

T.C.
YOZGAT BOZOK ÜNİVERSİTESİ -KIRIKKALE ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ HEMŞİRELİK ANABİLİM DALI
ORTAK YÜKSEK LİSANS PROGRAMI
(HALK SAĞLIĞI HEMŞİRELİĞİ)

BİR ÜNİVERSİTEDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN YEME
TUTUMLARI İLE BENLİK SAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Öznur KURUCU

TEZ YÖNETİCİSİ

Dr. Öğr. Üyesi Sevil ALBAYRAK

YOZGAT-2019

YÖNERGE UYGUNLUK SAYFASI

“Bir Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Yeme Tutumları ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki ” başlıklı yüksek lisans tezi Yozgat Bozok Üniversitesi ve Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı Ortak Yüksek Lisans Programı Tez Önerisi ve Tez Yazma Yönergesine uygun olarak hazırlanmıştır.

Tezi Hazırlayan
Öznur KURUCU

İmza



Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Sevil ALBAYRAK

İmza



Ana Bilim Dalı Başkanı
Prof. Dr. Sevinç POLAT

İmza




BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK

Bu çalışmadaki tüm bilgilerin, akademik ve etik kurallara uygun bir şekilde elde edildiğini beyan ederim. Aynı zamanda bu kural ve davranışların gerektirdiği gibi, bu çalışmanın özünde olmayan tüm materyal ve sonuçları tam olarak aktardığımı ve referans gösterdiğimi belirtirim.

Öznur KURUCU

İmza



	YOZGAT BOZOK ÜNİVERSİTESİ
TEZ ONAY FORMU	

YOZGAT BOZOK ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

Enstitümüzün Hemşirelik Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans programı 90110115001 numaralı öğrencisi Öznur KURUCU'nun hazırladığı “Bir Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Yeme Tutumları ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki ” başlıklı tezi ile ilgili tez savunma sınavı, Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri gereğince 04/01/2019 tarihinde cuma günü saat 11:00'de yapılmış, tezin onayına oy birliği/oy çokluğu ile karar verilmiştir.

Başkan: Prof. Dr. Sevinç POLAT

Yozgat Bozok Üniversitesi / Sağlık Bilimleri Fakültesi

Jüri Üyesi : Dr. Öğr. Üyesi Sevil ALBAYRAK

Kırıkkale Üniversitesi / Sağlık Bilimleri Fakültesi

(Danışman)

Jüri Üyesi : Dr. Öğr. Üyesi Nuriye YILDIRIM ŞİŞMAN

Düzce Üniversitesi/ Sağlık Bilimleri Fakültesi

ONAY:

Bu tezin kabulü, Enstitü Yönetim Kurulu'nun/...../..... tarih ve sayılı Enstitü Yönetim Kurulu Kararı ile onaylanmıştır.

.....

Prof. Dr. Yalçın ARAL
Enstitü Müdürü

ÖZET

Bir Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Yeme Tutumları ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki

Öznur KURUCU,

**Yozgat Bozok Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı
Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Sevil ALBAYRAK**

AMAÇ: Bu araştırma üniversite öğrencilerinin yeme tutumları ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapıldı. **GEREÇ-YÖNTEM:** Tanımlayıcı tipte yapılan araştırmanın çalışma evrenini bir üniversite merkez kampüslerinde okuyan 9103 lisans ve ön lisans öğrencileri oluşturdu. Araştırmanın örnekleme 500 öğrenciden oluştu. Örnekleme seçilecek öğrencileri belirlemek için fakülte ve yüksekokul bölümlerinde okuyan öğrencilerin sayıları listelenerek tabaka ağırlığı ve okullardan örnekleme alınacak öğrenci sayısı belirlendi. Veri toplama aracı olarak Anket Formu, Yeme Tutum Testi ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği kullanıldı. Araştırmanın uygulanabilmesi için gerekli izinler alındı. Verilerin analizinde sayı-yüzde, X^2 (ki-kare) ve Spearman Korelasyon Testi kullanıldı. **BULGULAR:** Öğrencilerin %52.4'ü erkek öğrencidir ve %70.6'sı normal kiloludur. Yeme Tutum Testinden öğrencilerin %32.2'si 30 puan ve üzerinde aldı. Öğrencilerin sınıf seviyelerinin, anne eğitim düzeylerinin artmasının ve ailesinde şişman birinin olmasının yeme davranışlarını olumlu yönde etkilediği belirlendi. Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin %61.6'sı orta düzeyde benlik saygısına sahip olduğu bulundu. Öğrencilerin sınıf seviyesi arttıkça benlik saygılarının arttığı ayrıca ailesinde şişman birisinin olmasının benlik saygısını olumlu etkilediği görüldü ($p<0.05$). Öğrencilerin cinsiyetleri, baba eğitim durumu ve algıladıkları aylık gelir düzeyi ile benlik saygısı arasında bir ilişki olmadığı saptandı ($p>0.05$). Vücut kitle indeksi ile yeme tutum testi arasında negatif yönde çok zayıf bir ilişki, vücut kitle indeksi ile benlik saygısı arasında pozitif yönde çok zayıf bir ilişki bulundu. Yeme tutum testi puanı ile benlik saygısı puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki bulundu. **SONUÇ:** Bu çalışmada vücut kitle indeksinin yeme tutumu ve benlik saygısını etkilemediği ancak yeme tutumu ile benlik saygısı arasında ilişki olduğu

sonucuna ulaşıldı. Okul hemşirelerinin üniversite öğrencilerine yönelik yapılacak olan yeme tutumu ve benlik saygısı ile ilgili çalışmalarda rol alması önerilir.

Anahtar kelimeler: beslenme, obezite, okul sağlığı, yeme tutumu, benlik saygısı, okul hemşireliği



ABSTRACT

The Relation Between Eating Attitudes and Self-Esteem of Students at a University

Öznur KURUCU

Yozgat Bozok University, Institute of Health Sciences Department of Nursing

Advisor: Assistant Professor Sevil ALBAYRAK

OBJECTIVE: This study was carried out to determine the relation between eating attitudes and self-esteem of university students. **MATERIAL-METHOD:** 9103 undergraduate and associate degree students studying at a university central campus formed the study population of descriptive study. The sample of the study consisted of 500 students. In order to determine the students to be selected for sampling, the number of students studying in the faculties and colleges were listed, and the number of students to be sampled from faculties and colleges and stratum volume were determined. The questionnaire, Eating Attitude Test and Rosenberg Self-Esteem Scale were used as data collection tools. Necessary permissions were obtained for the implementation of the research. In the analysis of the data, the number- percent, X^2 (chi-square) and Spearman correlation test was used. **RESULTS:** 52.4% of students are male and 70.6% of the all students are normal weight. 32.2 % of students received 30 points and over in the Eating Attitude Test. The level of students' class, the increase of maternal education levels and having a fat person in his family had a positive effect on eating behaviors. 61.6 % of the students included in the study have moderate self-esteem was found. Students' self-esteem increased as the grade level increased and it was seen that having a fat person in his family had a positive effect on self-esteem ($p < 0.05$). It was found that there was no relationship between the students' gender, father's educational status and perceived monthly income level and self-esteem ($p > 0.05$). A very weak negative relationship was found between body mass index and eating attitude test, and there was a very weak positive relationship between body mass index and self esteem. A positive correlation was found between eating attitude score and self-esteem score. **CONCLUSION:** In this study, body mass index did not affect eating attitude and self-esteem, but it was concluded that there was a relationship between eating attitude and self-esteem. It is recommended that school nurses take part in the studies on eating attitudes and self-esteem to be made for university students.

Keywords: nutrition, obesity, school health, eating attitude, self-esteem, school nursing.

İÇİNDEKİLER DİZİNİ

YÖNERGE UYGUNLUK SAYFASI	i
BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK	ii
TEZ ONAY FORMU	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER DİZİNİ	vii
TABLolar DİZİNİ	ix
KISALTMALAR DİZİNİ	x
ÖNSÖZ	xi
1. GİRİŞ VE AMAÇ	1
1.1.Araştırmanın Amacı.....	3
2.GENEL BİLGİLER	4
2.1.Yeterli ve Dengeli Beslenme	4
2.2. Yeme Tutumu	6
2.3. Benlik Saygısı	10
2.4. Okul Hemşiresi	11
2.4.1. Okul hemşiresinin beslenmedeki rolü	12
2.4.2. Okul hemşiresinin ergenin benlik gelişimine katkısı	12
3. GEREÇ VE YÖNTEM	14
3.1.Araştırmanın Şekli	14
3.2.Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Özellikleri.....	14
3.3.Araştırmanın Sınırlılıkları.....	14
3.4.Araştırmanın Evreni	15
3.5.Araştırmanın Örneklemi	15
3.6.Verilerin Toplanması	16
3.6.1. Veri toplama araçlarının hazırlanması	16
3.6.1.1. Anket formu	17
3.6.1.2. Yeme tutumu testi (The Eating Attitude Test-40 / EAT-40)	17
3.6.1.3. Rosenberg benlik saygısı ölçeği	17
3.6.2. Araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenleri	19
3.6.3. Veri toplama araçlarının uygulanması.....	19

3.7.Verilerin Değerlendirilmesi	19
3.8.Araştırmanın Etik Yönu	20
3.9. Çalışmanın Akış Şeması.....	21
4. BULGULAR	22
4.1.Öğrencilerin Sosyo-Demografik Özelliklerinin Dağılımı.....	22
4.2. Öğrencilerin Yeme Davranışları	25
4.3.Sosyo-Demografik Özelliklerin Yeme Tutumuna Etkisinin Dağılımı	29
4.4.Öğrencilerin Benlik Saygısı ile İlgili Bulguları	31
5. TARTIşMA.....	35
6.SONUÇ VE ÖNERİLER	40
7. KAYNAKLAR.....	42
8. EKLER	52
EK-1: Anket Formu	52
EK-2: Yeme Tutum Testi.....	56
EK-3: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	58
EK-4: Kurum İzin Belgesi	59
EK-5:Etik Kurul İzni	67
EK-6: Yeme Tutum Testi Kullanım İzni.....	68
EK-7: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği Kullanım İzni.....	69
9. ÖZGEçMİş	70

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 1. Evren ve örnekleme alınan öğrencilerin fakülte, yüksekokul ve meslek yüksekokullara göre dağılımı.....	16
Tablo 2. Rosenberg benlik saygısı ölçeğinin hesaplanması.....	18
Tablo 3. Öğrencilerin sosyo-demografik verilerinin dağılımı (n:500)	22
Tablo 4. Öğrencilerin anne-baba eğitim durumu ve ailenin aylık gelirini algılama durumuna ilişkin özelliklerin dağılımı (n:500)	23
Tablo 5. Öğrencilerin VKİ dağılımı	24
Tablo 6. Öğrencilerin yakınlarında şişman bulunma durumunun dağılımı (n:500)	24
Tablo 7. Öğrencilerin sigara içme özelliklerinin dağılımı (n:500)	25
Tablo 8. Öğrencilerin öğün atlama durumu ve öğün atlama nedenlerinin dağılımı (n:500).....	25
Tablo 9. Öğrencilerin yedikleri yiyeceklerin dağılımı (n:500).....	26
Tablo 10. Öğrencilerin yemeğe ulaştıkları yerler ve kantinden aldıkları yiyeceklerin dağılımı (n:500)	28
Tablo 11. Öğrencilerin yeme tutum puanı	29
Tablo 12. Öğrencilerin vücut kitle indeksi ile yeme tutumları arasında ilişki.....	29
Tablo 13. Sınıf ve cinsiyetin yeme tutumuna etkisinin dağılımı	29
Tablo 14. Öğrencilerin anne ve baba eğitim durumlarının yeme tutumuna etkisi.....	30
Tablo 15. Öğrencilerin algıladıkları aylık gelirleri ve ailelerinde şişman kimse olmasının yeme tutumuna etkisi	31
Tablo 16. Öğrencilerin benlik saygısı düzeyinin dağılımı.....	31
Tablo 17. Öğrencilerin sınıf ve cinsiyetlerinin benlik saygısına etkisi.....	32
Tablo 18. Anne ve baba eğitim durumunun benlik saygısına etkisi.....	33
Tablo 19. Aylık gelir ve ailede şişman kimse olmasının benlik saygısına etkisinin dağılımı	33
Tablo 20. Öğrencilerin VKİ ile benlik saygısı ve yeme tutumları ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin dağılımı.....	34

KISALTMALAR DİZİNİ

AB	: Avrupa Birliği
CM	: Santimetre
DSÖ/WHO	: Dünya Sağlık Örgütü / Word Health Organization
KG	: Kilogram
MCG	: Mikrogram
MG	: Miligram
MÖ	: Milattan önce
MS	: Milattan sonra
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
VKİ	: Vücut Kitle İndeksi
YTT	: Yeme Tutum Testi

ÖNSÖZ

Bir Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Yeme Tutumu ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin araştırıldığı bu tez çalışmasının yürütülmesi ve düzenlenmesi sırasında emeklerini hiçbir zaman esirgemeyen, kıymetli zamanını bana ayırıp çalışmamda önemli katkıları olan, değerli bilgilerini benimle paylaşan; değerli danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Sevil ALBAYRAK'a, Hemşirelik Bölüm Başkanı saygıdeğer hocam Prof. Dr. Sevinç POLAT'a ve bu zorlu süreçte desteğini hiçbir zaman esirgemeyen eşim Şakir KURUCU'ya, çocuklarım Ceren KURUCU ve Beril KURUCU'ya ve ailemin diğer üyelerine, yaptığım araştırmanın istatistiksel analizlerinde yardımcı olan Muhammed Raşid BAKIR'a, çalışmanın ingilizce çeviri kısmında yardımcı olan Halis KILINÇASLAN'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

1. GİRİŞ VE AMAÇ

Yaşamın her döneminde sağlığın temelini oluşturan beslenme; büyüme, yaşamın sürdürülmesi ve sağlığın korunması için besin maddelerinin kullanılmasıdır. Sağlığın sürdürülmesi, geliştirilmesi ve hastalıkların önlenmesinde önemli olan beslenme, temel insan gereksinimlerindedir. Yeterli ve dengeli beslenme, ülkelere ve kültürlere göre değişiklik göstermekle birlikte yeterli ve dengeli beslenme için düzenli olarak protein, karbonhidrat, yağ, mineral, vitamin ve sudan oluşan altı besin grubundan alınması gerekmektedir (Erci, 2009).

Bireylerde ömür boyu sürecek olan beslenme alışkanlıkları ergenlik döneminde yerleşir. Ergenlik dönemi önemli bir dönemdir ve bu dönemde kötü beslenme alışkanlıkları ve yeme bozuklukları daha sık görülmektedir. Bireylerde yaşanan fiziksel değişikliklerle beraber şeker, yağ ve fazla miktarda tuz içeren besinlerin tüketilmesi öğün atlama ile birlikte görülmektedir (Erkan, 2011). Bu alışkanlıklarla birlikte dengesiz yeme, zaman darlığı nedeniyle ayaküstü yemek yeme ve yemek yemenin geçiştirilmesi gibi alışkanlıkların yeme bozukluklarına yol açabilmesi nedeni ile bedensel, sosyal ve psikolojik yönden çok boyutlu bir yaklaşıma gereksinim duyulmaktadır (Çelik, Yoldaşcan, Okyay, Özenli, 2016).

Bireylerde çeşitli yönleriyle ele alınan ve sık tartışılan konulardan biri yeme tutumu ve davranışlarının incelenmesidir. Yeme tutum ve davranışındaki değişimler yeme bozukluğu gibi birçok sağlık sorununun oluşmasına neden olabilmektedir. Beslenmenin fizyolojik boyutları olduğu kadar psikolojik boyutları da vardır. Beslenmenin psikolojik boyutlarının olması günümüzde beslenmenin psikolojik açıdan da tartışılması zorunluluğunu doğurmuştur (Karadağ ve ark. 2016).

