdir (Küçükkömürler, 2012, s. 191). Bu faktörlerin dışında toplumun ekonomik durumu, çevre koşullarının hijyenik olmaması, bağırsak parazitleri, emilim bozuklukları, çeşitli metabolik hastalıklar, hatalı beslenme alışkanlıkları ve iştahsızlığın beslenme üzerinde etkisi bulunmaktadır (Şanlıer, 2012, s. 155).

Çocukların beslenme alışkanlığını belirlemede en önemli unsur aile ise ailelerin besleme alışkanlığını etkileyen faktörler nedir sorusunun cevabı ise günümüzde medyadır. Shiratori ve Kinsey (2011) tarafından yapılan çalışmada tüketicilerin popüler medya aracılığı ile edindiği beslenme bilgilerinin tüketicilerin yiyecek seçiminde oldukça etkili olduğu, tüketicilerin satın alma sürecinin sosyal medya araçlarından etkilendiği görülmektedir (İşlek, 2012). Konya’da yapılan bir çalışmada ise kitle iletişim araçlarının tüketicilerin beslenme bilgilerilerini etkisinde TV, gazete-dergi, radyo ve internetten elde ettikleri, katılımcıların %64.9’u kitle iletişim araçlarındaki beslenme bilgilerini anlaşılır ve %63.3’ü bilimsel buldukları tespit edilmiştir (Aktaş & Cebirbay, 2011). Kadınların besin tercihlerinin ve beslenme alışkanlıklarının beslenme ile ilgili haberlerden ve gıda reklamlarından etkilendiği görülmektedir. Çalışan kadınların bilgi düzeyleri daha yüksek olmasına rağmen, medyanın çalışan ve çalışmayan kadın üzerindeki etkisi arasında fark bulunmamıştır (Tutar, 2012). Kadınların çalışma durumu ile beslenme alışkanlıklarına dair yapılan bir diğer çalışmada ise çalışan kadınların beslenme bilgi düzeylerinin iyi ve beslenme bilgi kaynaklarının yazılı ve görsel kaynaklar olduğu, çalışmayan kadınların beslenme bilgi düzeylerinin orta ve beslenme bilgi düzeyi kaynaklarının ailelerinden edindikleri bilgi olduğu anlaşılmıştır (Çiltık, 2009). Ayrıca, ailelerin eğitim durumlarının çocukların beslenme alışkanlığı üzerindeki etkisine bakıldığında düşük eğitim seviyesindeki ailelerin çocuklarının çok yedikleri ve yüksek eğitim düzeyindeki ailelerin çocuklarına göre kilolu oldukları (Ebenegre ve diğerleri, 2011). Case ve Paxson’un (2002) çalışmasında da ailenin sosyoekonomik düzeyi ve gelir durumunun çocukların sağlığı dolayısıyla beslenme alışkanlıkları üzerinde etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Özetle; medya, kadının çalışma durumu, ailenin eğitim durumu, sosyoekonomik düzeyi ve gelir durumu çocukların beslenme alışkanlığı üzerinde dolaylı bir etkiye sahiptir. Ancak bu çalışmalar, erken çocukluk döneminin temelini oluşturan 3-7 yaş arası çocukların annelerinin beslenme tutumları ve alışkanlıkları ile ilgili değildir. Okul öncesi dönemin çocukların her türlü alışkanlığın kazanılmasındaki önemi düşünüldüğünde; 3-7 yaş arası çocukların annelerinin; çocuklarının beslenme alışkanlığı üzerindeki tutumunun ayrıntılı incelenmesi, bu tutumların annelerin çalışma durumu, eğitim seviyesi ve ailenin gelir durumuna göre farklılaşma olup olmadığına bakılmasına ihtiyaç duyulmuştur. Ayrıca kadınların çalışma durumu ve ailenin gelir seviyesine bağlı olarak ailenin birlikte dışarıda yemek yeme durumlarının da çocukların beslenme alışkanlığı üzerindeki etkisi olduğu düşünüldüğü için dışarıda yemek yeme durumu bu çalışmada ele alınmıştır. Bu çalışmanın amacı; 3-7 yaş çocuğu olan annelerin beslenme ile ilgili bilgi kaynaklarını, dışarıda yemek yeme durumunu ve çocukların beslenme tutumlarını belirlemelerini çeşitli demografik verilere göre karşılaştırmaktır.

Araştırmanın alt problemleri ise şunlardır:

1-Annelerin beslenme ile ilgili bilgi kaynakları annenin yaşı, eğitimi, çalışma ve aylık gelir durumuna göre değişmekte midir?

2-Ailenin dışarıda yemek yeme sıklığı annenin yaşı, eğitimi, çalışma ve aylık gelir durumuna göre değişmekte midir?

3-Çocuğun beslenme alışkanlığı tutumu annenin yaşı, eğitimi, çalışma ve aylık gelir durumuna göre değişmekte midir?

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli

Araştırma, bir grubun belirli özelliklerini belirlemek için verilerin toplanmasını amaçlayan bir tarama çalışmasıdır (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz, & Demirel, 2012, s. 14). Tarama modeli, geçmişte ya da o anda var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi ve tanımlamayı amaçlayan bir araştırma yaklaşımıdır. Araştırmaya konu olan her neyse onları değiştirme ve etkileme çabası yoktur (Karasar, 1984, s. 79).

2.2. Örneklem

Araştırmada, İstanbul ilinde seçkisiz örneklem yöntemiyle seçilmiş 3-7 yaş çocuğa sahip 136 anne yer almaktadır. Araştırmacılar anneleri; 3 ay süreyle farklı sosyo-ekonomik düzeydeki bölgelerden (Kadıköy, Küçükçekmece, Şişli, Avcılar) veli toplantısı sonrası, komşularından, alışveriş merkezlerinden, okul öncesi öğretmen adaylarının akrabaları arasında rastlantısal olarak seçerek, annelerle yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilmiştir.

