

Beslenme Bozuklukları ve Vücut İmajı Sorunları Nedir?

Çalışma Kağıdı

Beslenme bozuklukları ve vücut imajı sorunları, bireyin kendi bedeni hakkında çarpık veya aşırı olumsuz düşüncelere sahip olması ve bunun sonucunda sağlıklı yeme davranışları geliştirmesiyle ortaya çıkan karmaşık psikolojik durumlardır.

Sorular

1. Aşağıdakilerden hangisi Anoreksiya Nervosa'nın temel özelliklerinden biridir?

- A) Aşırı yeme sonrası kusma
- B) Kilo almaktan aşırı korkma ve yemekten kaçınma
- C) Tıkinma ataklarının ardından telafi edici davranış olmaması
- D) Normal vücut ağırlığına sahip olma

2. Bulimiya Nervosa'da tıkinma atakları genellikle hangi davranışlarla takip edilir?

- A) Yemek yemeyi bırakma
- B) Telafi edici davranışlar (kusma, aşırı egzersiz vb.)
- C) Duygusal yeme
- D) Sosyal izolasyon

3. Vücut imajı sorunları, beslenme bozukluklarının hangi yönüyle ilişkilidir?

- A) Sadece fiziksel sağlığı etkiler
- B) Yemek alışkanlıklarını ve yeme davranışlarını belirler
- C) Yalnızca sosyal etkileşimleri bozar
- D) Genellikle kendiliğinden düzelir

4. Anoreksiya Nervosa örneği

5. Bulimiya Nervosa örneği

6. Tıkinırcasına Yeme Bozukluğu örneği

7. Tanımla: Anoreksiya Nervosa

8. Tanımla: Bulimiya Nervosa

9. Tanımla: Tıkinırcasına Yeme Bozukluğu

Cevap Anahtarı

1. B) Kilo almaktan aşırı korkma ve yemekten kaçınma — Anoreksiya Nervosa'da birey, kilo almaktan aşırı korkar ve bu nedenle yemek miktarını kısıtlayarak ciddi kilo kaybı yaşar. Vücut imajı da genellikle çarpıktır.
2. B) Telifi edici davranışlar (kusma, aşırı egzersiz vb.) — Bulimiya Nervosa'nın belirleyici özelliklerinden biri, tıkinma nöbetlerinin ardından kilo alımını engellemek amacıyla yapılan telifi edici davranışlardır.
3. B) Yemek alışkanlıklarını ve yeme davranışlarını belirler — Olumsuz ve çarpık vücut imajı algısı, bireyin yeme alışkanlıklarını olumsuz etkileyerek beslenme bozukluklarının ortaya çıkmasında veya devam etmesinde önemli bir rol oynar.
4. Birey, olduğundan daha kilolu olduğuna dair yoğun bir endişe duyar. Kilo almaktan aşırı derecede korkar ve yeme miktarını çok kısıtlar, hatta kendini aç bırakır. Vücut ağırlığı normalin altında olmasına rağmen kendini şişman olarak algılar. Bu durum, sosyal geri çekilme ve depresyon gibi ek psikolojik sorunlara yol açabilir.
5. Birey, kısa sürede aşırı miktarda yiyecek tüketir (tıkinma). Ardından, kilo almayı önlemek için kusma, aşırı egzersiz yapma veya müshil kullanma gibi telifi edici davranışlarda bulunur. Birey, bu döngünün kontrolünü kaybettiğini hisseder ve genellikle utanç duyar.
6. Birey, kısa süre içinde kontrolsüzce çok fazla yemek yer. Ancak, Bulimiya Nervosa'dan farklı olarak, bu tıkinmaları telifi edici davranışlar izlemez. Tıkinma atakları sonrası yoğun suçluluk, utanç ve depresyon yaşayabilir.
7. Aşırı kilo kaybı, vücut imajında çarpıklık ve yemekten kaçınma ile karakterize bir yeme bozukluğudur.
8. Tıkinma nöbetleri ve ardından kilo almayı önleyici telifi edici davranışlarla (kusma, aşırı egzersiz vb.) karakterize bir yeme bozukluğudur.
9. Kontrolsüz ve aşırı yeme nöbetleriyle karakterize, ancak telifi edici davranışların olmadığı bir yeme bozukluğudur.

Bounlu

Tüm kartlar, adım adım çözümler ve AI hoca desteği Notek uygulamasında.
Sınav tarihlerini Promy otomatik hatırlatıcıya çevirir.