Yeme bozuklukları karşı konulamaz aşırı yemek yemeyi, yemek yemeyi kısıtlamayı, yemek olmayan maddelerin yenmesini, yenen yemeğin sindirilmeden vücuttan atılmasını sağlamak gibi durumları içerir (Kadioğlu, Ergün, 2015). Yeme bozuklukları yaşam kalitesini olumsuz yönde etkileyen bozukluklardır (Usta, Sağlam, Şen, Aygin, Sert, 2015). Yeme bozuklarında yeme alışkanlıklarındaki değişiklikler sonucu depresyon, madde bağımlılığı, anksiyete, aşırı beslenme ya da beslenmede yetersizlik görülebilir. Yeme bozukluğunda neden kesin olarak bilinmemektedir (Ulaş,

Uncu, Üner, 2013). Yeme bozukluklarında olumsuz beden imgesi, benlik saygısının düşük olması, sosyal baskılar nedeni ile sürekli diyet yapmak ve zayıf olmaya yönelmek yeme bozukluklarında risk etkenlerinden bazılarıdır (Çelik, Yoldaşcan, Okyay, Özenli, 2016). Yeme bozukluklarının bireyde fiziksel değişikliklere neden olabileceği düşünülmektedir. Bu tür değişimler nedeni ile ortaya çıkabilecek sorunlardan biri benlik saygısında düşme olabilir.

Benlik, kişinin kim olduğuna ilişkin fikrini ifade eden bir kavramdır. Benlik saygısı ise kişinin kendisini ne olarak gördüğünün, kabul veya reddedilme beklentilerinin bir sonucudur. Ayrıca benlik saygısı bireyin kendini değerli bulup bulmadığı ya da ne derece değerli bulunduğunu ifade eden bir olgudur (Baumeister et al. 2003). Bireyin kendisini değerlendirmesi ile kendisinden memnun olması ya da olmaması sonucu oluşan bireysel bir durumdur. Kişilik özellikleri gelişmiş ve kendi duygularını kontrol edebilen insanlar aynı zamanda başkalarının duygularını da analiz edebilen, yenilikçi, farkındalığı yüksek, empati kurabilen, benlik saygısı ve duygusal zeka düzeyi gelişmiş insanlardır (Karademir ve ark. 2010).

Ergenlik dönemi gelişimsel olarak birçok değişikliğin meydana geldiği bir dönemdir. Ergenlik döneminde bireyin kendi bedenini kabul etmesi benlik saygısı açısından önemli bir yere sahiptir. Böylece birey kendisini yeterli ve değerli hissederek benlik saygısının temellerini oluşturabilir. Bireyin bu duygular sonucu oluşturduğu benlik saygısı, hem dış dünyaya hem de kendisine karşı davranışlarını ve bakış açısını belirleyebilir (Oktan, Şahin, 2010).

Ulusal Okul Hemşireleri Birliği okul sağlığı hemşireliğini öğrencilerin hayat boyu devam eden kazanımlarını, başarılarını ve sağlıklarını geliştiren hemşireliğin profesyonel alanı olarak tanımlamıştır. Ergenlerde sağlıklı beslenme alışkanlıklarının kazandırılması ve benlik saygısının desteklenmesi halk sağlığı hemşireliğinin önemli bir uzmanlık alanı olan okul hemşireliği tarafından multidisipliner bir şekilde yapılabilir (Ulutaşdemir, Balsak, Öztürk Çopur, Demiroğlu, 2016). Öğrencilerde yeme bozukluğu ve düşük benlik saygısı tespit edildiğinde okul hemşireleri okul ekibi ile birlikte gerekli önlemleri alarak öğrencilere psikolojik destek sağlayabilir ve yaşam kalitelerini artırabilir.

1.1.Araştırmanın Amacı

Bu araştırma üniversite öğrencilerinin yeme tutumları ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılmıştır. Öğrencilerde yeme bozukluğu olması ile düşük benlik saygısı arasında bir ilişki olabilir. Yeme bozukluğu ve düşük benlik saygısı tespit edilen öğrencilerde gerekli önlemler alınarak ve psikolojik destek sağlanarak ergenlerin yaşam kalitesine katkı sağlanacağı düşünülebilir.

Bu çalışmada, üniversitede öğrenim gören öğrencilerin;

1. Beslenme alışkanlıkları nasıldır?
2. Yeme bozukluğu var mıdır?
3. VKİ ile yeme tutumları arasında ilişki var mıdır?
4. Benlik saygısı hangi seviyededir?
5. VKİ ile benlik saygısı arasında ilişki var mıdır?
6. Yeme tutumları ile benlik saygısı arasında ilişki var mıdır? sorularına yanıt aranmıştır.

2.GENEL BİLGİLER

2.1.Yeterli ve Dengeli Beslenme

Sağlığın korunması, kaliteli bir biçimde yürütülebilmesi, hastalıklardan korunma ve hastalık oluşumundan sonra etkin şekilde tedavi edilebilmesi ve tedavi süresinin kısaltılması için sağlıklı, yeterli ve dengeli bir şekilde beslenmek gerekir. Genel anlamı ile beslenme gıdalardan yararlanmak demektir. Büyümek, yaşamın devam edebilmesi ve sağlıklı olabilmek için besinlerin kullanılması gerekmektedir. Vücut yapısını oluşturma, büyüme ve yaşamın devamı ile organların normal fonksiyonlarını yapabilmesi için gıdaların temini, tüketimi, sindirimi ve emilimi ile vücutta metabolize edilmesi, atılımı beslenme kapsamına giren konulardır (Köksal ve Attila, 2015). Beslenmede vücuda gerekli enerji sağlatılarak vücudun gelişmesi, büyümesi, dokuların tamiri sağlanır ve düzenli olarak vücuda gerekli kimyasal süreçler düzenlenir (Demirci, 2014).

Sağlıklı beslenme için de öncelikle hangi besinlerin, nasıl ve ne kadar tüketilmesi gerektiğini bilmek gerekir. Tüketilecek besinler içerdikleri besin öğelerine göre gruplandırılır ve bu gruplardan tüketilecek miktarlar kişilerin yaş, cinsiyet, fiziksel aktivite, biyokimyasal değerleri ve bir hastalık durumunun bulunup bulunmaması gibi özelliklerine göre belirlenir. Bir başka deyişle kişiler için geliştirilen beslenmenin sağlıklı, yeterli ve dengeli olması için bireye özgü planlanması gerekir (Kutluay Merdol ve ark. 2013).

Vücut için gerekli olan ve besinlerin içerisinde bulunan 70'e yakın besin öğesi vardır. Bu öğeler kimyasal yapılarına ve vücut çalışmasındaki etkinliklerine göre gruplandırılır (bdb.hacettepe.edu.tr, et:26.05.2018). İnsanın temel ihtiyacı olan ve besinlerin bileşiminde yer alan besin öğesi altı grupta toplanabilir. Bunlar; proteinler, yağlar, karbonhidratlar, mineraller, su ve vitaminlerdir (Baysal, 2000).

Vücut için gerekli olan besin bileşimlerinden proteinin kelime anlamı yaşayan varlıklar için elzem öğe demektir. Vücutta safra ve idrar dışında her doku ve sıvıda protein bulunur. Vücudun savunma sistemi proteinler sayesinde faaliyet göstermektedir. Dıştan gelen mikroorganizmalara karşı proteinler vücudun savunma hücrelerini oluştururlar (Tayfur, 2002).

Vücutun enerji deposu olan yağlar ekonomik enerji kaynağı olarak aynı miktardaki karbonhidrat ve proteinin iki katından daha fazla enerji vermektedir. Yağların bileşiminde yer alan yağ asitleri büyüme, sağlıklı deri yapısı ve prostaglandin isimli hormonların yapımı için gereklidir. Yağlar ayrıca organların etrafını sararak dış etkilere karşı organları korur (Baysal, 2000).

Karbonhidratlar vücudun çalışması ve vücut ısısının korunması için enerji oluştururlar. Sinir sistemi enerji olarak sadece glikozu kullanır. Vücuttaki proteinlerin enerji kaynağı olarak kullanılmasını önler. Sinir dokuları ve kıkırdakların yapımı için karbonhidratlara gereksinim duyulur (Tayfur, 2002).

İnsan vücudunda bulunan mineraller kemiklerin ve dişlerin yapımından İnsan vücudundaki minarellerin başlıcaları; sodyum, potasyum, kalsiyum, fosfor, magnezyum, demir, bakır, çinko, iyot, flor, krom ve selenyumdur. Mineraller diğer besin öğelerinin aksine anorganik moleküllerdir (Baysal, 2000; El, 2016).

Vitaminler hücrel metabolik reaksiyonlarda gerekli olan organik yapıda bileşiklerdir. Eksikliklerinde vücutta bozukluklar meydana gelir. A, B, C, D, E ve K vitaminleri başlıca önemli vitaminlerdir (T. Köksal ve AO. Köksal, 2013). Büyüme, üreme, bağışıklık gibi fizyolojik olayların normal ve sağlıklı olarak sürdürülebilmesi için vitaminler gereklidir (Bilber, 2010).

Su bireylerin yaşamlarını devam ettirebilmesi için hayati önem taşır. Bireyleri oluşturan en küçük yapı taşı olan hücrelerin kendi su rezervleri vardır. Su vücutta olan kimyasal reaksiyonlar için gereklidir. Metabolizma için sıvı ortam oluşturarak biyokimyasal tepkimelere katılır. Ayrıca sindirim, emilim, atılım gibi fizyolojik işlevler içinde suya ihtiyaç vardır. İnsan vücudunun yaklaşık %60'ını su oluşturmaktadır (Demirci, 2014).

Sağlıklı bireylerde yeterli ve dengeli beslenme için besinlerle alınan enerjinin %55-60'ı karbonhidratlardan, %25-30'u yağlardan %12-15'i de proteinlerden karşılanmalıdır (Kutluay Merdol ve ark. 2013).

2.2. Yeme Tutumu

Yeme; sadece biyolojik olarak bir ihtiyacı karşılama ve fizyolojik fonksiyonların devamlılığını sağlamak için değil aynı zamanda anne bebek ilişkisinden itibaren bütün sosyal ilişkilerin oluşumuyla da ilgili olduğu görülmektedir. Yeme tutumu ise; motor, bilişsel, sosyal, duygusal gelişmelerin merkezi ve çevresel faktörler tarafından da etkilenen karmaşık bir yapı olarak görülmektedir (Kanbolat, 2017). Yeme tutumu ayrıca bireyin yemek yemek ile ilgili düşünce, davranış ve duygularını oluşturan eğilim olarak da ifade edilebilir (Aytin, 2014). Yeme tutumunda görülen rahatsızlıklar sonucu yeme bozuklukları oluşabilir.

Yeme bozuklukları; yeme davranışını içeren hastalıkların tamamını tek bir hastalık adı altında tanımlamak için oluşturulan genel bir tanımdır (Toker, Hocoğlu, 2009). Yeme bozuklukları tıbbi, sosyal ve psikolojik sorunlara yol açan yeme davranışı bozukluklarıdır (Güleç Öyekçin ve Şahin, 2011). Bireylerin aile içi sorunları olması, aileden bir bireyin daha önce yeme bozukluğu yaşaması, aileden birinin psikiyatrik bozukluklarının olması, benlik saygısının düşük olması, kilo ve yemek ile ilgili uğraşlar, ergenlik sorunları, cinsel travma yaşanması, obezite, sosyo-kültürel faktörler, biyolojik ve genetik faktörler bireyin yeme bozukluğunu etkileyen başlıca faktörlerden olabilir (Ünal ve ark. 2009). Yeme bozuklukları çeşitli kuramlarla açıklanabilir.

Psikodinamik faktörler kuramına göre yeme bozukluğu ile ilgili davranışlar, bireyin çocukluğunun erken dönemlerindeki gelişimsel engellerin bir sonucudur. Engeller nedeniyle bu bireylerde güven, otonomi ve bireyselleşme-ayrışma gerçekleşmeyebilir. Bunun sonucu olarak birey bağımlı pozisyonda kalmış olabilir (Buldukoğlu, 2000). Bu kurama göre yeme bozukluğu olanlarda yemek yemek hayattaki problemleri çözmek için yanlış bir yöntem olarak kullanılır (Duran, Ergün, Çalışkan, Karadaş, 2016).

Biyolojik kurama göre ise yeme bozukluğu hipotalamusta meydana gelen nöroendokrin bozulmalar ve bu bozuklukların biyolojik anlamda sorumlusu olarak değerlendirilebilir. Oluşan semptomlar normalde hipotalamus tarafından düzenlenen kimyasal bozukluklarla ilişkili olabilir (Buldukoğlu, 2000; Kıcalı, 2015).

Aile dinamikleri kuramına göre ise yeme bozukluğu olan bireyin ailesindeki rollerde ve beklentilerde diğer ailelere göre farklılık olabilir. Baba pasif karakterde,

anne baskın ve çocuk aşırı bağımlı olabilir. Anne babalar mükemmeliyetçi olabilir ve çocuk bu durumda kendisini bu yüksek standartlara uymaya zorlayabilir. Sevilme, onaylanma ve fark edilmeyi bekleyen çocukta, anne babanın olumsuz eleştirileri sonucu obsesif ve mükemmeliyetçi duygular artabilir. Sonunda çocukta anne babaya karşı çaresizlik ve karşıt duygular gelişebilir. Ergenlerde ortaya çıkan yeme davranışı değişimleri ebeveynlere karşı bir başkaldırı anlamına gelebilir. Ergenlerde bu değişimin amacı kontrolü ele geçirmek ve kazanç sağlamak olabilir. Semptomlar ergenlerde kontrol kaybına neden olan stresörlerin varlığında artabilir (Buldukoğlu, 2000; Toker, Hocaoğlu, 2009). Bu kuramlarla açıklanan yeme bozukluklarında sınıflandırma yapılmıştır.

Yeme bozuklukları Amerikan Psikiyatri Birliğine göre DSM-IV-TR sınıflandırma sistemine göre; Anoreksiya nervoza, Bulimiya nervoza ve başka türlü adlandırılmayan atipik yeme bozukluğu olarak gruplanmaktadır (Yurt, 2016). Anoreksiya nervoza da bireyin yaşı ve boy uzunluğu için normal sınırdaki değerler bireyin kendisi tarafından şişmanlık kabul edilebilir, şişmanlıktan aşırı derecede korkma ve kilo kaybı belirli bir yeme bozukluğu türüdür. Oluşan kilo kaybını açıklayacak herhangi bir fiziksel rahatsızlık olmayabilir. Bireyler başlangıçta beden ağırlığının %25'ini kaybedebilirler. Kilo almaktan aşırı derecede kaçınma şeklinde kendini gösterir. Genelde sosyoekonomik düzeyi yüksek toplumlarda ve adölesan bireylerde daha sık görülür. Vücut ağırlığının düşük olmasına rağmen kilo alma ve şişmanlama korkusu, belirgin kilo kaybı, kilo ve diyetdeki kalori ile aşırı ilgili olma, beden imgesini yanlış anlama, kendini gerçekte olduğundan daha şişman hissetme, şişmanlamaktan aşırı korkma nedeniyle kendini uyararak kusma veya laksatif kullanma, aşırı egzersiz yapma en sık görülen bulgulardır (Bulut, Küpeli, Topçuoğlu, 2017; Ergün ve Şişman, 2016).