Tablo 1. Görüşme yapılan annelere ait demografik bilgiler ve kodlar

Annelere görüşme sırasında verilen numaralar	Kodlar	Kodların anlamı
1	1EYÇ 36	Eğitim seviyesi yüksek çalışan anne, 36 yaşında
2	2EDÇ31	Eğitim seviyesi düşük çalışan anne, 31 yaşında
3	3EYÇM34	Eğitim seviyesi yüksek, çalışmayan anne, 34 yaşında
4	4EDÇM27	Eğitim seviyesi düşük, çalışmayan anne, 27 yaşında

Tablo 1’de de görüldüğü gibi yüzyüze görüşme yapılan eğitim seviyesi yüksek ve çalışan anne 36 yaşında, eğitim seviyesi düşük ve çalışan anne 31 yaşında, eğitim seviyesi yüksek ve çalışmayan anne 34 yaşında ve eğitim seviyesi düşük ve çalışmayan anne 27 yaşındadır.

2.3. Verilerin Toplanması

Araştırmanın başlangıcında yarı yapılandırılmış görüşme formundaki sorular literatür taraması gerçekleştirildikten sonra araştırmacılar tarafından oluşturulmuştur. Ön çalışma olarak 20 anne ile görüşülmüş ve görüşmeler sonunda soruların cevaplarına birden fazla kategori eklenmesine ve örneklem grubun, cevapları bu kategorilerin arasından önem sırasına göre seçmesine karar verilmiştir (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz & Demirel, 2012, s. 151). Demografik veriler olarak annenin yaşı, boyu, kilosu, çocuğun boyu ve kilosu, annenin eğitim durumu, çalışma durumu ve ailenin aylık gelir durumu yer almaktadır. Ancak bir çok annenin kendisi ve çocuğunun boy ve kilosundan emin olmayışı başlangıçta hedeflenen, annenin ve çocuğunun vücut kitle endeksi oranının karşılaştırılmasını olanaksız kılmıştır. Görüşmedeki diğer sorular ise “Beslenmeyle ilgili bilgileri nereden öğrendiniz ve öğrenmeye devam ediyorsunuz?”, “Aile olarak dışarıda ne sıklıkla yemek yiyorsunuz?”, “Çocuğunuz istediği yemek olmadığında veya yemek istemediğinde nasıl bir tutum/davranış izliyorsunuz?” şeklindedir. İstatistiksel çalışmalar sonucu 136 anne içinden eğitim düzeyi yüksek çalışan ve çalışmayan, eğitim düzeyi düşük çalışan ve çalışmayan anneler arasından 10 anne seçilmiş ve sorulara verilen cevaplarla ilgili derinlemesine analiz ve yorum yapılabilmesi için yüz yüze görüşmeler yapılmıştır.

2.4. Verilerin Analizi

Demografik veriler ve örneklemelerin cevapları kodlanarak IBM SPSS Statistics 17 programında frekans analizi ile değerlendirilmiştir. Örneklemelerin, bir soru için birden fazla yanıtlarının olmasından dolayı yanıtlar öncelik sırasına göre derecelendirilmiştir. Örneğin beslenme bilgi kaynaklarının medya, doktor ve aldığı eğitim olduğunu söyleyen bir anneden bunları öncelik sırasına göre sıralaması istenmiş ve anne bu üç faktörün frekans analizinde yer almıştır. 10 anne ile yapılan yüz yüze görüşmelerden elde edilen ses kayıtlarının redaksiyonu sonrası elde edilen veriler içerik analiziyle değerlendirilmiştir.

Araştırma, 136 anne, İstanbul ili ve görüşme sorularıyla sınırlıdır.

3. BULGULAR

Bu bölümde annenin yaşı, eğitimi, aylık gelir ve çalışma durumuna göre beslenme ile ilgili bilgi kaynaklarına, dışarıda yemek yeme sıklığına ve çocuğun beslenme alışkanlığı tutumuna ait bulgular ile annelerle derinlemesine yapılan görüşmelere ait bulgular yer almaktadır.

3.1. Annenin Yaşı, Eğitimi, Aylık Gelir ve Çalışma Durumuna Göre Beslenme İle İlgili Bilgi Kaynaklarına Ait Bulgular

3.1.1. Annenin yaşına göre beslenme ile ilgili bilgi kaynaklarına ait bulgular.

Beslenmeyle ilgili bilgi kaynakları, veri kaynağı olarak kullanılan görüşme formunda medya, büyükler (anne, kayınvalide vb.), komşu veya arkadaş, doktor ve aldığı eğitimden şeklinde kategorilere ayrılmış ve birden fazla kategori örneklem grup tarafından seçilebilmiştir.

14-35 yaş aralığında bulunan annelerin 53'ü (% 63.9) medyayı, 52'si (%62.7) doktorunu, 43'ü (%51.8) büyüklerini, 22'si (%26.5) komşu ve arkadaşlarını, 36'sı (%43.4) aldığı eğitimi beslenme ile ilgili bilgi kaynağı olarak göstermektedir. 36 yaş ve üzeri annelerin beslenmeyle ilgili bilgi edinme ise ,36 yaş ve üzeri olan annelerin 35'i (%66) medyayı, 34'ü (% 64.2) doktorunu, 33'ü (%62.3) büyüklerini, 21'i (%39.6) aldığı eğitimi ve 14'ü (%26.4) komşu ve arkadaşlarını beslenme ile ilgili beslenme kaynağı olarak göstermektedir.

3.1.2. Annenin eğitim durumuna göre beslenme ile ilgili bilgi kaynaklarına ait bulgular.

Okuryazar olmayan, ilkokul ve ortaokul mezunu annelerin 20'si (%66.7) medyayı, 18'i (%60.0) büyüklerini, 14'ü (%46.7) doktorunu, 8'i (26.7) komşu ve arkadaşlarını, 6'sı (20.0) aldığı eğitimi beslenme ile ilgili bilgi kaynağı olarak göstermektedir. Lise mezunu annelerin 35'i (%70) medyayı, 28'i (%56.0) büyüklerini, 35'i (%70.0) doktorunu, 13'ü (%26.0) komşu ve arkadaşlarını, 23'ü (%46.0) aldığı eğitimi beslenme ile ilgili bilgi kaynağı olarak göstermektedir. Üniversite mezunu ve üzeri annelerin 37'si (%66.1) doktorunu, 33'ü (%58.9) medyayı, 30'u (%53.6) aile büyüklerini, , 15'i (%26.8) komşu ve arkadaşlarını, 28'i (%50.0) aldığı eğitimi beslenme ile ilgili bilgi kaynağı olarak belirtmektedir.