Anoreksiya nervozanın kesin nedenleri bilinmemektedir. Sosyokültürel ve biyolojik olarak birbirleri ile etkileşen etkenlerin yanı sıra, normal olmayan ruhsal kişilikler ve kişilikteki bir yatkınlığın rol oynadığına ilişkin görüşler bulunmaktadır. Anoreksiya nervoza en sık ergenlik dönemindeki kızlarda ve genç kadınlarda görülür. Kadınlara için psikiyatrik hastalıklar arasında mortalitesi yüksek hastalıklardan biridir. Bu bireylerin ailelerinde aşırı koruyuculuk, otonomiye engelleyen kuralcılık, problem çözmede yetersizlik, kişiler arası ilişkilerde sınır olmaması dikkat çekmektedir

(sbu.saglik.gov.tr, et:03.06.2018; Torun, Gökçe, Uzuner, Göksu, Balçermik, Kılıç, 2013).

Anoreksiya nervoza da yeme bozukluğu düzelmeksizin birey açlıktan ölünceye kadar sürebilir. Kızlarda amonere özellik içeren bir bulgu olabilir. Bu bireylerde psikoseksüel gelişim geriliği görülebilir. Sık el yıkama gibi kompulsif davranışlar ve kilo vermek için yapılan yoğun egzersizler sık görülen bulgular arasında olabilir. Bozukluğa depresyon ve anksiyete duyguları da eşlik edebilir. Bazen tıkanırcasına yemek yeme ve arkasından kusma davranışları da görülebilir. Birey aşırı zayıf olmasına karşın kendisini kilolu hissedebilir, bu bireylerde beden imgesi bozukluğu görülebilir (Arslan, 2013; Buldukoğlu, 2000).

Bulimiya nervoza tekrarlı ve tıkanırcasına yeme dönemlerinin olduğu bir bozukluktur. Tek başına ve gizli yemek yeme, bir öğünde çoğu insanın yiyebileceğinden daha fazla miktarda yeme, bu sırada yeme kontrolünün ortadan kalktığını hissetme, yemek yedikten sonra bireyin kendisini eleştirmesi ve depresif duygulanması temel özelliklerindedir. Birey kilo almamak için laksatif, diüretik ya da lavman kullanabilir. Aşırı yeme dönemlerini hiç yemek yememe gibi ciddi diyet dönemleri ya da aşırı egzersiz yapma gibi kilo vermeye yönelik çabalar izleyebilir. Beden görüntüsü, cinsel çekiciliği ve başkalarına nasıl görüldüğü ile ilgili aşırı uğraşma hissi olabilir. Aşırı kusma ve dehidratasyona bağlı olarak sıvı elektrolit dengesizliği oluşabilir. Kronik bir bozukluktur. Genellikle dönemsel olarak yeme nöbetleri, normal yeme ve diyet dönemleri izleyebilir (Buldukoğlu, 2000; Sönmez, 2017).

Bulimiya nervozada bireyler iki saatten daha kısa sürede aşırı besin tüketimi, bu dönemde aşırı yeme isteğini durduramama korkusu ve bu dönemden sonra kusma, laksatif kullanımı veya aşırı diyet yapma dönemleri vardır. Bulimiya nervoza sıklıkla geç adölesan ve genç erişkinlerde görülür. Bireyler beden imgesi ile aşırı ilgilidirler (Ergün ve Şişman, 2016; sbu.saglik.gov.tr, et:03.06.2018).

Kişilerin öz değerlendirmeleri, beden ölçüleri ve kilodan fazlasıyla etkilenir. Kişide değerlendirme bozukluğu olabilir. Tekrarlayan tıkanırcasına yeme nöbetleri, zaman zaman aşırı miktarda besin tüketimi, yeme dürtüsü denetimi eksikliğine yeme nöbetleri eşlik eder. Birey kilo almayı engellemek için kusar, laksatif, diüretik ve lavman kullanır. Diyet yapar ve aşırı egzersiz gibi uygun olmayan davranışlarda

bulunur. Bu belirtilerin bir arada olması ile bulimiya nervoza tanısı konur (Güleç Öyekçin ve Şahin, 2011).

Başka türlü adlandırılmayan atipik yeme bozukluğu ise bireylerde soysal alanda, mesleki alanda veya diğer önemli alanlarda hastalık düzeyinde ileri seviyede bozulmaya yol açan, klinik olarak bireylerde anlamlı sıkıntı ve bozulmaya neden olan, ancak anoreksiya nervoza ve bulimiya nervoza yeme bozukluğu sınıfına girmeyen yeme bozukluklarıdır (Yalnızoğlu Çaka, Çınar, Altınkaynak, 2018). Tıkanırçasına yeme bozukluğu, pika, ruminasyon, sınırlayıcı/ kısıtlayıcı besin alımı gibi hastalıklar başka türlü adlandırılmayan atipik yeme bozukluğu içinde olan hastalıklardır (Çelik, Samur, 2018).

Tıkanırçasına yeme bozukluğunda bireylerde bulimia nervozadakine benzer yeme atakları görülmekte fakat kusma ve aşırı yemeyi baskılayıcı davranışlar bulunmamaktadır (Değirmenci, 2006). Tıkanırçasına yeme bozukluğunda bireyin kısa zamanda aşırı düzeyde yemek yemesi için aç olmasına gerek yoktur (Usta, Sağlam, Şen, Aygin, Sert, 2015). Pika yiyecek olmayan maddelerin yenmesi demektir. Nedeni belli olmayan pika da kil, kömür, toprak gibi besin olmayan maddelerin karşı konulamaz ve aşırı derece yeme isteği olması pika olarak adlandırılmaktadır (Ünal, Samur, 2012). Her türlü kültürde, yaşda, cinsiyette görülebilen pika hastalığı dünya genelinde görülebilen bir halk sağlığı sorunudur (Çadırcı, 2015). Başka türlü adlandırılmayan atipik yemek bozukluklarından ruminasyon ise yenilen yemeğin yeniden ağza getirilerek tekrar çiğnenmesi gibi davranışlarla kendini gösteren yeme bozukluğudur (Toker, Hocoğlu, 2009).

Genel olarak bakılacak olursa insanlarda yeme bozukluğunun artış gösterdiği görülebilir. Sürekli gelişen ve değişen dünyada bireylerin yeme alışkanlıklarındaki değişim yeme bozukluğunun artmasındaki temel nedenlerden biridir. Bunun yanı sıra tıbbi ve psikolojik birçok faktörün de yeme bozukluğunun nedenleri içerisinde etkisi olduğu görülebilir (Ağaç, 2018). Sağlığın zayıflık demek olduğuna dikkat çeken yayınlar, zayıf olmanın güzellik olduğunu vurgulayan mankenler, sürekli medyada diyet reklamlarının insanların ilgi odağı haline gelmesi ile bireylerde yeme bozukluğu riski her geçen gün artış gösterebilir. (Saygılı, 2015) Yeme bozukluğu ile ilgili bilgiler epidemiyoloji kapsamında değerlendirildiğinde kültürel faktörlerinde etkisinin olduğu

anlaşılabilir. Doğu ve batı ülkeleri arasındaki farklılıklar böyle bir sonucun ortaya çıkmasındaki temel faktör olarak görülebilir. Yeme bozukluğu daha çok kadınlarda görülmesine rağmen erkeklerde de yeme bozukluğu riski giderek yaygınlaşmaktadır. Tüm bu faktörler eşliğinde yeme bozukluğu artarak devam eden bir yapıda olabilir (Ağaç, 2018). Bireylerde yeme bozukluğu benlik saygısından etkilenebilir.

2.3. Benlik Saygısı

Kişiliğin temelinde “ben” yer alır. Benliğin temelinde ise bir içsel çekirdek varlık bulunmaktadır. Bu çekirdek yapı ya da gerçek ben, sürekli çevresi ile etkileşim içerisinde olduğu için benlik algısı denilen sistem bu süreç içerisinde gelişir. İnsanın doğuştan sahip olduğu gerçek ben çevre ile etkileşimi sonucu benlik algısını oluşturur. Bu algı bireyin kendi ile ilgili imaj sistemidir. Hayat boyu bireyin benlik kavramı buna bağlı olarak da benlik algısı bu süreç içinde değişebilir (Yaprak, 2018).

Benlik saygısı, benlik algısı ve benlik imajı ile ilgili olarak gelişen çok yönlü bir kavramdır. Benlik saygısı toplum, duygu, beden ve zihinle ilgili unsurları içerir. Bireyin kendi bedenini kabullenmesi benlik saygısının temelini oluşturur. Ayrıca bireyin bedenini benimsemesi, toplum tarafından kabul görmesi, fiziksel yeteneklerini gösterebilmesi gibi faktörlere bağlı olarak gelişim gösterebilir (Uzun, 2018). Hayat boyu benlik kavramının zaman içinde değişmesi gibi benlik saygısı da değişebilir. Bebeklikten itibaren gelişmeye başlayan benlik saygısı bireyin çevresiyle etkileşimine bağlı olarak ebeveynlerinde etkisiyle gelişir. Bebeklikten itibaren önce anne ve babanın daha sonra diğer kişilerin tutum ve davranışlarıyla bireyin benlik saygısı şekil alır. Benlik saygısı kavramı benlik algısının gelişimi ile doğru orantılı olarak gelişir. Bebeğin bağlanma, duygulanım, sağlık, mizaç, uyum, anne babanın ruh sağlığı alanlarındaki deneyimleri onun ilerdeki sağlıklı benlik saygısının temellerini oluşturur. Çocuğun ruhen ve bedenen sağlıklı olması ve üst düzey kapasitede gelişmesinde ilk yılların önemi büyüktür. Çünkü ilk yıllardaki benlik gelişimi sonraki yıllardaki benlik gelişimini etkiler. Çocuğun biyolojik ihtiyaçlarının yanı sıra sevgi, güven, kabul edilme, onaylanma, takdir edilme gibi ihtiyaçları aile içinde karşılanmalıdır. Çocuğun kendisini

özel, değerli bir varlık olarak hissetmesi ile güçlü bir kişiliğin temeli olan özgüven duygusu kazanılarak benlik saygısı kazanılmış olur (Kaya, 2017; Yaprak, 2018).

Benlik saygısı ile ilgilenen yeni kuramcılar, bireyin kendisinin farkında olmasını her şeyi denetleyebileceğine olan inancını pekiştirmekte ve bu durumun bireyin kendi fiziksel kişiliği üzerinde odaklanmasına yol açtığını vurgulamaktadır. Bauman'a göre günümüzde bireylerin sağlık ve güzellikle ilgili modern ve sabit düşünceleri vardır. Bu ise beden sınırlarını reddetmeye neden olabilir (İşçi, 2018).

Çocukluktan yetişkinliğe uzanan ergenlik dönemi, bireyin biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal açıdan bir gelişme dönemidir. Kesin sınırlarla ayrılmayan ergenlik dönemi, bazı özelliklerle belirlenen dönemlerden oluşur. Kızlarda bu dönem 13-15 yaşlarında başlayıp 18-20 yaşlarına kadar devam eder. Erkeklerde ise 15-17 yaşlarında başlayıp 19-21 yaşlarına kadar sürebilir (Gördeles Beşer, 2014). Benlik saygısının ergenlerin fiziksel ve ruhsal sağlığı açısından önemli olduğunu gösteren araştırmalar yapılmıştır. Doğan, Totan ve Sapmaz'ın (2009) yaptığı araştırmaya göre öğrencilerin benlik saygısı düzeyleri arttıkça sosyal zeka, sosyal bilgi süreci, sosyal beceriler ve sosyal farkındalık düzeylerinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır (Doğan, Totan, Sapmaz, 2009). Tekir ve arkadaşlarının (2018) yaptığı araştırmada ise benlik saygısının yükselmesi ile depresyonun azaldığı tespit edilmiştir (Tekir, Yaşar, Çevik, Dikoğlu, Kaymak, 2018). Benlik saygısı ile yapılan çalışmalar bireylerin benlik saygısı düzeyinin okul başarıları, arkadaşları ve çevresi ile olan sosyal ilişkilerini önemli ölçüde etkilediğini göstermektedir. Genel anlamda bilgi ve becerilerine güvenen, bireysel özelliklerinin farkında olan ve bu özellikleri kabul eden bireyler benlik saygısı düzeyi yüksek olan bireylerdir. Benlik saygısı kişinin kendisini algılama tutumudur. Bireyin kendine yaklaşımını çevresel unsurlar ve içsel faktörlerle gelişen benlik imgeleri belirler. Benlik saygısı bireyin kendine karşı olumlu ve olumsuz algılarını belirler. Bu algılar ise kimliğin temelini oluşturur (Kaya, 2017).

2.4. Okul Hemşiresi

Dünyada gelişmiş ülkelerde okul hemşireliği ayrı bir uzmanlık alanı olarak kabul edilirken Türkiye'de halk sağlığı hemşireliğinin bir parçasıdır (Ulutaşdemir ve ark., 2016) Okul hemşiresi kreşten üniversite eğitimine kadar her aşamada okullarda

Görev alabilir. Amerikan Ulusal Okul Hemşireliği Birliği okul hemşireleri için yedi temel rol belirlemiştir. Bunlar; bakım verici, liderlik, erken tanı ve sevk etme, sağlıklı okul ortamı oluşturma, sağlığı geliştirme, sağlık politikaları ve programlarının yürütülmesinde liderlik ve birleştirici (liyezon) rolüdür (Bahar ve Öztürk Haney, 2016; Erci, 2009; Ergün ve Şişman, 2016).

2.4.1. Okul hemşiresinin beslenmedeki rolü

Okul hemşireliğinin beslenme ile ilgili rolü sağlığı geliştirme rolü içerisinde yer almaktadır. Sağlığı geliştirme rolü kapsamında okul hemşireleri öğrencilere bireysel ve grup halinde sağlık eğitimi verebilir. Öğrenciler dışında da okul çalışanları, aileler ve topluma yönelik sağlık eğitim programları planlayabilir. Okulda yapılacak eğitim konularına örnek olarak, beslenme, egzersiz, sigara kullanımının zararları, ağız sağlığı, bulaşıcı hastalıklar v.b. gösterilebilir. Eğitim konularını belirlemede okul hemşireleri öğrencilerin gereksinimi belirlemek için araştırmalar yapabilir (Bahar ve Öztürk Haney, 2016; Erci, 2009; Ergün ve Şişman, 2016).

Okul hemşiresi beslenme ile ilgili olarak okul kantinlerinde satılan besinleri denetleyebilir, sağlıklı besinlerin satışa sunulması konusunda bilgi verebilir, okul yemekhanelerinde bulunan besinleri değerlendirebilir ve okullarda bulunan yiyecek makinalarının içerisine sağlıklı yiyecekler konması konusunda bireylere bilgi verebilir. Araştırma sonuçlarını meslektaşları ve okul çalışanlarıyla paylaşabilir. Yeme bozukluğu riski altında olan bireylere psikolojik rehberlik yaparak, diğer sağlık çalışanları ile işbirliği içinde sorunları saptayıp çözümler üretebilir.

2.4.2. Okul hemşiresinin ergenin benlik gelişimine katkısı

Olumlu ya da olumsuz değişkenlerin saptanması çocukluktan itibaren gelişmeye başlayan benlik saygısını olumlu şekilde etkileyecektir. Çocuğun olumlu benlik saygısına sahip olarak büyümesine, çevresiyle barışık, kendisiyle uyumlu ve üretken olmasına okul hemşireleri tarafından aileye ve çocuğa verilecek eğitim katkı sağlayabilir. Ergenlerde sağlıklı bir benlik saygısı oluşması yetişkinlik dönemi açısından da önemlidir. Ergenlerin ruhsal yönden sağlıklı gelişebilmeleri için bu gelişim döneminde benlik saygısını olumlu etkileyecek şekilde ele alınmaları, yönlendirilmeleri,

benlik kavramı risk altında olanların okul hemşireleri tarafından desteklenmeleri gerekmektedir (Adana, Arslantaş, Şahbaz, 2012).



3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1.Araştırmanın Şekli

Araştırma tanımlayıcı tiptedir.

3.2.Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Özellikleri

Araştırma, Yozgat Bozok Üniversitesinde gerçekleştirilmiştir. Yozgat merkezinde Yozgat Bozok Üniversitesinde Erdoğan Akdağ Kampüsü ve Yozgat Meslek Yüksekokulu kampüsü yer almaktadır. Bu kampüslerde toplam yedi fakülte, iki yüksekokul ve üç meslek yüksekokulu bulunmaktadır. Fakülteler: Eğitim Fakültesi, Fen Edebiyat Fakültesi, İlahiyat Fakültesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Mühendislik-Mimarlık Fakültesi, Ziraat Fakültesi, Tıp Fakültesidir. Yüksekokullar: Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Sağlık Yüksekokuludur (26 Kasım 2017 tarihinde Resmi Gazetede yayımlanan Kanun ile Sağlık Yüksekokulu kapatılarak Sağlık Bilimleri Fakültesine dönüşmüştür). Meslek yüksekokulları: Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu, Teknik Bilimler Meslek Yüksekokuludur. Bu fakülte, yüksekokul ve meslek yüksekokullarının toplam 49 bölümü vardır.

Üniversitede eğitim-öğretim gören öğrencilere psikolojik rehberlik, sağlık hizmetleri gibi destek hizmetleri mediko-sosyal merkezi vasıtası ile gerçekleştirilmektedir. Mediko-sosyal merkezi Erdoğan Akdağ Kampüsü merkezi yemekhane birinci katında hizmet vermektedir. Mediko-sosyal merkezde bir hemşire, bir psikolog, bir diş hekimi ve bir diyetisyen bulunmaktadır.

3.3.Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırma Yozgat Bozok Üniversitesinde eğitim-öğretim gören Yozgat il merkezindeki lisans ve ön lisans öğrencileri ile sınırlandırılmıştır.

3.4.Araştırmanın Evreni

Araştırmanın evrenini 2017-2018 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde Yozgat Bozok Üniversitesi merkez kampüslerinde bulunan fakülte, yüksekokul ve meslek yüksekokulu bünyesinde bulunan 49 bölümde kayıtlı 9103 öğrenci oluşturmaktadır.

3.5.Araştırmanın Örneklemi

Araştırmanın örneklemini belirlemek için evreni bilinen örneklem seçme yöntemi kullanılmıştır. Yapılan hesaplamalar sonucunda en az 369 öğrenciye ulaşılması gerektiği bulunmuştur. Ancak araştırmanın temsil gücünü artırmak için örneklem 500 öğrenci olarak belirlenmiştir.

Araştırmanın örneklemini evreni bilinen örneklem seçme formülüyle;

$$n = \frac{N * t^2 * p * q}{D^2 * (N - 1) + t^2 * p * q}$$

N: Hedef kitledeki birey sayısı

n: Örnekleme alınacak birey sayısı

p: İncelenen olayın görülüş sıklığı (gerçekleşme olasılığı)

q: İncelenen olayın görülmeyiş sıklığı (gerçekleşmeme olasılığı)

t: Belirli bir anlamlılık düzeyinde, t tablosuna göre bulunan teorik değer

d: Olayın görülüş sıklığına göre kabul edilen örnekleme hatasıdır.

$$n = \frac{9103 * (1,96)^{2*0} * 0,5 * 0,5}{(0,05)^2 * 9103 + (1,96)^2 * 0,5 * 0,5} = \% 95 \text{ güven aralığıyla } 369 \text{ öğrenci}$$

p = 0.50

q = 0.50 (1-0.50)

t = 1,96 (= 0.05 de serbestlik derecesinde teorik t değeri tablodan bulunmuştur)

d = 0.05 (%5 örnekleme hatası kabul edilmiştir)

n = 369 (Bu çalışmada örneklem olarak 500 kişi ile çalışılmıştır).

Örnekleme seçilecek öğrencileri belirlemek için Yozgat Bozok Üniversitesinin ilgili fakülte, yüksekokul ve meslek yüksekokullarının bölümlerinde okuyan öğrencilerin sayıları listelenmiştir (49 bölüm). Her bir bölüm bir tabaka kabul edilmiş ve tabakalı örnekleme yöntemine göre her bölümden seçilecek öğrenci sayısı ile tabaka

ağırlığı belirlenmiştir (Tabaka ağırlığı hesaplama formülü: $Wh=Nh/N$). Bulunan tabaka ağırlığı, örneklem grubunun sayısı ile çarpılarak okullardan örnekleme alınacak öğrenci sayısı belirlenmiştir (Her tabakadan alınacak öğrenci sayısının hesaplama formülü: $Wh \times n$). Son olarak öğrenci listelerinden sistematik örnekleme yöntemiyle araştırmaya alınacak öğrenciler belirlenmiştir. Evren ve örnekleme alınacak öğrencilerin fakülte, yüksekokul ve meslek yüksekokullara göre dağılımı Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1. Evren ve örnekleme alınan öğrencilerin fakülte, yüksekokul ve meslek yüksekokullara göre dağılımı

Fakülteler:	Evren	Örneklem	
		Sayı	Yüzde
Eğitim Fakültesi	800	44	8.8
Fen Edebiyat Fakültesi	1001	55	11.0
İlahiyat Fakültesi	524	29	5.8
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	819	45	9.0
Mühendislik-Mimarlık Fakültesi	1809	99	19.8
Ziraat Fakültesi	182	10	2.0
Tıp Fakültesi	60	3	0.6
Yüksekokullar:			
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu	120	7	1.4
Sağlık Yüksekokulu	427	23	4.6
Meslek yüksekokulları:			
Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu	434	24	4.8
Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu	832	46	9.2
Teknik Bilimler Meslek Yüksekokulu	2095	115	23.0
Toplam	9103	500	100

3.6. Verilerin Toplanması

3.6.1. Veri toplama araçlarının hazırlanması

Verilerin toplanmasında, literatürden yararlanarak hazırlanan toplam 20 sorudan oluşan anket formu (EK-1), 40 sorudan oluşan yeme tutum testi (EK-2) ve 10 sorudan

oluşan Rosenberg benlik saygısı ölçeğinden (EK-3) yararlanılmıştır (Çınar, 2013; Tukuş, 2010; Savaşır ve Erol, 1989).

3.6.1.1. Anket formu

Öğrencilere ilişkin yaş, cinsiyet, sınıf gibi tanımlayıcı bilgiler, antropometrik ölçüm bilgileri, beslenme alışkanlıkları, “fast-food” tüketim sıklıkları ile ilgili sorulardan oluşturulmuştur. Sorulardan 3 tanesi karar bildiren soru, 4 tanesi çoktan seçmeli soru, 6 tanesi seçici soru, 7 tanesi demografik sorudur ve form ortalama 20 dakikada cevaplanabilmektedir.

3.6.1.2. Yeme tutumu testi (The Eating Attitude Test-40 / EAT-40)

Garner ve Garfinkel tarafından geliştirilmiş, Türkçe uyarlaması Savaşır ve Erol (1989) tarafından yapılmış 40 maddeden oluşan bir kendini test etme ölçeğidir. Test, EAT-26 Testinin geliştirilmiş halidir. Testin maddeleri 6'lı likert tipi ölçek şeklindedir, testi dolduran kişi kendisine en yakın bulunduğu seçeneği işaretlemektedir. Maddeler; “her zaman”, “sık sık”, “genellikle”, “bazen”, “nadiren” ve “hiçbir zaman” seçeneklerinden oluşmaktadır. Yeme bozukluğu olan bireylerin yemek yeme ile ilgili tutumlarını; normal kişilerde var olan yeme davranışlarındaki olası bozuklukların belirtilerini ölçer. Kesme noktası 30 puandır. Ölçeğin 1, 18, 19, 23, 27, 39 soruları için bazen 1 puan, nadiren 2 puan ve hiçbir zaman 3 puan olarak değerlendirilir ve diğer seçenekler 0 puan olarak değerlendirilir. Ölçeğin diğer soruları için de daima 3 puan, çok sık 1 puan verilmekte ve diğer seçenekler 0 puan olarak hesaplanır. Ölçekte tüm soru puanları toplanarak toplam skor elde edilmektedir. Savaşır ve Erol çalışmalarında cronbach alfa değerini 0.70 bulmuşlardır (Savaşır ve Erol, 1989). Bu çalışmada cronbach alfa değeri 0.86 bulunmuştur.

3.6.1.3. Rosenberg benlik saygısı ölçeği

Ölçek 1963 yılında Morris Rosenberg tarafından geliştirilmiştir. Geçerlik ve güvenirlik çalışması 1986 yılında Çuhadaroğlu tarafından yapılan ölçek özellikle adolesan yaş grubu için geliştirilmiştir. Ölçek benlik saygısı, kendilik kavramının sürekliliği, insanlara güven duyma, eleştiriye duyarlılık, depresif duygulanım, hayalperestlik, kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme, tartışmalara katılabilme derecesi,

psikişik izolasyon, psikosomatik belirtiler, ana baba ilgisi olmak üzere 11 alt ölçeği içermektedir. Benlik saygısı alt ölçeğinde on madde olumlu ve olumsuz anlam taşımaktadır. Bu alt ölçeğin değerlendirme sistemine göre 0-1 puan yüksek, 2-4 puan orta, 5 ve daha yüksek puan düşük benlik saygısı olarak değerlendirilmektedir. Buna göre bireylerin aldığı puanlar yüksek oldukça benlik saygıları düşük olmaktadır. Çuhadaroğlu çalışmasında cronbach alfa değerini 0.71 bulmuştur (Razı, Kuzu, Yıldız, Ocakcı, Arifoğlu, 2009). Bu araştırmada cronbach alfa değeri 0.50 bulunmuştur.

Tablo 2. Rosenberg benlik saygısı ölçeğinin hesaplanması

	Çok Doğru	Doğru	Yanlış	Çok Yanlış	Gruplar
1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.	(0)	(0)	(1)	(1)	I
2. Bazı olumsuz özelliklerim olduğunu düşünüyorum.	(0)	(0)	(1)	(1)	I
3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.	(1)	(1)	(0)	(0)	I
4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.	(0)	(0)	(1)	(1)	II
5. Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.	(1)	(0)	(1)	(0)	II
6. Kendime karşi olumlu bir tutum içindeyim.	(0)	(0)	(1)	(1)	III
7. Genel olarak kendimden memnunum.	(0)	(0)	(1)	(1)	IV
8. Kendime karşi daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.	(1)	(0)	(0)	(1)	V
9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığını düşünüyorum.	(1)	(1)	(0)	(0)	VI
10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığını düşünüyorum.	(1)	(0)	(0)	(1)	VI

Rosenberg benlik saygısı ölçeği Tablo 2’de gösterildiği şekilde puan alır. Tablo kendi arasında altı gruba ayrılır. Birinci gruptaki üç sorudan ikisinden 1 puan alan kişi birinci gruptan 1 puan almış olur. İkinci gruptan iki sorudan birinden ya da ikisinden 1 puan alan 1 puan almış olur. Üçüncü, dördüncü ve beşinci gruptan 1 puan alan kişi bu gruplardan 1’er puan almış sayılır. Altıncı gruptaki iki sorudan birinden ya da ikisinden 1 puan alan kişi bu gruptan 1 puan alır. Sonuçta altı gruptaki puanlar toplanır ve 0-1 yüksek benlik saygısını, 2-4 orta benlik saygısını, 5-6 düşük benlik saygısını belirtir (Çuhadaroğlu, 1986).

3.6.2. Araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenleri

Bu araştırmada yeme tutumu ve benlik saygısı bağımlı değişkenleri; cinsiyet, yaş, boy, kilo, vücut kitle indeksi ise bağımsız değişkenleri oluşturmaktadır.

3.6.3. Veri toplama araçlarının uygulanması

Araştırmacı tarafından veri toplamadan önce, öğrencilere araştırmanın amacı, sonuçların sadece araştırmada kullanılacağı belirtilerek verilerin gizli tutulacağı ve veri toplama araçları hakkında gerekli açıklamalar yapıldı. Öğrenciler veri toplama araçlarını yaklaşık 20 dakikada kendileri doldurdu. Antropometrik ölçümler içinde yer alan kilo ölçümü dijital tartı kullanılarak öğrencilerin üzerinde hafif kıyafetler olmasına özen gösterilerek yapıldı. Her iki ayağı tartının merkezine basacak şekilde öğrenci tartıya çıkarıldı ve elektronik göstergede görülen sonuç “kg” olarak kaydedildi. Öğrencilerin boy ölçümünde ise metre kullanıldı. Boy ölçümleri dik bir pozisyonda duvara yaslanarak yapılan işaretleme sonucu belirlenen değer “cm” olarak kaydedildi.

3.7. Verilerin Değerlendirilmesi

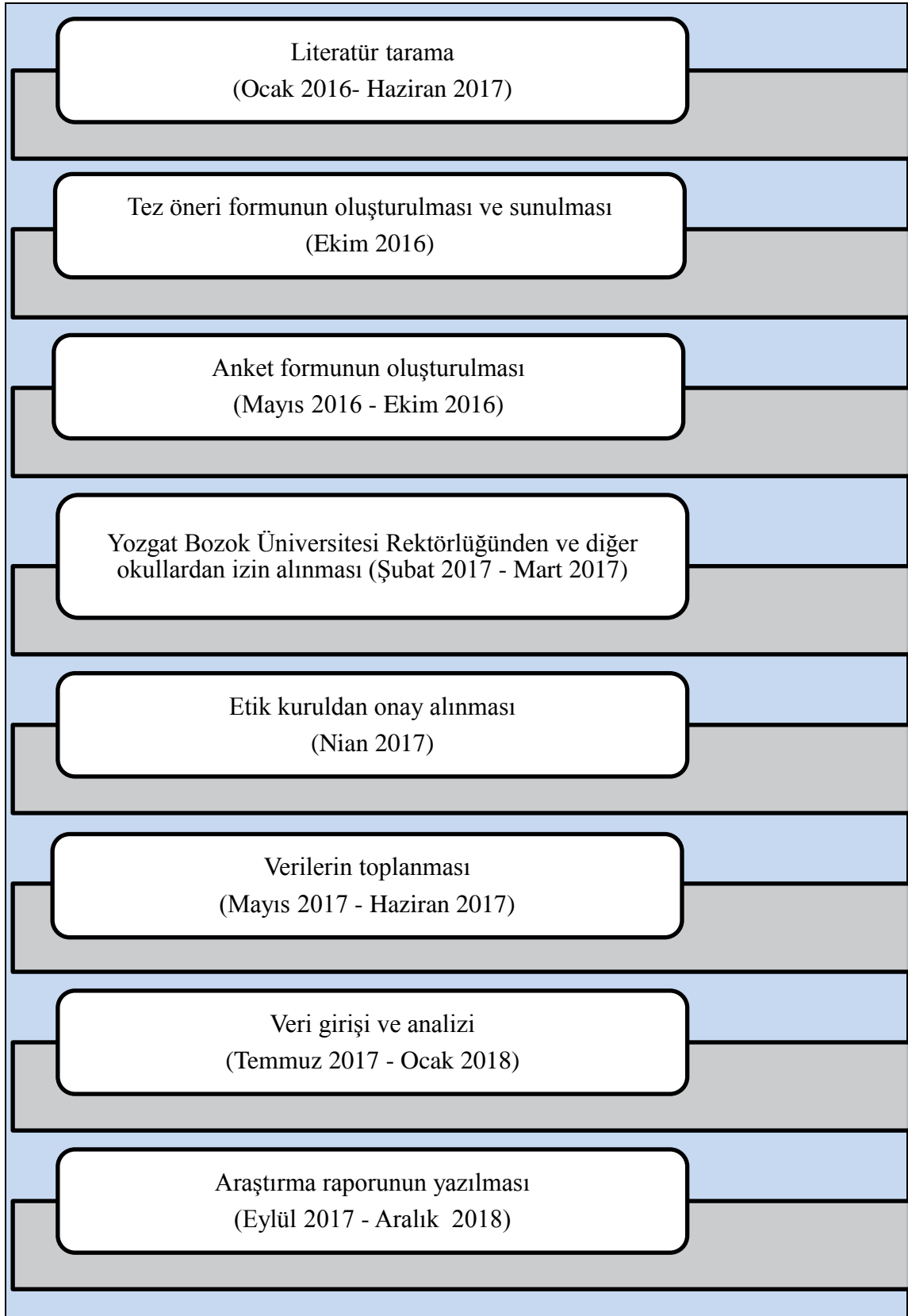
Toplanan veriler SPSS 18.0 programına kayıt edildi. Verilerin kontrolü sağlandıktan sonra öğrencilerin sosyo-demografik verileri için sayı ve yüzde kullanıldı. Bağımsız değişkenlerle öğrencilerin YTT ve benlik saygısına etkisinin değerlendirilmesinde X^2 (ki-kare) kullanıldı. Verilere Kolmogorov-Smirnov normallik testi uygulandıktan sonra verilerin normal dağılmadığı görüldüğü için YTT ve benlik saygısı puanı arasındaki ilişkiyi değerlendirmede Spearman Korelasyon Testi kullanıldı. Elde edilen bulgular %5 anlamlılık düzeyinde ve %95 güven aralığında değerlendirildi.