3.1.3. Annenin çalışma durumuna göre beslenme ile ilgili bilgi kaynaklarına ait bulgular.

Çalışan annelerin,38'i (%65.5) doktorunu, 30'u (%51.7) medyayı, 31'i (%53.4) aldıkları eğitimi, 29'u (%50.0) büyüklerini, 18'i (%31.0) komşu ve arkadaşlarını, beslenme ile ilgili bilgi kaynağı olarak göstermektedir. Çalışmayan annelerin ise 58'i (%75,3) medyayı, 48'i (%62.3) doktorunu, 46'sı (%59.7) büyüklerini, 17'si (%22.1) komşu ve arkadaşlarını, 26'sı (%33.8) aldıkları eğitimi beslenme bilgi kaynağı olarak belirtmiştir.

3.1.4. Ailenin gelir durumuna göre beslenme ile ilgili bilgi kaynaklarına ait bulgular.

Aile gelir durumu 1000-2000 TL olan annelerin 10'u (%47,6) medyayı, 11'i (%52,4) büyüklerini, 13'ü (%61,9) doktorunu, 4'ü (%19,0) komşu ve

arkadaşlarını, 6'sı (%28,6) aldıkları eğitimi beslenme bilgi kaynağı olarak gösterirken, gelir durumu 2001-3000 TL olan annelerin 27'si (%75) medyayı, 22'si (%61,1) büyüklerini, 21'i (%58,3) doktorunu, 9'u (%25,0) komşu ve arkadaşlarını, 12'si (%33,3) aldıkları eğitimi beslenme ile ilgili bilgi kaynağı olarak göstermektedir. Aylık gelir durumu 3001-4000 TL olan annelerin 23'ü (%71,9) medyayı, 21'i (%65,6) doktorunu, 20'si (%62,5) büyüklerini, 12'si (%37,5) komşu ve arkadaşlarını, 10'u (%21,7) aldıkları eğitimi beslenme bilgi kaynağı olarak gösterirken, gelir durumu 4000 TL ve üzeri olan annelerin 31'i (%67,4) doktorunu, 28'i (%60,9) medyayı, 23'ü (%50,0) büyüklerini, 10'u (%21,7) komşu ve arkadaşlarını, 26'sı (%56,5) aldıkları eğitimi beslenme ile ilgili bilgi kaynağı olarak göstermektedir.

Derinlemesine yapılan görüşmeler sonrası ise, eğitim düzeyi yüksek olan annelerin beslenmeye ilgili bilgi kaynaklarında çalışma durumunun etkili olmadığı;

1EYÇ 36: *Bilgi kaynağım olarak medya ve internetten yararlanıyorum özellikle internetten takip ettiğim iki doktor var, daha sonra ise anne ve ablamdan bilgi alıyorum.*

3EYÇM34: *Birinci sırada doktorumuzdan, ikinci sırada ise internetten yararlanıyorum.*

8EYÇ28: *Çalıştığım için en hızlı ve istediğim zaman aklımda soru olursa internete ulaşabiliyorum,....tabiki internetteki kaynaklarda da veri kaynağının doktor olmasını tercih ediyorum.*

Örneklere birinci sırada medya yer alıyor gibi görünse de eğitilmiş annelerin doktordan bilgi almayı tercih ettikleri görülmektedir. Ancak burada medya aracı olarak ulaşılabilirliği açısından internet öne çıkmaktadır.

Eğitim düzeyi düşük ve çalışan annelerde belirli bir ortak sonuç ortaya çıkmamıştır. Örneğin;

2EDÇ31: (ortaokul terk): *Ben öncelikle Canan Karatayı TV'de hiç kaçırmıyorum ve söylediklerini uygulamaya çalışıyorum örneğin her hafta sonu mangal yapıyoruz ve kuzu yüreği mutlaka çocuklarıma yediriyorum. İkinci sırada internet var. Büyüklerime, kardeşlerime hep ben öğretiyorum müdahale ediyorum.*

7EDÇ 28 (ortaokul terk): *Tamamen babaannemiz yemek işini yürütüyor, kadın 3 çocuk yetiştirmiş... maşallah hepsi turp gibi o yüzden ona sonsuz güveniyorum.*

Eğitim düzeyi düşük ve çalışmayan annelerde ise beslenme bilgi kaynağında medya ve büyükler daha öne çıkmaktadır. Örneğin;

6EDÇM40: *Ben ilk çocuğumda çok titizdim. Şimdi bu 4. çocukta tamamen tecrübe diyorum. İlk çocukta eşim doktora göre davranmam için zorladı ama kayınvalidemde sürekli müdahale etti. Ben son karar büyükler derim hep.*

10 EDÇM22: *Açıkçası tamamen büyüklerimden diyebilirim, tabiki Canan Karatayda özellikle meyve yemeyin dediği için çocuğumda değil ama kendim için onu dinliyorum.*

Bu analizlerde beslenme bilgi kaynakları olarak hiç birinde doğrudan “aldığım eğitim” yanıtı gelmemiştir. Sadece bilginin doğru kaynağı olarak doktoru tercih etmede eğitimli olmaları etken olmaktadır diyebiliriz.

3.2. Annenin Yaşı, Eğitimi, Aylık Gelir ve Çalışma Durumuna göre Ailenin Dışarıda Yemek Yeme Sıklığına ait Bulgular

14-35 yaş arası annelerin 31’i (%37,3) ayda bir, 23’ü (%27,7) haftada bir, 8’i (%9,6) haftada birden fazla, 20’si (%24,1) nadiren, 1’i (%24,1) hiçbir zaman olarak ailece dışarıda yemek yeme sıklıklarını belirtirken, 36 ve üzeri yaştaki annelerin 18’i (%34) ayda bir, 16’sı (%30,2) haftada bir, , 3’ü (%5,7) haftada birden fazla, 15’i (%28,3) nadiren, 1’i (%1,9) ise hiçbir zaman olarak ailece dışarıda yemek yeme sıklıklarını belirtmişlerdir.