3.8.Araştırmanın Etik Yönü

Araştırmanın yapılabilmesi için Yozgat Bozok Üniversitesi Rektörlüğü'nden (EK-4) gerekli yasal izinler yazılı olarak alınmıştır. Araştırmanın etik açıdan uygunluğunun değerlendirilmesi amacıyla Yozgat Bozok Üniversitesi Rektörlüğü İnvaziv (Girişimsel) Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan 2017-12/07 numaralı onay (EK-5) alınmıştır. Araştırmada kullanılan Yeme Tutum Ölçeği için Prof. Dr. Neşe EROL'dan (EK-6), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği kullanımı için Prof. Dr. Gülden UYANIK BALAT'tan (EK-7) mail aracılığıyla izin ve telefonla kullanım bilgisi alınmıştır. Araştırmaya katılan katılımcılara anket öncesi gerekli açıklamalar yapılmış ve onamları alınmıştır.



3.9. Çalışmanın Akış Şeması



4. BULGULAR

Üniversite öğrencilerinin yeme tutumları ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi değerlendirmek amacıyla planlanıp yürütülen araştırmanın bu bölümünde 500 öğrenciye ait kişisel bilgiler, VKİ dağılımları, yeme tutumları ve benlik saygısı ile ilgili bulgular yer almaktadır.

Araştırma verilerinden elde edilen bulgular;

1. Öğrencilerin Sosyo-Demografik Özelliklerinin Dağılımı
2. Öğrencilerin Yeme Davranışları
3. Sosyo-Demografik Özelliklerin Yeme Tutumuna Etkisinin Dağılımı
4. Öğrencilerin Benlik Saygısı ile İlgili Bulguları
5. Öğrencilerin Vücut Kitle İndeksi ile Benlik Saygısı ve Yeme Tutumları ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin Dağılımı

4.1.Öğrencilerin Sosyo-Demografik Özelliklerinin Dağılımı

Tablo 3. Öğrencilerin sosyo-demografik verilerinin dağılımı (n:500)

		Sayı	%
Cinsiyet	Kadın	238	47.6
	Erkek	262	52.4
Yaş	18-21	306	61.2
	22-25	187	37.4
	26 ve üzeri	7	1.4
Birlikte Yaşadığı Kişi Sayısı	2-4	214	42.8
	5-7	264	52.8
	8-10	22	4.4
Kardeş Sayısı	1-3	337	67.4
	4-6	151	30.2
	7 ve üzeri	12	2.4

Öğrencilerin sosyo-demografik verilerinin dağılımı Tablo 3’de sunulmuştur. Araştırmaya katılan öğrencilerin %52.4’ünü erkekler oluşturmaktadır. Öğrencilerin yaş aralıklarına bakıldığında, öğrencilerin %61.2’sinin 18-21 yaş aralığında, %37.4’ünün 22-25 yaş aralığında, %1.4’ünün 26 ve üzeri yaş aralığında olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin %42.8’i evde 2-4 kişi ile, %52.8’i 5-7 kişi ile ve %4.4’ü 8-10 kişi ile

birlikte yaşamaktadır. Öğrencilerin %67.4'ü 1-3 kardeşe, %30.2'si 4-6 kardeşe, %2.4'ü ise 7 ve üzeri kardeşe sahiptir.

Tablo 4. Öğrencilerin anne-baba eğitim durumu ve ailenin aylık gelirini algılama durumuna ilişkin özelliklerin dağılımı (n:500)

		Sayı	%
Anne eğitimi	Okuryazar değil	51	10.2
	Okuryazar	33	6.6
	İlkokul mezunu	190	38.0
	Ortaokul mezunu	91	18.2
	Lise	115	23.0
	Üniversite ve üzeri	20	4.0
Baba eğitimi	Okuryazar değil	7	1.4
	Okuryazar	13	2.6
	İlkokul mezunu	130	26.0
	Ortaokul mezunu	91	18.2
	Lise	169	33.8
	Üniversite ve üzeri	90	18.0
Ailenin Aylık Geliri	Düşük	47	9.4
	Orta	399	79.8
	Yüksek	54	10.8

Öğrencilerin anne-baba eğitim durumu ve ailenin aylık gelirini algılama durumuna ilişkin özelliklerin dağılımı Tablo 4'te sunulmuştur. Araştırmaya katılan öğrencilerinin annelerinin eğitim durumlarına bakıldığında, %10.2'sinin annesinin okuryazar olmadığı, %6.6'sının okuryazar, %38.0'inin ilkokul, %18.2'sinin ortaokul, %23.0'ü lise mezunu ve %4.0'ünün ise üniversite ve üzeri mezuniyete sahip olduğu görüldü. Öğrencilerin %1.4'ünün babasının okuryazar olmadığı, %2.6'sının okuryazar, %26.0'sının ilkokul, %18.2'sinin ortaokul, %33.8'inin lise mezunu ve %18.0'inin ise üniversite ve üzeri mezuniyete sahip olduğu belirlendi. Öğrencilerin %9.4'ü aylık gelirlerini düşük, %79.8'i orta, %10.8'i ise yüksek olarak algılamaktadır.

Tablo 5. Öğrencilerin VKİ dağılımı

		Sayı	%
VKİ	Zayıf (VKİ 18.5 altı)	38	7.6
	Normal (VKİ 18.5-24.9)	353	70.6
	Fazla Kilolu (VKİ 25-29.9)	94	18.8
	Obez (VKİ 30-39.9)	15	3.0
Toplam		500	100

Tablo 5’de Öğrencilerin VKİ’lerine bakıldığında, öğrencilerin %7.6’sının zayıf, %70.6’sının normal kilolu, %18.8’inin fazla kilolu ve %3.0’ünün obez olduğu görülmektedir.

Tablo 6. Öğrencilerin yakınlarında şişman bulunma durumunun dağılımı (n:500)

		Sayı	%
Şişman Yakını	Var	155	31.0
	Yok	345	69.0
Şişman Kimsenin Yakınlık Derecesi	Anne	123	55.1
	Baba	39	17.5
	Kardeş	55	24.7
	Annenin kardeşi	4	1.8
	Babanın kardeşi	2	0.9
Toplam		223*	

*bazı öğrencilerin birden fazla yakını şişman olduğu için toplam 155 sayısı katlanmıştır.

Öğrencilerin 155’i (%31.0) yakınları arasında şişman kimse bulunduğunu belirtmiştir. Öğrencilerin %55.1’inin annesinin, %24,7’sinin kardeşinin, %17.5’inin babasının, %2.7’sinin ise diğer yakınlarının şişman olduğu belirlenmiştir (Tablo 6).

Tablo 7.Öğrencilerin sigara içme özelliklerinin dağılımı (n:500)

		Sayı	%
Sigara	İçiyor	148	29.6
	İçmiyor	352	70.4
Toplam		500	100.0
Sigara Kullanım Süresi	Bir yıldan az	17	11.5
	Bir yıl	60	40.5
	Bir yıldan fazla	71	48
Toplam*		148	100.0
Günlük Sigara Kullanım Miktarı	Bir paketten az	12	8.1
	Bir paket	123	83.1
	Bir paketten fazla	13	8.8
Toplam*		148	100.0

*sigara içen öğrencileri kapsadığı için toplam sayısı değişmiştir.

Öğrencilerin sigara içme özellikleri Tablo 7’de gösterilmiştir. Öğrencilerden %29.6’sı sigara kullanmaktadır. Sigara kullanan öğrencilerden %11.5’i sigarayı bir yıldan az kullanırken, %40.5’i bir yıl, %48.0’i ise bir yıldan fazla zamandır sigara kullanmaktadır. Sigara kullanan öğrencilerin %8.1’i günde bir paketten az sigara kullanırken, %83.1’i bir paket, %8.8’i ise bir paketten fazla sigara kullanmaktadır.

4.2. Öğrencilerin Yeme Davranışları

Tablo 8. Öğrencilerin öğün atlama durumu ve öğün atlama nedenlerinin dağılımı

(n:500)

		Sayı	%
Öğün Atlama	Sabah	173	31.7
	Öğle	223	40.8
	Akşam	49	9.0
	Ara Öğün	101	18.5
Toplam*		546	100.0
Öğün Atlama Nedenleri	Canı istemeyenler	206	39.8
	Gereksiz görenler	39	7.5
	Vakit bulamayanlar	181	35.0
	Zayıflamak isteyenler	31	6.1
	Ekonomik nedenler	32	6.2
	Hazırlamayı zor bulanlar	28	5.4
Toplam**		517	100.0

*bazı öğrenciler birden fazla öğün atladıkları için toplam sayısı artmıştır.

**öğrenciler birden fazla seçenek işaretledikleri için toplam sayısı artmıştır.

Öğrencilerin öğün atlama durumu ve öğün atlama nedenleri Tablo 8’de gösterilmiştir. Öğrenciler %31.7’si sabah kahvaltısını, %40.8’i öğle yemeğini, %9.0’u akşam yemeğini ve %18.5’i ara öğünü atlamaktadır. Öğrencilerin öğün atlama nedenlerine bakıldığında %39.8’i canının istemediğini, %7.5’i gereksiz gördüğünü, %35.0’i vakit bulamadığını, %6.1’i zayıflamak istediğini, %6.2’si ekonomik olarak zor olduğunu, %5.4’ü yemek hazırlamanın zor olduğunu belirtmişlerdir.

Tablo 9. Öğrencilerin yedikleri yiyeceklerin dağılımı (n:500)

		Sayı	%
Tercih Edilen Yiyecekler*	Pasta, börek, makarna	246	49.2
	Çorba ve yemekler	248	49.6
	Et yemekleri	315	63.0
	Çikolata ve tatlılar	247	49.4
	Kızartma	198	39.6
	Diğer**	3	0.6
Fast Food Tüketme	Tüketenler	371	74.2
	Tüketmeyenler	129	25.8
Fast Food Tüketme Sıklığı***	Her gün bir porsiyon	39	10.5
	Her gün iki-üç porsiyon	19	5.1
	Haftada birden az	153	41.2
	Haftada birkaç gün	160	43.2
Sabah Kahvaltısında Tüketilen Yiyecekler*	Poğaç/simit	269	53.8
	Tost/sandviç	205	41.0
	Peynir	308	61.6
	Yumurta	259	51.8
	Bal/reçel	146	29.2
	Zeytin	263	52.6
	Pekmez	68	13.6
	Ekmek	293	58.6
	Yağ	85	17.0
	Bisküvi	67	13.4
	Taze meyve-sebze	43	8.6
	Mısır gevreği	38	7.6
	Diğer**	8	1.6
Sabah Kahvaltısında Tüketilen İçecekler*	Süt	98	19.6
	Çay	392	78.4
	Meyve suyu	122	24.4

*Satır yüzdesi alınmıştır.

** Kahve, kola, kızartma, menemen, omlet.

*** Sadece fastfood tüketenler alındığı için toplam sayı değişmiştir.

Öğrencilerin yedikleri yiyeceklerin dağılımı Tablo 9'da gösterilmiştir. Öğrencilerin tercih ettikleri yiyeceklerin belirlendiği bu bölümde, öğrencilerden %49.2'si pasta, börek, makarnayı, %49.6'sı çorba ve yemekleri, %63.0'ü et yemeklerini, %49.4'ü çikolata ve tatlıları, %39.6'sı kızartma ve %0.6 salata, sebze, tavuk-pilav, mantı sevdiğini belirtmiştir. Öğrencilerin fast food tüketip tüketmediklerinin belirlendiği bu bölümde öğrencilerin %74.2'si fast food tüketirken %25.8'inin fast food tüketmediği belirlenmiştir. Fastfood tüketen öğrencilerin %10.5'i her gün bir porsiyon, %5.1'i her gün iki-üç porsiyon, %41.2'i haftada birden az, %43.2'si ise haftada birkaç gün fast food tükettiğini belirtmiştir. Öğrencilerin sabah kahvaltısında tükettiği besinlere bakıldığında, öğrencilerin %53.8'i poğaça/simit, %41.0'i tost/sandviç, %61.6'sı peynir, %51.8'i yumurta, %29.2'i bal/reçel, %52.6'sı zeytin, %13.6'sı pekmez, %19.6'sı süt, %24.4'ü meyve suyu, %58.6'sı ekmek, %17.0'si yağ, %13.4'ü bisküvi, %8.6'sı taze meyve-sebze, %7.6'sı mısır gevreği, %78.4'ü çay, %1.6'sı ise kahve, kola, kızartma, menemen, omlet gibi diğer besinlerden tükettiklerini ifade etmiştir.

Tablo 10. Öğrencilerin yemeğe ulaştıkları yerler ve kantinden aldıkları yiyeceklerin dağılımı (n:500)

		Sayı	%
Öğle Yemeğini Yedikleri Yerler	Ev	133	21.8
	Okul	294	48.3
	Dışarı	128	21.0
	Öğle yemeği yemeyenler	54	8.9
Toplam*		609	100.0
Okulda Besini Temin Ettikleri Yerler	Kantin	430	50.2
	Yemekhane	346	40.4
	Evden getirme	27	3.1
	Dışardan alma	54	6.3
Toplam*		857	100.0
Okul Kantininden Aldıkları Yiyecek ve İçecekler**	Simit	282	56.4
	Çikolata, bisküvi	249	49.8
	Hamburger	93	18.6
	Tost	227	45.4
	Patates kızartması	109	21.8
	Meyve	24	4.8
	Ayran	102	20.4
	Su	314	62.8
	Asitli-asitsiz içecekler	267	53.4
	Diğer***	11	2.2

*Birden fazla seçenek işaretlendiği için toplam sayı artmıştır.

**Satır yüzdesi alınmıştır.

***Çay, kahve, poğaç, gözleme.

Öğrencilerin yiyeceklerini aldıkları yerler Tablo 10'da gösterilmiştir. Öğrencilerin öğle yemeklerini yedikleri yerlerin %21.8'i ev, %48.3'ü okul, %21.0'i dışarıda herhangi bir yer olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin %8.9'u öğle yemeği yemediğini belirtmiştir. Okula gittikleri sürede öğrencilerin %50.2'si besinlerini kantinden temin ettiğini, %40.4'ü yemekhaneden yararlandığını, %3.1'i evden getirdiğini ve %6.3'ü ise dışardan temin ettiğini belirtmişlerdir. Araştırmaya katılan öğrencilerden %56.4'ü okul kantininden simit alırken, %49.8'i çikolata, bisküvi, %18.6'sı hamburger, %45.4'ü tost, %21.8'i patates kızartması, %4.8'i meyve, %20.4'ü ayran, %62.8'i su, %53.4'ü asitli-asitsiz içecekler, %2.2'si çay, kahve, poğaç, gözleme gibi diğer besinleri aldıklarını belirtmişlerdir.

Tablo 11. Öğrencilerin yeme tutum puanı

		Sayı	%
Yeme Tutum Testi Ölçeği	<30	339	67.8
	≥30	161	32.2

Öğrencilerin yeme tutum testinden aldıkları puanların dağılımı Tablo 11’de sunulmuştur. Bu araştırmada 161 kişi (%32.2) YTT’inden 30 puan ve üzeri alırken, 339 kişi (%67.8) 30 puandan daha az almıştır.

Tablo 12. Öğrencilerin vücut kitle indeksi ile yeme tutumları arasında ilişki

Değişken	N	r	p
VKİ-YTT	500	-0.054	0.229

Öğrencilerin VKİ ile yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puan arasındaki ilişkiyi belirlemek için spearman korelasyon testi yapılmıştır (Tablo 12). VKİ ile YTT arasında negatif yönde çok zayıf bir ilişki vardır ve bu durum istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (r:0.054; p:0.229).

4.3.Sosyo-Demografik Özelliklerin Yeme Tutumuna Etkisinin Dağılımı

Tablo 13. Sınıf ve cinsiyetin yeme tutumuna etkisinin dağılımı

		n	Yeme Tutumu				İstatistiksel değerlendirme	
			30 altı		30 ve üstü		X ²	p
			Sayı	%	Sayı	%		
Sınıf	1	191	113	59.2	78	40.8	29.488	0.000
	2	169	106	62.7	63	37.3		
	3	72	60	83.3	12	16.7		
	4	68	60	88.2	8	11.8		
Cinsiyet	Kadın	238	162	68.1	76	31.9	0.015	0.903
	Erkek	262	177	67.6	85	32.4		

Öğrencilerin hangi sınıfta olduklarının yeme tutumuna etkisinin incelendiği Tablo 13’de sınıf seviyesinin artmasıyla yeme tutum testinden 30 ve üzerinde puan alanların azaldığı görülmüş ve bu durum istatistiksel olarak da anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Çalışmada kız ve erkek öğrencilerin YTT’den benzer puanlar aldıkları ve cinsiyetin, öğrencilerin yeme tutumunu etkilemediği bulunmuştur ($p>0.05$).

Tablo 14. Öğrencilerin anne ve baba eğitim durumlarının yeme tutumuna etkisi

		n	Yeme Tutumu				İstatistiksel değerlendirme	
			30 altı		30 ve üstü		X^2	p
			Sayı	%	Sayı	%		
Anne eğitim	İlköğretim ve altı	365	257	70.4	108	29.6	4.213	0.040
	Lise ve üstü	135	82	60.7	53	39.3		
Baba eğitim	İlköğretim ve altı	241	172	71.4	69	28.6	2.710	0.100
	Lise ve üstü	259	167	64.5	92	35.5		

Öğrencilerin anne ve babalarının eğitim durumlarının yeme tutumuna etkisinin incelendiği Tablo 14’de anne eğitiminin artmasıyla yeme tutum testinden 30 ve üzerinde puan alanların azaldığı görülmüş ve bu durum istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Baba eğitim durumunun yeme tutumuna etkisinin incelendiğinde, baba eğitiminin artmasının yeme tutumunu etkilemediği görülmüştür ($p>0.05$).

Tablo 15. Öğrencilerin algıladıkları aylık gelirleri ve ailelerinde şişman kimse olmasının yeme tutumuna etkisi

		n	Yeme Tutumu				İstatistiksel	
			30 altı		30 ve üstü		değerlendirme	p
			Sayı	%	Sayı	%		
Algılanan aylık gelir	düşük	47	33	70.2	14	29.8	2.068	0.356
	orta	399	274	68.7	125	31.3		
	yüksek	54	32	59.3	22	40.7		
Ailede şişman kimse	var	155	124	80.0	31	20.0	15.315	0.000
	yok	345	215	62.3	130	37.7		

Algılanan aylık gelirin yeme tutumuna etkisinin incelendiği Tablo 15’de algılanan aylık gelirin yeme tutumunu etkilemediği görülmüştür ($p>0.05$). Tablo 15’de görüldüğü gibi ailesinde şişman birey bulunan öğrencilerin %80’inin YTT’den 30’un altında puan aldıkları saptanmış ve aralarındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$).

4.4. Öğrencilerin Benlik Saygısı ile İlgili Bulguları

Tablo 16. Öğrencilerin benlik saygısı düzeyinin dağılımı

	Sayı	%	
Benlik Saygısı	Yüksek	165	33.0
	Orta	308	61.6
	Düşük	27	5.4

Öğrencilerin benlik saygısı düzeyi Tablo 16’da verilmiştir. Öğrencilerin %33.0’ü yüksek benlik saygısına, %61.6’sı orta düzeyde benlik saygısına ve %5.4’ü düşük düzeyde benlik saygısına sahip olduğu bulunmuştur.

Tablo 17. Öğrencilerin sınıf ve cinsiyetlerinin benlik saygısına etkisi

		Benlik saygısı						İstatistiksel değerlendirme		
		Yüksek		Orta		Düşük		X ²	p	
n	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%				
Sınıf	1	191	51	26.7	129	67.5	11	5.8	5.211	0.002
	2	169	59	34.9	102	60.4	8	4.7		
	3	72	24	33.3	44	61.1	4	5.6		
	4	68	31	45.6	33	48.5	4	5.9		
Cinsiyet	Kadın	238	81	34.0	143	60.1	14	5.9	0.045	0.832
	Erkek	262	84	32.0	165	63.0	13	5.0		

Sınıfın benlik saygısına etkisinin incelendiği Tablo 17’de, sınıf seviyesinin artmasıyla benlik saygısının arttığı görülmüş ve bu durum istatistiksel olarak da anlamlı bulunmuştur ($p < 0.05$). Cinsiyetin benlik saygısına etkisi incelendiğinde, cinsiyet ile benlik saygısı arasında bir ilişki olmadığı görülmüş ve bu durum istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p > 0.05$).

Tablo 18. Anne ve baba eğitim durumunun benlik saygısına etkisi

		Benlik saygısı							İstatistiksel değerlendirme	
		n	Yüksek		Orta		Düşük		X ²	p
			Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%		
Anne eğitim üzeri	İlköğretim ve altı	365	133	36.4	211	57.8	21	5.8	4.171	0.041
	Lise ve üzeri	135	32	23.7	97	71.9	6	4.4.		
Baba eğitim üzeri	İlköğretim ve altı	241	79	32.8	145	60.2	17	7.0	0.530	0.467
	Lise ve üzeri	259	86	33.2	163	32.9	10	3.9		

Anne eğitim durumunun benlik saygısına etkisinin incelendiği Tablo 18’de anne eğitim durumunun artmasıyla benlik saygısının yükseldiği görülmüş ve bu durum istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p < 0.05$). Baba eğitim durumunun benlik saygısına etkisinin incelendiğinde baba eğitim durumu ile benlik saygısı arasında bir ilişki görülmemiştir ve bu durum istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p > 0.05$).

Tablo 19. Aylık gelir ve ailede şişman kimse olmasının benlik saygısına etkisinin dağılımı

		Benlik saygısı							İstatistiksel değerlendirme	
		n	Yüksek		Orta		Düşük		X ²	p
			Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%		
Aylık gelir	düşük	47	12	25.5	31	66.0	4	8.5	0.000	0.990
	orta	399	141	35.3	237	59.4	21	5.3		
	yüksek	54	12	22.2	40	74.1	2	3.7		
Ailede şişman kimse olması	var	155	65	41.9	87	56.1	3	2.0	11.198	0.001
	yok	345	100	29.0	221	64.0	24	7.0		

Algılanan aylık gelir düzeyinin benlik saygısına etkisinin incelendiği Tablo 19’da algılanan aylık gelir ile benlik saygısı arasında bir ilişki görülmemiştir ve bu durum istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$). Ailede şişman kimse olmasının benlik saygısına etkisinin incelendiğinde ailede şişman kimsenin olması ile benlik saygısının yükseldiği görülmüş ve bu durum istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$).

Tablo 20. Öğrencilerin VKİ ile benlik saygısı ve yeme tutumları ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin dağılımı

Değişken	N	r*	p
Vücut Kitle İndeksi- Benlik Saygısı	500	0.03	0.482
Yeme Tutumları- Benlik Saygısı	500	0.315	0.000

*r:spearman korelasyon

Benlik saygısı ile VKİ ve yeme tutumu arasındaki ilişkiyi belirlemek için spearman korelasyon testi yapılarak Tablo 20’de sunulmuştur. VKİ ile benlik saygısı arasında pozitif yönde çok zayıf bir ilişki olmakla birlikte bu durum istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($r:0.03$; $p:0.482$). Yeme tutumları ile benlik saygısı arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki vardır ve bu durum istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($r:0.315$; $p:0.000$).

5. TARTIŞMA

Bu araştırma, üniversitede öğrenim gören öğrencilerin yeme tutumları ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin saptanması amacıyla yarısından fazlası erkeklerden oluşan toplam 500 üniversite öğrencisi ile yapılmıştır. Öğrencilerin tamamına yakını 18-25 yaş aralığındadır. Öğrencilerinin annelerinin 1/10'u okuryazar değildir ve 1/3'ünden fazlası ilkokul mezunudur. Öğrencilerin yarısından fazlasının babalarının eğitim durumu lise ve üzeridir.

Bu çalışmada öğrencilerden %70.6'sı normal kilolu iken sadece %3'ünün obez olduğu görülmüştür (Tablo 5). Yurt içinde yapılan bazı çalışmalarda obezite oranı %3-%8.6 arasındadır (Alper, Ercan, Uncu, 2018; Bahar, 2015; Gerz, 2017; Küçükdağ, Sönmez, Başer, 2018; Özkaya, 2018). Yurt dışında yapılan bazı çalışmalarda ise obezite oranı %6.5-%12.5 arasında değişmektedir (Aggarwal, Thapliyal, Saini, Khrame, Varma, 2018; Almutairi et.al. 2018; Chang, Hussin, Rahim, Muthuvadivelu, Seong, 2018). Bu araştırma ile Türkiye'de yapılan çalışmalar benzerlik göstermektedir. Yurtdışında obezite oranının, ülkemize göre daha yaygın olduğu görülmektedir.

Bu çalışmada öğrenciler en fazla öğle öğününü atlamakta (%40.5) sabah kahvaltısı öğününü atlama bunu takip etmektedir (%31.7) (Tablo 8). Yurt içinde yapılan bazı çalışmalarda en fazla atlanan öğünün sabah kahvaltısı olduğu (Erdoğan, Akın, 2017; ET. Bıyıklı, AE. Bıyıklı, Çelik, 2018; Kahraman, 2018; Yılmaz, Çiçek, Kaner, 2018), bazı çalışmalarda sabah kahvaltısı ile öğle yemeğinin birbirine yakın oranlarda atlandığı (Bezci, Eskici, Pak, Şahin, Günay, 2018) ve 2018 yılında gerçekleştirilen bir çalışmada ise öğle yemeğinin en çok atlanan öğün (Bayramoğlu, Ceceloğlu, Cirit, Abasız, 2018) olduğu bulunmuştur. Yurt dışında yapılan bazı çalışmalarda da en fazla öğün atlamanın sabah kahvaltısı olduğu görülmüştür (Demissie, Eaton, Lowry, Nihiser, Foltz, 2018; Mithra et.al, 2018; Omega, Omuemu, 2018).

Gelişen ve değişen dünyada ekonominin, sosyal ve kültürel yaşam koşullarının değişmesi, bireylerin beslenme alışkanlıklarında da değişime yol açmıştır. Bireylerin iş temposunun yoğun olması, kadınların çalışma hayatında daha fazla olmaları, üniversite öğrencilerinin ailelerinden ayrı yaşamaları, yemeğe ayrılan zamanın kısılmasına ve

insanları daha fazla fast food tüketmeye yönlendirmektedir (Uğur, 2018). Bu ve benzeri nedenler fast food tüketimini artırmaktadır. Bu araştırmada öğrencilerin yaklaşık 3/4'ü fast food tüketmektedir (Tablo 9). Yurt içinde ve dışında farklı zamanlarda yapılan diğer araştırmalarda da bu oran %60.0-%92.4 arasında değişmektedir (Açık, Çakıroğlu, 2017; Arslantaş, Adana, Öğüt, Ayakdaş, Korkmaz, 2017; Kahraman, 2018; Oinam, Singh, Devi, 2016; Oladimeji, Eze, Abdulrahman, Sani, 2017; Özpuat, 2017; Sarıdağ Devran, 2018; Shree, Prasad, Kumar, Sinha, Choudhary, 2018). Bu araştırmaya benzer olarak, yapılan diğer araştırmalarda fast food tüketim oranının yüksek olduğu söylenebilir.

Bu araştırmada öğrencilerin yarısı okulda yedikleri yemek için kantine başvurmaktadır. Okul kantininden en çok simit, çikolata, bisküvi türü yiyecek almaktadırlar. Aynı zamanda öğrencilerin önemli bir bölümü (%40.4) yemek için yemekhaneyi kullanmaktadır (Tablo 10). Okul hemşirelerinin beslenme ile ilgili rolü olan sağlığı geliştirme rolü (Bahar ve Öztürk Haney, 2016) içinde kantin ve yemekhane çalışanlarının eğitimi ve öğrencilerin sağlıklı besinleri tüketme bilinci kazanmalarına katkı sağlamaları bu bakımdan oldukça önemli bulunmuştur.

Bu araştırmada öğrencilerin yeme tutumları incelenmiştir (Tablo 11). Öğrencilerin yaklaşık 1/3'ünün YTT'inden 30 ve üzeri puan aldığı görülmüştür. YTT'inden 30 ve üzeri puan almak yeme davranışı bozukluğu ile ilişkilendirilmektedir (Ünalın ve ark. 2009). Bu araştırma sonucuna benzer olarak yurt içinde yapılan çeşitli araştırmalarda YTT'inden 30 ve üzeri puan alma oranı %8.5-%34.2 arasında değişmektedir (Köse, 2017; Özvurmaz, Mandıracıoğlu, Lüleci, 2018; Şahin, 2017; Yıldırım, Hacıhasanoğlu Aşıl, Karakurt, Çapık, Kasımoğlu, 2018; Yıldırım, Uskun, Kurnaz, 2017). Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bazı araştırmalarda öğrencilerin %8.5-%34.2 arasında YTT'inden 30 ve üzeri puan aldığı görülmüştür (Köse, 2017; Özvurmaz, Mandıracıoğlu, Lüleci, 2018; Yıldırım, Hacıhasanoğlu Aşıl, Karakurt, Çapık, Kasımoğlu, 2018). Ağır sanayi kuruluşunda çalışan erkeklerle yapılan bir araştırmada çalışanların %9.9'unun YTT'inden 30 ve üzeri puan aldığı görülmüştür (Şahin, 2017). Yurt dışında da yapılan bazı araştırma bulgularına göre bu araştırmalara benzer olarak yeme bozukluğu riski olanların oranı %17.9-%33.2 arasında değişmektedir (Eledavi, Helal, Abdelsalam, 2018; Koleoso, Akanni, James, 2018; NN. Kamal, NN. Kamal, 2018).