Eğitim durumuna göre annelerin dışarıda yemek yeme sıklığına ait yüzdelere baktığımızda, okur-yazar olmayan, ilkökul, ortaokul mezunu annelerin 5’i (%16,7) haftada bir, 12’si (%40,0) ayda bir, 12’si (%40) nadiren, 1’i (%3,3) hiçbir zaman olarak ailece dışarıda yemek yeme sıklıklarını belirtmişlerdir. Lise mezunu annelerin 18’i (%36,0) haftada bir, 17’si (%34,0) ayda bir, 3’ü (%6,0) haftada birden fazla, 11’i (%22,0) nadiren, 1’i (%2,0) hiçbir zaman olarak ailece dışarıda yemek yeme sıklıklarını belirtmişlerdir. Üniversite ve diğer eğitim düzeylerine sahip annelerin 16’sı (%28,6) haftada bir, 20’si (%35,7) ayda bir, 8’i (%14,3) haftada birden fazla, 12’si (%21,4) nadiren olarak ailece dışarıda yemek yeme sıklıklarını belirtmişlerdir.

Çalışma durumuna göre annelerin dışarıda yemek yeme sıklığı ile ilgili yüzde sonuçlarına göre, çalışan annelerin 19’u (%32,8) haftada bir, 20’si (%34,5) ayda bir, 6’sı (%10,3) haftada birden fazla, 13’ü (%22,4) nadiren ailece dışarıda yemek yediklerini belirtmiştir. Çalışmayan annelerin 20’si (%26,0) haftada bir, 28’i (%36,4) ayda bir, 5’i (%6,5) haftada birden fazla, 22’si (%28,6) nadiren, 2’si (%2,6) hiçbir zaman olarak ailece dışarıda yemek yeme sıklıklarını belirtmişlerdir.

Gelir durumuna göre annelerin dışarıda yemek yeme sıklığı sonuçlarına göre, gelir durumu 1000 TL - 2000 TL arasında olan ailelerin 2’si (%9,5) haftada bir, 10’u (%47,6) ayda bir, 1’i (%4,8) haftada birden fazla, 7’si (%33,3)’ü nadiren, 1’i (%4,8) hiçbir zaman şeklinde ailece dışarıda yemek yeme sıklıklarını belirtmişlerdir. Gelir durumu 2001-3000 arasında olan ailelerin 6’sı (%16,7) haftada bir, 18’i (%50) ayda bir, 1’i (%2,8) haftada birden fazla, 10’u (%27,8) nadiren, 1’i (%2,8) hiçbir zaman şeklinde ailece yemek yeme sıklıklarını belirtmişlerdir. Gelir durumu 3001 TL - 4000 TL arasında olan ailelerin 11’i (%34,4) haftada bir, 9’u (%28,1) ayda bir, 2’si (%6,3) haftada birden fazla, 10’u (%31,3) nadiren şeklinde ailece dışarıda yemek yeme sıklıklarını belirtmişlerdir. 4001 TL ve üzeri gelir durumuna sahip ailelerin 20’si (%43,5) haftada bir, 12’si (%26,1) ayda bir, 7’si (%15,2) haftada birden fazla, 7’si (%15,2) hiçbir zaman şeklinde ailece dışarıda yemek yeme sıklıklarını belirtmişlerdir.

Dışarıda yemek yeme sıklığını etkileyen faktörlerederinlemesine analiz ettiğimizizde;

Gelir durumu 5000 TL nin üstünde annenin eğitilmiş veya eğitimsiz olmasına bakılmaksızın dışarda yemek yeme sıklığı ortalama ayda 4 kez gerçekleşmektedir. Yine annenin çalışma durumuna bakılmaksızın aylık gelir durumu 5000 TL nin üstünde olmasıyla dışarda yemek yeme sıklığı ayda ortalama 4 kez olarak bulunmuştur. Dışarda yemek yeme sıklığında en önemli etken aylık gelir durumu diyebiliriz. Aylık gelir durumu düşse de eğitilmiş veya eğitimsiz ayda en az 2 kez dışarda yemek yenmektedir. Aynı şekilde dışarda yemek yendiğinde çocukların ağırlıklı olarak fast food ile beslendiği görülmektedir. Örneğin:

7EDÇ 28: (4 çocuklu) *Her hafta sonu çıkıyoruz ben kanat, dürüm, döner tercih ediyorum çocukların beslenmesinde ama bazen onlar çok istediği için hamburger alıyoruz.*

10 EDÇM22: *Özellikle kışın çocuklar evde çok sıkıldığı için eğlenme amaçlı dışarı çıkıyoruz...AVM tabiki. Orada da fast food nadiren olsa yiyorlar.*

2EDÇ 31: *Çocuklar hamburger istiyor ama ben müsaade etmiyorum. Kanatçı dürümcüye gitmek istiyorlar. (Hiç mi götürmüyorsun?) Önceden evet götürüyordum 'e (fast food markası). Haberlerde, internette tavuklarla ilgili haberlerden dolayı götürmüyorum.*

5EDÇM42: *Ayda 3 kez dışarı çıkıyoruz. Kebap gibi evde yapılmayan şeyler için dışarı çıkıyoruz. Çocuklar zaman zaman 'e (fast food markası) gitmek istiyorlar.*

3EYÇM34: *Ailecek dışarıda yemeğe haftada bir defa çıkıyoruz. Hamburger yiyoruz. Özel olarak yemeğe çıkmıyoruz.*

4EYÇ: *Dışarıda yemek yeme nedenlerimiz; ailecek birlikte zaman geçirmek, kızımızı eğlendirmek, kızımızı AVM'deki oyun salonlarına ve parklarına götürmek, kızım enginar bile yediği için ödül olarak hamburger yediriyorum.*

3.3. Annenin Yaşı, Eğitimi, Aylık Gelir ve Çalışma Durumuna göre Çocuğun Beslenme Alışkanlığı Tutumuna ait Bulgular

Annenin yaşına göre çocuğun beslenme alışkanlığı tutumu ile ilgili yüzdelere baktığımızda, 14-35 yaş aralığında olan annelerin 23'ü (% 27,7) çocuklarına istediğini verdiğini, 14'ü (%16,9) "Başka yemek yok." dediğini, 20'si (%24,1) seçimine bıraktığını, 4'ü (% 4,8) ceza ve tehditle yedirdiğini, 13'ü (%15,7) yararını anlattığını, 4'ü (% 4,8) yemek seçmediklerini, 13'ü (%15,7) diğer yolları denediğini belirtmiştir. 36 yaş ve üzeri olan annelerin, 13'ü (%24,5) seçimine bıraktığını, 12'si (% 22,6) istediğini verdiğini, 9'u (%17,0) "Başka yemek yok." dediğini, 8'i (%15,1) ceza ve tehditle yedirdiğini, 9'u (%17,0) yararını anlattığını, 5'i (%9,4) yemek seçmediklerini, 7'si (%13,2) diğer yolları denediğini belirtmiştir.

Annenin eğitim durumuna göre çocuğun beslenme alışkanlığı tutumu ile ilgili yüzdelere göre, okur-yazar olmayan, ilkökul, ortaokul mezunu annelerin, 9'u (%30,0) seçimine bıraktığını, 7'si (%23,3) istediği yemeği verdiğini, 4'ü (%13,3) "Başka yemek yok." dediğini, 2'si (%6,7) ceza ve tehditle yedirdiğini, 5'i (%16,7)

yararını anlattığını, 2'si (%6,7) yemek seçmediklerini, 4'ü (%13,3) diğer yolları denediğini belirtmiştir. Lise mezunu annelerin 16'sı (%32,0) istediği yemeği verdiğini, 9'u (%18,0) "Başka yemek yok." dediğini, 12'si (%24,0) seçimine bıraktığını, 4'ü (%8,0) ceza ve tehditle yedirdiğini, 9'u (%18,0) yararını anlattığını, 4'ü (%8,0) yemek seçmediklerini, 4'ü (%8,0) diğer yolları denediğini belirtmiştir. Üniversite ve diğer eğitim düzeylerine sahip annelerin 12'si (%21,4) istediği yemeği verdiğini, 10'u (%17,9) "Başka yemek yok." dediğini, 12'si (%21,4) seçimine bıraktığını, 6'sı (%10,7) ceza ve tehditle yedirdiğini, 8'i (%14,3) yararını anlattığını, 3'ü (%5,4) yemek seçmediklerini, 12'si (%21,4) diğer yolları denediğini belirtmiştir.

Annenin çalışma durumuna göre çocuğun beslenme alışkanlığı tutumu

Sonuçlarına göre, çalışan annelerin 16'sı (%27,6) istediği yemeği verdiğini, 15'i (%25,9) seçimine bıraktığını, 7'si (%12,1) "Başka yemek yok." dediğini, 4'ü (%6,9) ceza ve tehditle yedirdiğini, 9'u (%15,5) yararını anlattığını, 2'si (%3,4) yemek seçmediklerini, 11'i (%19,0) diğer yolları denediğini belirtmiştir. Çalışmayan annelerin 18'i (%23,4) istediği yemeği verdiğini, 16'sı (%20,8) "Başka yemek yok." dediğini, 18'i (%23,4) seçimine bıraktığını, 8'i (%10,4) ceza ve tehditle yedirdiğini, 13'ü (%16,9) yararını anlattığını, 7'si (%9,1) yemek seçmediklerini, 9'u (%11,7) diğer yolları denediğini belirtmiştir.

Gelir durumuna göre çocuğun beslenme alışkanlığı tutumu ile ilgili yüzdelere göre, aylık ortalama geliri 1000 TL-2000 TL arasında olan annelerin 5'i (%23,8) istediği yemeği verdiğini, 5'i (%23,8) "Başka yemek yok." dediğini, 2'si (%9,5) seçimine bıraktığını, 1'i (%4,8) ceza ve tehditle yedirdiğini, 5'i (%23,8) yararını anlattığını, 2'si (%9,5) yemek seçmediklerini, 3'ü (%14,3) diğer yolları denediğini belirtmiştir. Aylık ortalama geliri 2001 TL-3000 TL arasında olan annelerin 10'u (%27,8) istediği yemeği verdiğini, 11'i (%30,6) "Başka yemek yok." dediğini, 9'u (%25,0) seçimine bıraktığını, 3'ü (%8,3) ceza ve tehditle yedirdiğini, 6'sı (%16,7) yararını anlattığını, 1'i (%2,8) yemek seçmediklerini, 5'i (%13,9) diğer yolları denediğini belirtmiştir. Aylık ortalama geliri 3001 TL-4000 TL arasında olan annelerin 5'i (%15,6) istediği yemeği verdiğini, 3'ü (%9,4) "Başka yemek yok." dediğini, 8'i (%25,0) seçimine bıraktığını, 5'i (%15,6) ceza ve tehditle yedirdiğini, 6'sı (%18,8) yararını anlattığını, 2'si (%6,3) yemek seçmediklerini, 4'ü (%12,5) diğer yolları denediğini ve aylık ortalama geliri 4001 TL ve üzeri olan annelerin 15'i (%32,6) istediği yemeği verdiğini, 4'ü (%8,7) "Başka yemek yok." dediğini, 13'ü (%28,3) seçimine bıraktığını, 3'ü (%6,5) ceza ve tehditle yedirdiğini, 5'i (%10,9) yararını anlattığını, 4'ü (%8,7) yemek seçmediklerini, 8'i (%17,4) diğer yolları denediğini belirtmiştir.

Çocukların yemek yemek istemediğinde annelerin tutumuyla ilgili derinlemesine görüşmeler sonucunda ise;

3EYÇM34 :*(tek çocuğu var 4 yaşında anne üniversite mezunu) Kızımın yemek yemediğinde acıkmadığını düşünüp 15-20 dakika sonra tekrar yiyinceye kadar 2 kaşık yedirmeye çalışıyorum. Daha sonra köfte, makarna, yoğurt pilav veya karnıbahar, patlıcan, kabak gibi onun sevdiği yemekleri yediriyorum. Evde hazır meyve suyu, hazır kek, yok. Şekersiz şeyler var.*

5EDÇM42: (lise mezunu 3 çocuğu var en küçük 4 yaşında) Yemek yemek istemediğinde ilk seferinde aç bekliyor. Fakat ikinci seferde mecburen yiyor. Arada bir şey vermem. Normalde çorba, sebze, et, makarna, pilav gibi 3 çeşit yemek muhakkak var. Azar azar üçünden de çorba, sebze, makarna olarak veriyorum. Genel olarak kurallara uyar.