Bu araştırmada VKİ ile YTT arasında istatistiksel olarak anlamlı bulunmayan zayıf bir ilişki saptanmıştır (Tablo 12) ($r:0.054$; $p:0.229$). VKİ ve YTT arasında ilişkinin incelendiği çalışmalarda farklı sonuçlar bulunmuştur. Bu araştırmadan farklı olan ve ilişkinin varlığını gösteren Burç (2015) ve Köse'nin (2017) yaptığı araştırmalarda görülmektedir. Bu araştırmayla benzer olarak VKİ ve YTT arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı Göncü (2017) ve Gürel'in (2017) yaptığı araştırmalar bulunmaktadır. Bu araştırmada öğrencilerin sınıf seviyesinin artmasıyla YTT'den 30 ve üzerinde puan alanların azaldığı görülmüştür (Tablo 13). Bu konuda yapılış fazla araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak bu araştırmadan farklı olarak Bushi (2016)'nin yaptığı araştırmada sınıf seviyesinin artması ile YTT'den alınan puan arasında bir fark saptanmamıştır.

Bu araştırmada öğrencilerin yeme tutumları ile cinsiyet, anne ve baba eğitim, algılanan aylık gelir ve ailede şişman kimse olması karşılaştırılmıştır (Tablo 13-14-15). Öğrencilerin cinsiyetlerinin yeme tutumuna etkisi incelendiğinde, cinsiyet ile YTT'inden 30 ve üzerinde puan alanlar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. YTT ile cinsiyet arasında ilişkinin incelendiği çalışmalarda farklı sonuçlar elde edilmiştir. Ağaç (2018), Kocakaya (2016) ve Pehlivan'nın (2017) yaptığı araştırmalarda cinsiyet ile YTT'den alınan puanlar arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Kadınların YTT'den aldığı puanların erkeklerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bushi (2016) ve Köse'nin (2017) yaptığı araştırmada cinsiyet ile YTT'inden 30 ve üzerinde puan alanlar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p>0.05$).

Öğrencilerin anne ve baba eğitimler ile YTT puanı arasındaki ilişki incelendiğinde (Tablo 14), anne eğitiminin artmasıyla YTT'den 30 ve üzerinde puan alanların azaldığı görülmüş ve bu durum istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Bu araştırmadan farklı olarak akır (2013) tarafından yapılan bir araştırmada anne ve baba eğitim düzeyi ile yeme tutumu arasında bir ilişki saptanmamıştır.

Öğrencilerin algıladıkları aylık gelir düzeyi ile yeme tutumları arasındaki ilişki (Tablo 15), istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$). Bu araştırmaya benzer olarak Topkara'nın (2014) yaptığı araştırmada da aylık gelir ile yeme tutumu arasında bir ilişki görülmemiştir. Bu araştırmada öğrencilerin ailelerinde şişman bir kişinin

olması ile yeme tutumları arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Öğrencilerin ailelerinde şişman bir kişinin bulunması ile YTT'den 30 ve üzerinde puan alanların azaldığı görülmüş ve bu durum istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Bu araştırmadan farklı olarak Topkara'nın (2014) yaptığı araştırmada ailede şişman kimse olması ile YTT'den 30 ve üzerinde puan alanların arasında bir ilişki görülmemiştir.

Benlik saygısı bireyin sosyal, psikolojik ve fiziksel olarak bütün yönlerinden etkilenir. Bireyin sağlıklı olması ve psikolojik olarak iyilik hali içinde olması ile benlik saygısı ilişkilidir. Benlik saygısı bireylerin stres durumunda stres ile başetmek için çaba harcayacağı psikolojik güçtür (Kılıç, 2018). Bu araştırmada öğrencilerin %33.0'ü yüksek benlik saygısına, %61.6'sı orta düzeyde benlik saygısına ve %5.4'ü düşük düzeyde benlik saygısına sahip olduğu bulunmuştur (Tablo 16). Çiftçi'nin (2018) yaptığı araştırmada meslek yüksekokulu öğrencilerinin %81'i yüksek benlik saygısına, %19'u ise orta düzeyde benlik saygısına sahip bulunmuştur. Baybek ve Yavuz'un (2011) yaptığı araştırmada ise üniversite öğrencilerinin %61.5'i yüksek, %34.3'ü orta, %4.2'si düşük benlik saygısına sahip bulunmuştur.

Bu araştırmada cinsiyet, sınıf seviyesi, anne ve babanın eğitim durumu ve öğrencilerin algıladıkları aylık gelir düzeyi gibi sosyo demografik bilgiler ile benlik saygısı arasındaki ilişki incelenmiştir (Tablo 17-18-19). Öğrencilerin cinsiyetleri ile benlik saygısı arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0,05$). Bu araştırmaya benzer olarak yapılan benzer araştırmalarda cinsiyet ile benlik saygısı arasında istatistiksel olarak bir ilişki bulunmamıştır (Akın, 2017; Aktaş, 2016; Delikoyun, 2017; Tepeli Temiz, 2017; Yıldırım, 2017). Güler (2017) ve Küçük'ün (2016) yaptığı araştırmada ise kadınların benlik saygısı erkeklere göre daha yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin sınıf seviyesinin artmasıyla benlik saygısının arttığı görülmüş ve bu durum istatistiksel olarak da anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Yıldırım (2017) tarafından yapılan başka bir araştırmada öğrencilerin sınıf seviyesinin artması ile benlik saygısının arttığı görülmüştür. Öğrencilerin baba eğitim durumu ile benlik saygısı arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$). Bu araştırmaya benzer olarak yapılan diğer araştırmalarda öğrencilerin baba eğitim durumu ile benlik saygısı arasında bir ilişki görülmemiştir (Akın, 2017; Aktaş, 2016; Delikoyun, 2017). Bu araştırmada aylık gelir algısı ile benlik saygısı arasında bir ilişki görülmemiştir. Bu

araştırmaya benzer olarak yapılan diğer araştırmalarda aylık gelir algısı ile benlik saygısı arasında bir ilişki görülmemiştir (Aktaş, 2016; Delikoyun, 2017; Küçük, 2016; Yıldırım, 2017). Bu araştırmadan farklı olarak aylık gelir düzeyi ile benlik saygısı arasında ilişkinin saptandığı araştırmalarda bulunmuştur (Akin, 2017; Tepeli Temiz, 2017).

Bu araştırmada öğrencilerin yeme tutumları ile benlik saygısı arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Bu ilişki istatistiksel olarak anlamlıdır. ($r:0.418$; $p:0.000$). Bu araştırmadan farklı olarak Kocakaya (2016) tarafından yapılan araştırmada bir ilişki bulunmamıştır.



6.SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma %52.4'ü erkek ve %37.4'ü 22-25 yaş arasında olan Yozgat Bozok Üniversitesinde okuyan 500 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Öğrencilerin 1/3'den fazlasının anneleri ilkokul mezunu, babalarının 1/3'e yakını ise lise mezunudur. Öğrencilerin yarısından fazlası evde 5-7 kişi ile birlikte yaşamakta olup, 8/10'u gelir düzeyini orta seviyede algılamaktadır.

Öğrencilerin %7.6'sı zayıf, %70.6'sı normal kilolu, %18.8'i fazla kilolu, %3.0'ü obezdir ve yaklaşık 1/3'ü akrabaları arasında şişman kişilerin olduğunu belirtmiştir. Öğrencilerin beslenme alışkanlıkları ile ilgili olarak, en çok sırasıyla öğle yemeğini (%40.8) ve sabah kahvaltısını (%31.7) atladıkları, bunun nedeni olarak da en çok canlarının istemediği (%39.8) ve vakit bulamadıkları (%35.0) sonucuna ulaşılmıştır. Öğrencilerin en çok sevdikleri besin et yemeği iken, 3/4'ü fast food tüketmektedir. Öğrenciler sabah kahvaltısında en çok çay (%78.4), peynir (%61.6) ve ekmek (%58.6) tüketmektedirler. Öğrenciler öğle yemeğini, okulda, yarısı kantinde ve yarısına yakını da yemekhanede yemektir. Öğrenciler okul kantininden en çok su (%62.8), simit (%56.4), asitli asitsiz içecekler (%53.4) ve çikolata- bisküvi (%49.8) almaktadır.

Bu araştırmada 161 öğrenci, YTT'inden 30 puan ve üzerinde alarak yeme davranışlarının bozuk olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin sınıf seviyelerinin, anne eğitim düzeylerinin artmasının, ailede şişman kimse olmasının yeme davranışlarını olumlu yönde etkilediği, öğrencilerin cinsiyetleri, baba eğitim düzeylerinin artmasının ve algıladıkları gelir seviyesinin ise yeme davranışlarını etkilemediği ($p>0.05$) sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmada öğrencilerin benlik saygısı seviyelerinin hangi düzeyde olduğu sorusunun yanıtı aranmış ve öğrencilerin %33.0'ü yüksek benlik saygısına, %61.6'sı orta düzeyde benlik saygısına ve %5.4'ü düşük düzeyde benlik saygısına sahip olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin sınıf seviyesi ve anne eğitimi arttıkça benlik saygılarının arttığı ayrıca ailesinde şişman birisinin olmasının benlik saygısını olumlu etkilediği görülmüştür ($p<0.05$). Öğrencilerin cinsiyetleri, baba eğitim durumu ve algıladıkları gelir düzeyi ile benlik saygısı arasında bir ilişki görülmemiştir ($p>0.05$). Araştırmada VKİ ile YTT puanı, VKİ ile benlik saygısı puanı ve YTT puanı ile benlik saygısı

arasında ilişkinin olup olmadığı belirlenmiştir. VKİ ile YTT arasında negatif yönde çok zayıf bir ilişki, VKİ ile benlik saygısı puanı arasında pozitif yönde çok zayıf bir ilişki ve YTT puanı ile benlik saygısı puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki vardır.

Bu araştırma kapsamında öğrencilerin beslenme, yeme tutumu ve benlik saygısı hakkında bilgi gereksinimlerinin belirlenmesi, bu konuda gerekli planlamalar yapılması, beslenme ile ilgili bilgi eksikliğinin giderilerek obezite ile mücadelede önemli adımlar atılmasını sağlayabilir. Mediko-sosyal birimde çalışan hemşireler ile bu konuda gerekli işbirliği yapılarak, ortak projeler hazırlanarak, öğrencilere gerekli eğitimler planlanarak, danışmanlık hizmeti sağlanabilir. Sağlık bilimleri ile ilgili bölümlerdeki öğrencilere verilen bu konulardaki derslerin konunun uzmanı kişiler tarafından üniversitenin bütün bölümlerindeki öğrencilere verilmesi ile bu konulardaki bilgi eksikliği giderilebilir. Yeme bozukluğu riski altında olan öğrenciler saptanarak sorunun çözümü için diğer sağlık profesyonelleri ile işbirliği yapılabilir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar beslenme, obezite, yeme tutumu ve benlik saygısı hakkında bilgiler vermekte ve yeni çalışmalar için kaynak olarak kullanılabilen düşünlmektedir. Yeme tutumu ve benlik saygısı ile ilgili çalışmalar sağlık politikaları için yol gösterici olabilir. Yeme tutumu ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi arayacak ve eksik yönlerini tamamlayacak daha kapsamlı çalışmalar yapılabilir.

7. KAYNAKLAR

Açık, M., Çakıroğlu, F.P. (2017). Yurttan kalan üniversiteli kız öğrencilerde metabolik sendrom risk faktörlerinin değerlendirilmesi. *Dicle Tıp Dergisi*, 44 (4), 305-314. DOI: <http://dx.doi.org/10.5798/dicletip.362270>.

Adana, F., Arslantaş, H., Şahbaz, M. (2012). Lise öğrencilerinin benlik kavramlarını algılama biçimleri ve ilişkili faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 3(1), 22-29.

Aggarwal, S., Thapliyal, R., Saini, L., Khrame, D., Varma, A. (2018). Prevalence and pattern of preobesity and obesity in medical students. *Indian Journal of Applied Research*, 8 (2), 40-41.

Ağaç, F. (2018). *Obez bireylerin bağlanma stilleri ile yeme tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*.(yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi. İstanbul.

Akın, R.F. (2017). *İletişim fakültesi öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin değerlendirilmesi ve devlet üniversitesi ile vakıf üniversitesi öğrencilerinin bu bağlamda karşılaştırılması*.(yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi. İstanbul.

Aktaş, U. (2016). *Üniversite öğrencilerinin benlik saygı düzeyleri ile atılganlık düzeylerinin incelenmesi*. (yüksek lisans tezi). Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi. Karaman.

Almutairi, K.M. et.al. (2018). Health promoting lifestyle of university students in saudi arabia: a cross-sectional assessment. *BMC Public Health*, 18, 1093. DOI:<https://doi.org/10.1186/s12889-018-5999-z>.

Alper, Z., Ercan, İ., Uncu, Y. (2018). A meta-analysis and an evaluation of trends in obesity prevalence among children and adolescents in turkey: 1990 through 2015. *Journal of Clinical Research in Pediatric Endocrinology*, 10(1), 59-67. DOI: 10.4274/jcrpe.5043.

Arslan, N. (2013). Adolesan dönemde yeme bozuklukları. *Türkiye Klinikleri Journal of Family Medicine Special Topics*, 4(1), 36-44.

Arslantaş, H., Adana, F., Öğüt, S., Ayakdaş, D., Korkmaz, A. (2017). Hemşirelik öğrencilerinin yeme davranışları ve ortoreksiya nervoza (sağlıklı beslenme takıntısı) ilişkisi: kesitsel bir çalışma. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 8(3), 137-144.

Aytin, N. (2014). *Ergenlerde yeme tutumları ile sorun çözme eğilimleri ve ebeveynle bağlanma arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (yüksek lisans tezi). Adnan Menderes Üniversitesi. Aydın.

Bahar, A. (2015). *Adölesan yaş grubundaki bireylerde antropometrik ölçümler ve obezite prevalansının araştırılması*. (yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi. İstanbul.

Bahar, Z. ve Öztürk Haney, M. (2016). Okul Sağlığı Hemşireliği. S. Gözüm (Editör). *Okul Dönemindeki Çocuklarının Sağlığının Geliştirilmesi* (s.17-18). Ankara: Vize Yayıncılık.

Baumeister, R.F., Campbell, J.D., Krueger, J.I., Vohs, K.D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in The Public Interest*, 4(1), 1-10.

Baybek, H., Yavuz, S. (2011). Muğla üniversitesi öğrencilerinin benlik saygılarının araştırılması. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, (1)14, 73-95.

Bayramoğlu, A., Ceceloğlu, D., Cirit, H., Abasız, N. (2018). Artvin Çoruh üniversitesindeki kadın akademisyenlerin beslenme alışkanlıkları. *Osmangazi Tıp Dergisi*, s.4. DOI: 10.20515/otd.453211.

Baysal, A. (2000). *Genel beslenme kitabı*. Ankara: Hatiboğlu Yayınları.

Bezci, Ş., Eskici, G., Pak, E.N., Şahin, M., Günay, M. (2018). Taekwondo sporcularının beslenme davranışlarının değerlendirilmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(2), 119-130.

Bıyıklı, E.T., Bıyıklı, A.E., Çelik, B. (2018). Selçuk üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinin enerji ve besin ögesi alımlarının değerlendirilmesi, *Genel Tıp Dergisi*, s.29.