2EDÇ31: (2 çocuklu, bakkal işletiyor). İlk çocuğumu bu konuda çok bunalttım. Bu yüzden ikinci çocuğumu yemek konusunda zorlamıyorum. Acıktığında kendisi yiyor zaten. Tamam yemeyebilirsin ama menü bu diyorum. Ama çok diretirse dayanamayıp makarna, tost veriyorum. Hazır kek, cips mecbur veriyorum. Çünkü tüm çocuklar yiyor. Ama haftada bir veriyorum. Meyve suyu filan işlenmiş gıdalar okul için mecburen veriyorum. Okulda da işlenmiş gıdalar var. İlk çocuğumda çalışmıyordum. Daha dikkatliydim ve özen gösteriyordum. Şuan haftanın 7 günü çalışıyorum.

1EYÇ36: (doktora yapıyor tek çocuğu var) Beslenme sorunu olmadığından zorlamıyoruz. Acıkınca yiyor. Hazır olarak evde meyve suyu yok zaten içmiyor. Su, soda, süt, ayran tercih ediyor. Süt çok içiyor çünkü babası da çok içiyor.

7EDÇ 28 (4 çocuklu döner salonu işletiyor): Hepsinin iştahı yerinde, yemek sorun olmuyor. (Neden?). Birisi yerken diğeride aynıından istiyor. (Hazır gıdalar tüketiyorlar mı?) Colayı su gibi içiyorlar, cips, kola, hazır meyve suyu, dondurma bütün çocuklar yiyor abla bizimkilerde yiyor.

6EDÇM40: (4 çocuklu kayınvalidesiyle oturuyor eşi pazarcı) Evde hamur işi çok yapıldığından o da zaten bizim gibi çok sevdiğinden yemek yememe durumu olmuyor. Etide çok seviyor ama sınırlı alabiliyoruz genelde kıymayı hamur işlerinde kullanarak vermeye çalışıyoruz.

Örneklerden de anlaşılacağı üzere annelerin çocuklarının beslenme alışkanlıklarıyla ilgili tutum ve davranışları kendi beslenme alışkanlıklarıyla benzerlik göstermektedir. 6EDÇM40, 1EYÇ36 de olduğu gibi. Burada dikkat çeken ise 2EDÇ31 in yararlandığı bilgi kaynaklarıyla çocuklarına olan beslenme davranışları arasındaki tutarsızlıktır. Anne medya ve TV takip ederken çocuklarına hazır meyve suyu ve cips verebilmektedir. Diğer bir konu ise 5EDÇM42 kodlu annenin ilkokul ve ortaokula giden diğer çocukları için şu ifadeleri kullanmıştır:

Ben okurken öğretmenim beslenme çantamızdakileri hijyen mi sağlıklı mı diye kontrol ederdi. Başımızda beklerdi. Yemeği olmayanlara kendi parasıyla yemek alıyordu. Şimdi parası olmayanları dışlayıp rezil ediyorlar. Buna veliler de dahil. Kantinlerde hazır işlenmiş, katkı maddeli gıdalarla dolu örneğin kivi çayı var bence tamamen boya.

Sınırlı sayıda anneyle görüşülmesine rağmen annelerin eğitim düzeyi yükseldikçe (1EYÇ36, 3EYÇM34, 5EDÇM42) çocuklarının beslenmesinde şekerli ürün ve hazır gıda kullanma oranının azaldığı söylenebilir.

4. TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu araştırmada, 3-7 yaş arası çocuğu olan annelerin yaşı, eğitim durumu, çalışma ve ailenin gelir durumuna göre annenin beslenme konusunda bilgi kaynakları, ev dışında yemek yeme sıklığı ve çocuğun beslenme alışkanlığı tutuma etkileri incelenmiştir. Elde edilen tüm nicel verilere göre, 14-35 yaş grubu annelerin beslenme bilgi kaynağı medya, doktor ve büyükler iken 35 yaş üstündeki anneler için medya, büyükler ve doktorlar yer almaktadır. Nitel verilerde bir anne (28) dışında diğer anneler birinci sırada beslenme bilgi kaynağı olarak medyayı tercih etmişlerdir. Eğitim düzeyi lise seviyesine kadar olan anneler yine medyayı birinci sırada tercih ederken, üniversite mezunu ve aylık gelir durumu 5000 TL ve üzeri olan anneler beslenmeyle ilgili bilgilerini doktor, medya ve büyükler olarak sıralamıştır. Beslenme bilgi kaynağı ile ilgili Aktaş ve Cebirbay (2011), Shiratori ve Kinsey (2011) ve İşlek (2012) tarafından yapılan çalışmalarda da tüketicilerin medyadan etkilendikleri sonucuna varılmıştır. Medya türü olarak yüz yüze görüşmelerde internet öne çıkmakla beraber üniversite mezunu annelerin internetten doktorları kaynak olarak kullandığı tespit edilmiştir. Burada dikkat çeken bir diğer bulgu ise çalışan annelerin beslenme bilgi kaynağı olarak aldığı eğitimi üçüncü sırada belirtirken yüz yüze görüşmelerde eğitim düzeyi yüksek olan anneler aldığı eğitimi belirtmemiştir, ancak bilinçli olarak doktorları tercih etmede eğitim düzeylerinin etkili olduğu görülmektedir. Mevcut çalışmada çalışmayan anneler daha çok medyayı beslenme bilgi kaynağı olarak gösterirken, kadınların çalışma durumu ile ilgili Tutar (2012) tarafından yapılan çalışmada medyanın çalışan ve çalışmayan kadın üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmamıştır. Çalışma durumu ile ilgili Çıltık (2009) tarafından yapılan çalışmada ise çalışan kadınların beslenme bilgi kaynağının yazılı ve görsel kaynaklar olduğu, çalışmayan kadınların beslenme bilgi kaynağının ise ailelerinden edindikleri bilgi olduğu anlaşılmıştır. Annenin eğitim durumunun beslenmeye etkisinde (Ebenegre ve diğerleri, 2011) ve Case ve Paxson'un (2002) çalışmalarında da aynı sonuçlar yer almaktadır.

Annenin çalışma durumu ve ailenin gelir durumu artıkça ev dışında yemek yeme tercih edilirken, yüz yüze derinlemesine görüşmelerde annenin çalışmaya da gelir durumu yüksek ise en az haftada bir dışarıda yemek yemeği tercih ettiği tespit edilmiştir. Burada dikkat çeken, dışarıda yemeğe çıkıldığında çocuklarının fast food yemekleri isteklerine annelerin onay verdiğidir. Köroğlu'nun (2009) çalışmasında da ailelerin çocuklarına abur cubur türü yiyecekleri tüketmelerine izin verme durumları ile çocukların bu tür yiyecekleri tüketmeleri arasında bir ilişki bulunmuştur. Bu yüzden annelerin tutumları çocukların beslenme alışkanlığını doğrudan etkileyebilir.

3-7 yaş aralığında çocukların kendilerine sunulan yemeği istemediğinde annenin yaşı, eğitim durumu, çalışma durumu ve gelir durumu fark etmeksizin çoğunlukla çocuklarına istediği yemeği verdikleri bulunmuştur. Oğuz ve Önay Derin'in (2013) çalışmasında ise çocuk yemek istemediğinde ailelerin birinci olarak ödül yoluyla, ikinci olarak ise zorla çocuğa yemek yedirmeye çalıştıkları anlaşılmıştır. Yüz yüze görüşmelerde annenin eğitim durumu artıkça ve ailenin

hazır meyve suyu, şekerlemeleri kullanmaması ve evde pişen yemek türleri gibi beslenme alışkanlıklarına göre çocuklarının besin çeşitlerinde sıkıntı yaşamadıklarıdır. Ancak eğitim düzeyi düştükçe ve eğitim düzeyi düşük çalışan annelerde fast food, hazır meyve suyu, atıştırmalıkları çocuklarına verdikleri hatta okulun beslenme çantasında yer aldığı görülmektedir. Tüm veriler değerlendirildiğinde bu çalışmada annenin eğitim seviyesi çocuğun sağlıklı beslenme alışkanlığında en önemli demografik veri olarak karşımıza çıkmıştır.

5. KAYNAKLAR

- Aktaş, N., & Cebirbay, M. A. (2011). Tüketicilerin beslenme bilgilerine erişimde kullandıkları kitle iletişim araçları üzerine bir araştırma. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(11), 47-56. <http://www.mattioli1885journals.com/index.php/progressinnutrition/article/view/1502> adresinden alınmıştır.
- Bowne, M. (2009). A comparative study of parental behaviors and children's eating habits. ICAN: infant. *Child & Adolescent Nutrition*, 1(1), 11-14.
- Büyükoztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, E. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (13. Baskı, s. 4-151). Ankara: Pegem Akademi.
- Case, A., & Paxson, C. (2002). Parental behavior and child health. *Health Affairs*, 21(2), 164-178.
- Cornah, D. (2006). *Feeding minds: the impact of food on mental health*. Mental Health Foundation.
- Çiltık, N. (2009). *İstanbul ili Kağıthane ilçesinde çalışan ve çalışmayan kadınların beslenme bilgi düzeyleri ve beslenme alışkanlıklarının saptanması*. Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Ebenegge, V., Margues-Vidal P. M., Nydegger, A., Laimbacher, J., Niederer, I., Bürge, F., Bodenmann, P., Kriemler, S., & Puder J. J. (2011). Independent contribution of parental migrant status and educational level to adiposity and eating habits in preschool children. *European Journal of Clinical Nutrition*, 65(2), 210-218.
- Ersoy, Y. (2005). Beslenme ve besinler. *Anne ve çocuk için beslenme prensipleri* (s. 5-9-15-54). İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- İşlek, M. S. (2012). *Sosyal medyanın tüketici davranışlarına etkisi: Türkiye'deki sosyal medya kullanıcıları üzerine bir araştırma*. Yüksek lisans tezi, Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.
- Gatineau M, Dent M. (2011). *Obesity and Mental Health*. Oxford: National Obesity Observatory, s.6. 02.05.2016 tarihinde https://khub.net/c/document_library/get_file?uuid=18cd2173-408a-4322-b577-6aba3354b7ca&groupId=31798783 adresinden alınmıştır.
- Georgieff, M. K. (2007). Nutrition and the developing brain: nutrient priorities and measurement. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 85, 614-620.
- Kar, B. R., Rao, S. L., & Chandramouli, B. A. (2008). Cognitive development in children with chronic protein energy malnutrition. *Behavioral and Brain Function*, s.7. Doi: 10.1186/1744-9081-4-31.
- Karasar, N. (1984). *Bilimsel araştırma metodu* (s. 79). Ankara: Hacettepe Taş Kitapçılık.

- Köroğlu, S. (2009). *Okul öncesi dönem 4-6 yaş arası çocuklarda aileden kaynaklanan beslenme bozukluklarının incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Kutluay Merdol, T. (2012). *Okul öncesi dönem çocuklarının beslenmesi* (s. 7-9). Ankara: Reklam Kurdu Ajansı Org. Tan. Tas. Rek. San. Tic. Ltd. Şti.
- Küçükkömürler, S. (2012). Okul öncesi dönemde çocuğun beslenmesi. M. Arlı, N. Şanlıer, S. Küçükkömürler, M. Yaman içinde *Anne ve Çocuk Beslenmesi* (5.Baskı), (s. 185-191-206). Ankara: Pegem Akademi.
- OECD. (2011). *Health at glance 2011: OECD indicators*. OECD Publishing. <https://www.oecd.org/els/health-systems/49105858.pdf> adresinden alınmıştır.
- Oğuz, Ş., & Önay Derin, D. (2013). 60-72 aylık çocukların bazı beslenme alışkanlıklarının incelenmesi. *İlköğretim Online*, 12(2), 498-511.
- Oot, L., Sethuraman, K., Ross, J., & Sommerfelt, A. E. (2016). The effects of chronic malnutrition (stunting) on learning ability, a measure of human capital: a model in PROFILES for country-level advocacy. Washington, DC: FHI 360/Fanta. 06.09.2016 tarihinde <https://www.fantaproject.org/sites/default/files/resources/PROFILES-brief-stunting-learning-Feb2016.pdf> adresinden alınmıştır.
- Prado, E., & Dewey, K. (2012). Nutrition and brain development in early life. *Alive & Thrive*, 4, 1-14.
- Shiratori, S. & Kinsey, J. (2011). *Media impact of nutrition information on food choice*. Paper presented at the Agricultural & Applied Economics Association's 2011 AAEA & NAREA Joint Annual Meeting. Pittsburgh, Pennsylvania.
- Şanlıer, N. (2012). Malnütrisyon ve şişmanlık. M. Arlı, N. Şanlıer, S. Küçükkömürler, M. Yaman içinde *Anne ve Çocuk Beslenmesi* (5.Baskı), s.155, 180. Ankara: Pegem Akademi.
- T. C. Sağlık Bakanlığı Sağlık Araştırmaları Genel Müdürlüğü. (2014). *Türkiye beslenme ve sağlık araştırması 2010: beslenme durumu ve alışkanlıklarının değerlendirilmesi sonuç raporu* (s.180). Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü.
- T. C. Sağlık Bakanlığı Sağlık Eğitimi Genel Müdürlüğü. (2008). *Eğitimciler için eğitim rehberi: beslenme modülü* (s. 80). Ankara: İlkay Ofset Matbaacılık.
- T. C. Sağlık Bakanlığı Türkiye Halk Sağlığı Kurumu. (2013). *Okul öncesi ve okul çağı çocuklara yönelik beslenme önerileri ve menü programları* (s. 85-92). Ankara: Koza Matbaacılık.
- TEMD Obezite, Lipid Metabolizması, Hipertansiyon Çalışma Grubu. (2016). *Obezite tanı ve tedavi kılavuzu* (s. 31). Ankara: Miki Matbaacılık.
- Tepeli, K. (2011). Fiziksel gelişim. In M. E. Deniz, *Erken Çocukluk Döneminde Gelişim* (s. 55-90). Ankara: Maya Akademi.
- Tutar, S. (2012). *Kadınların besin satın alma ve besin tüketimlerine basın ve reklamların etkisi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Nutrition is healthy growth and improvement, living a life and food consumption in enough level to prevent the illness. Early childhood period is important period of whole life. In this period, adequate and balanced nutrition of children positively affected changes on their developmental areas. In addition, almost all habits gotten in this period continue on whole life (Küçükkömürler, 2012, p. 191). Although nutrition habit changes according to many factors such as a person's age, education level, geographical living area, socioeconomic level and culture, the most important factor affecting a person's nutrition habit is the family's nutrition habit in the early childhood period. In the research of Bowne (2009), it was stated that there is a relationship between parent attitudes and the nutrition habits of their children. While parents with authoritarian attitudes on nutrition habits of children are very effective, parents with permissive attitudes on their children's nutrition habits are less effective (Küçükkömürler, 2012, p. 191).

Method

The current research's aim is to compare the effects of mother's age, education, work status and the family's monthly income status on sources of information of the family, the frequency that the family dines out and the child's nutrition habit attitudes. Interview questions were created by researchers. 20 questions were answered by 20 mothers as pilot study. In this qualitative research made with semi-structured interview technique, 136 mothers chosen with random sampling method from İstanbul took place. In addition, 10 mothers met face to face with the aim of obtaining detailed information. Data was evaluated with frequency analysis in IBM SPSS Statistics 17 Program. In addition, chi square test was used to analysis data. Detailed data obtained from face-to-face interviews with 10 mothers was also evaluated by content analysis after reduction of the tape recordings.

Findings

According to the source of the nutrition information, while media was the first choice for mothers in both two age groups, illerate, primary and secondary school graduate mothers (66%), high school graduate mothers (70,0%), mothers that don't work (75,3%), mothers with income between 2001-3000 TL (75,0%) and 3001-4000 TL (71,9%), media was the second choice for graduate mothers (58,9%) and mothers with income 4000 TL and over (60,9). While doctor as the source of the nutrition information was the first choice for working mothers (65,5%), graduate mothers (66%), mothers with income 1000-2000 TL (61,9%) and 4000 TL and over (67,4). According to the frequency that dines out, all mothers except from mothers with high school graduate and higher income than 3000 TL. In face-to-face interviews, it was found that any mother didn't directly prefer "education" as the source of the nutrition habit.

Result and Discussion

When the results of this research according to the source of the nutrition information is considered, it was found that consumers were affected by media in researches of Aktaş and Cebirbay (2011), Shiratori and Kinsey (2011) ve İşlek (2012). While the frequency that the family dines out increased with the increase of the family income status and working mothers, mothers prepared food according to their children's desire regardless of age, education level, working status and income status. While employment status and income level of the mothers increased, mothers preferred to dine out. If the income level of mothers that don't work was high, mothers preferred to dine out at least one time. When children at 3-7 ages don't want to eat food presented by their mothers, mothers usually gave foods that their children like. Family nutrition habit reflected directly the child's nutrition habit. Families preferred generally fast food out of home. In face-to-face interviews, it was found that mothers with low educational level gave fast food for their children. The nutrition habits of these mothers was found similar with their children's nutrition habits. This result was like results of a research of Koroğlu (2009). It was found that family nutrition habit reflected directly the child's nutrition habit. While frequency that the family dines out increases with income and working status, mothers prepared food according to their children's desire regardless of age, education level, working status and income status. When all variables are considered, it was found that educational status of mothers is seen as the most important demographic variable that is effective in nutrition habit of children.

The subject of healthy nutrition should be tackled in media, doctor, teacher and mother education to healthy nutrition habit. In the educational institutions, effective nutrition education should be given for both parents and children. In the schools, teachers and administrators should control foods in the school canteen and inform the children.