Buldukoğlu, K. (2000). Yeme Bozuklukları. N.Kum (Editör). *Psikiyatri Hemşireliği El Kitabı* (s.59-60). İstanbul: Vehbi Koç Vakfı Yayınları.

Bulut, N.S., Küpeli, N.Y., Bulut, G.Ç., Topçuoğlu., V. (2017). Anoreksiya nervozada psikososyal tedaviler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 9(3), 329-345.

Burç, B. (2015). * niversite  ğrencilerinde yeme tutumları ile dürtüsellik ve aleksitimi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (yüksek lisans tezi).  sk dar Üniversitesi. İstanbul.

Bushi, B. (2016). * niversite  ğrencilerinde yeme tutumu, anksiyete ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi*. (yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi. İstanbul.

Chang, E.Y.W., Hussin, N., Rahim, M.A., Muthuvadivelu, S., Seong, C.W. (2018). Prevalence of obesity and screening for diabet esamong secondary school students. *International Journal of Public Health Research*, 8(1), 907-912.

Çadırcı, K. (2015). Anemi ve primer hipotroidi birlikteliği olan ilginç bir pika sendromu. *OD  Tıp Dergisi*, 32-35.

Çakır, Z. (2013). *Kadın  niversite  ğrencilerinde yeme tutumlarının mükemmeliyetçilik, sosyotropi-otonomi,  stbilişler, duygulara ilişkin inançlar, duygusal zorlanmaya toleranssızlık ve kaçınma ile ilişkisi: yatkınlaştırıcı ve sürdürücü faktörlere dayalı bir model  nerisi*. (doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi. Ankara.

Çelik, M.N., Samur, F.G. (2018). Gebelik ve yeme davranış bozuklukları. *Jinekoloji-Obstetrik ve Neomatoloji Tıp Dergisi*, 15(3), 130-134.

Çelik, S., Yoldaşcan, E.B., Okyay, R.A.,  zenli, Y. (2016). Kadın  niversite  ğrencilerinde yeme bozukluğunun yaygınlığı ve etkileyen faktörler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17, 42-50.

Çınar, S., Çavuşoğlu, H. (2016). Farklı sosyo-ekonomik düzeylerdeki 7-14 yaş grubu çocuklarda obezitenin incelenmesi. *Türkiye Klinikleri Hemşirelik Bilimleri Dergisi*, 8(2), 112-121.

Çiftçi, H.(2018). Ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması meslek yüksekokulu ve meslek lisesi öğrencileri üzerine bir inceleme. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(68),1648-1665.

Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adölesanlarda benlik saygısı*. (yayınlanmamış uzmanlık tezi). Hacettepe Üniversitesi. Ankara.

Değirmenci, T. (2006). *Obez erişkinlerde benlik saygısı, yaşam kalitesi, yeme tutumu, depresyon ve anksiyete*. (uzmanlık tezi). Pamukkale Üniversitesi. Denizli.

Delikoyun, D. (2017). *Üniversite öğrencilerinde duygusal zeka ve benlik saygısı arasındaki ilişki*. (yüksek lisans tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi. Gaziantep.

Demirci, M. (2014). *Beslenme*. Tekirdağ: Hat Yayıncılık.

Demissie, Z., Eaton, D.K., Lowry, R., Nihiser, A.J., Foltz, J.L. (2018). Prevalence and correlates of missing meals among high school students—united states, 2010. *American Journal of Health Promotion*, 32(1), 89-95.

Doğan, T., Totan, T., Sapmaz, F. (2009). Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ve sosyal zeka. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, s.235-247.

Duran, S., Ergün, S., Çalışkan, T., Karadaş, A. (2016). Hemşirelik öğrencilerinin yeme tutumları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki. *Sted*, 25(1), 6-12.

Eledavi, N., Helal, R., Abdelsalam, S. (2018). Prevalence and associated factors of eating disorders in weight management centers in tanta, egypt. *Chinese Medical Journal*, 131(1), 50–55. DOI: 10.4103/0366-6999.221270

El, S.N. (2016). *Vitaminler*. Ege Üniversitesi Mühendislik Fakültesi Gıda Mühendisliği Bölümü Öğrencileri İçin Hazırlanmış Ders Notları, s.73.

Erci, B. Sağlık Geliştirilmesi ve Sağlıklı Yaşam. (2009). B. Erci (Editör). *Halk Sağlığı Hemşireliği Kitabı* (s.108). Ankara: Göktuğ Yayıncılık.

Erdoğan, E.G., Akın, B. (2017). Lise öğrencilerinde beden kütle indeksi durumunun sosyodemografik ve beslenme özellikleri ile ilişkisi. *Journal of Human Sciences*, 14(2), 1571-1589.

Ergün, A., Şişman, F.N. (2016). Ergenlik Dönemi. S. Gözüm (Editör). *Okul Dönemindeki Çocuklarının Sağlığının Geliştirilmesi* (s.81-82) Ankara: Vize Yayıncılık.

Erkan, T. (2011). Ergenlerde beslenme. *Türk Pediatri Arşivi Dergisi*, s.49-53.

Gerz, M. (2017). *Vardiya usulü çalışan ebe ve hemşirelerde beslenme durumunun saptanması ve obezite ile ilişkilendirilmesi*. (yüksek lisans tezi). Okan Üniversitesi. İstanbul.

Göncü, B. (2017). *15-30 yaş aralığındaki kadınlarda emosyonel yeme, öfke ve yeme tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi. İstanbul.

Gördeles Beşer, N. (2014). Ergenlik Dönemi ve Özellikleri. O. Çam, E. Engin (Editörler). *Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği* (s.707). İstanbul:Medikal Yayıncılık.

Güleç Öyekçin, D., Şahin, E.M. (2011). Yeme bozukluklarına yaklaşım. *Türk Aile Hekimliği Dergisi*, 15(1), 29-35.

Güler, H. (2017). *Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ile aile tutumunun ilişkisi*. (yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi. İstanbul.

Gürel, A. (2017). *Ergenlerin duygusal şemaları ve ebeveyn kontrollerinin yeme tutumlarıyla ilişkisinin incelenmesi*. (yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi. İstanbul.

İşçi, D. (2018). *Kadınların farklı dönemlerdeki kadınlık algıları ve etkileyen faktörler*. (yüksek lisans tezi). Çağ Üniversitesi. Mersin.

Kadioğlu, M., Ergün, A. (2015). Üniversite öğrencilerinin yeme tutumu, öz-etkililik v etkileyen faktörler. *Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 5(2), 96-104.

Kahraman, Ç. (2018). *Üniversite öğrencilerinde beslenme alışkanlıkları ve obezite riski: tekirdağ namık kemal üniversitesi örneği*. (yüksek lisans tezi). Namık Kemal Üniversitesi. Tekirdağ.

Kamal, N.N., Kamal, N.N. (2018). Determinants of problematic internet useandits association with disordered eating attitudes among minia university students. *International Journal of Preventive Medicine*, 9(35), 1-10.

Kanbolat, S. (2017). *Psikolojik danışmanlık merkezine başvuran bireylerdeki aleksitimi ile yeme tutum, benlik saygısı ve öfke arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi. İstanbul.

Karadağ, G., Elibol, E., Yıldiran, H., Akbulut, G., Çelik, M.G., Değirmenci, M. ve diğerleri. (2016). Sağlıklı yetişkin bireylerde yeme tutum ve ortorektik davranışlar ile obezite arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *GMJ*, 27, 107-114.

Karademir, T., Döşyılmaz, E., Çoban, B., Kafkas, M.E. (2010). Beden eğitimi ve spor bölümü özel yetenek sınavına katılan öğrencilerde benlik saygısı ve duygusal zeka. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 18(2), 653-674.

Kaya, Ş. (2017). *Ergenlerde ana-babaya bağlanma örüntüsünün benlik saygısı ve yalnızlık ile ilişkisi*. (yüksek lisans tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi. İstanbul.

Kıcalı, G.D. (2015). *Üniversite öğrencilerinde beslenme alışkanlıkları ve yeme bağımlılığının farklı kişilik özellikleri ve psikiyatrik belirtilerle ilişkisinin incelenmesi*. (yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi. Konya.

Kılıç, H.F. (2018). Hemşirelik öğrencilerinin eğitim stresi ve mesleki benlik saygısı arasındaki ilişki. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 5(1), 49-59.

Kocakaya, G. (2016). *Yeme bozukluğu ile ilişkili olabilecek değişkenlerin incelenmesi*. (yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi. İstanbul.

Koleoso, O.N., Akanni, O.O., James, J.O. (2018). Body image objectification and disordered eating attitudes among secondary school students of south-west nigeria. *International Journal of School Health*, 5(2), e66891.

Köksal, O., Attila, S. (2015). Toplum Beslenmesi. Ç. Güler, L. Akın (Editörler). *Halk Sağlığı Temel Bilgiler* (s.1210). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayınları.

Köksal, T. ve Köksal, A.O. (2013). Yozgat ilindeki süt çocuklarında vitamin kullanma sıklığı. *Türkiye Çocuk Hastalıkları Dergisi*, 1, 33-36.

Köse, G., Tayfur, M., Birincioğlu, İ., Dönmez, A. (2016). *Yeme farkındalığı ölçeğini Türkçeye uyarlama çalışması*. Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi, 3 (2016) 125-134. DOI: 10.5455/JCBPR.250644

Kutluay Merdol, T., Baş, M., Kızıltan, G., Şensoy, F., Şeker, E., Dağ, A., Acar Tek, N.(2013). *Genel beslenme*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayını.

Küçük, P. (2016). *Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygı düzeyi ile benlik saygısı düzeyi ilişkisinin incelenmesi*. (yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi. İstanbul.

Küçükdağ, H.N., Sönmez, C.I., Başer, D.A. (2018). Tıp fakültesi öğrencilerinde fiziksel aktivite ile depresif semptomları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*,22(3), 157-165.

Küçükkolbaşı, S., Bilber, O., Ayyıldız, H.F., Kara, H. (2013). Simultaneous and accurate determination of water and fat soluble vitamins in multivitamin tablets by using an rp-hplc method. *Quim. Nova*, 36(7)1044-1051.

Mithra, P. et.al (2018). Snacking behaviour and its determinants among college-going students in coastal south india. *Journal of Nutrition and Metabolism*, s.1.

Oinam, J., Singh, Y.N., Devi, H.S. (2016). Prevalence of fast food intake among adolescent school students in imphal west, manipur. *International Journal of Scientific Research*, s.50.

Oktan, V., Şahin, M. (2010). Kız ergenlerde beden imajı ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2), 543-556.

Oladimeji, Y.U., Eze, A.C., Abdulrahman, S., San, A.A. (2017). Determinants of fast food consumption and preferences among undergraduate students of ahmadu bello university, zaria, nigeria. *FUDMA Journal of Sciences*, s.180.

Omage, K., Omuemu, V.O. (2018). Assessment of dietary pattern and nutritional status of undergraduate students in a private university in southern nigeria. *Food Science and Nutrition*, 22, 6(7)1890-1897. DOI: 10.1002/fsn3.759

Örneklem Büyüklüğünün Saptanması. www.istatistikanaliz.com/orneklem_buyuklugunu_saptanmasi.asp

Özkaya, M.N. (2018). *Karadeniz teknik üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinin yaşadığı ortama göre beden kitle indekslerinin ve beslenme paternlerinin değerlendirilmesi*. (uzmanlık tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi. Trabzon.

Özpulat, F. (2017). Televizyon reklamlarının öğrencilerin besin tüketimi üzerine etkisi. *Journal of Human Sciences*, 14(4), 4123-4134.

Özurmaz, S., Mandıracıoğlu, A., Lüleci, E. (2018). Üniversite öğrencilerinde yeme tutumu ve yeme tutumuyla ilişkili faktörler. *Adıyaman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(2), 841-849.

Pehlivan, B. (2017). *Üniversite öğrencilerinin yeme tutum inançları, bağlanma stilleri, yalnızlık düzeylerinin yeme tutumu üzerindeki etkisi.* (yüksek lisans tezi). Okan Üniversitesi. İstanbul.

Razı, G.S., Kuzu, A., Yıldız, A.N., Ocakçı, A.F., Arifoğlu, B.Ç. (2009). Çalışan gençlerde benlik saygısı, iletişim becerileri ve stresle baş etme. *TAF PrevMedBull* 8(1), 17-26.

Sarıdağ Devran, B. (2018). *Lise öğrencileri ve ebeveynlerine verilen beslenme eğitiminin beslenme bilgi ve davranışları üzerine etkisinin belirlenmesi.* (doktora tezi). Başkent Üniversitesi. Ankara.

Savaşır, I., Erol, N. (1989). *Yeme tutumu testi: anoreksiya nervroza belirtileri indeksi.* Psikoloji Dergisi, 7(23), 19-25.

Saygılı, S., (2015). *Beslenme Psikolojisi.* İstanbul: Elit Kültür Yayınları.

Shree, V., Prasad, R.R., Kumar, S., Sinha, S., Choudhary, S.K. (2018). Study on consumption of fastfood among medical students of ıgıms, patna. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, s.2752.

Sönmez, A.Ö. (2017). Çocuk ve ergenlerde yeme bozuklukları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 9(3), 301-316.

Şahin, F. (2000). Okul Sağlığı. STED. Erişim tarihi:01.12.2017, [www.ttb.org.tr/STED/Okul Sağlığı](http://www.ttb.org.tr/STED/Okul_Sağlığı)

Şahin, G. (2017). *Ağır sanayi kuruluşunda çalışan erkeklerde iş stresi, yeme tutumu, anksiyete ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi.* (yüksek lisans tezi). Işık Üniversitesi. İstanbul.

Tayfur, M. (2002). *Aile salığı.* Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayını.

T.C. Sağlık Bakanlığı. (2008). Erişim tarihi:03.06.2018, [www.sbu.saglik.gov.tr/Sağlık hizmetlerinde okul sağlığı kitabı](http://www.sbu.saglik.gov.tr/Sağlık_hizmetlerinde_okul_sagligi_kitabi)

T.C. Sağlık Bakanlığı. (2008). Erişim tarihi:03.06.2018, [www.sbu.saglik.gov.tr/Obezite ve egzersiz](http://www.sbu.saglik.gov.tr/Obezite_ve_egzersiz)

T.C. Sağlık Bakanlığı- Hacettepe Üniversitesi. (2014). Erişim tarihi: 01.06.2018, [www.tuseb.gov.tr/TBSA Beslenme araştırması sonuç raporu](http://www.tuseb.gov.tr/TBSA_Beslenme_araştırması_sonuç_raporu)

Tekir, Ö., Yaşar, Ö., Çevik, C., Dikoğlu, M., Kaymak, G.Ö. (2018). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin depresyon ve benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 8(1), 15-21.

Tepeli Temiz, Z. (2017). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile yaşam doyumu, psikolojik dayanıklılık ve aleksitimik özellikleri arasındaki ilişkide benlik saygısının rolü.* (yüksek lisans tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi. İstanbul.

Toker, D.E., Hocaoglu, Ç. (2009). Yeme bozuklukları ve aile yapısı: bir gözden geçirme. *Düşünen Adam Dergisi*, 22(1-4), 36-42.

Topkara, G. (2014). *Üniversite öğrencilerinin yeme tutumları ve yetişkin bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin cinsiyete göre karşılaştırılması.* (yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi. İstanbul.

Torun, E., Gökçe, S., Uzuner, S., Göksu, A.Z., Balçermik, B., Kılıç, A. (2013). Ergenlikte yeme bozuklukları ve komplikasyonları: bir anoreksiya nervroza vakası. *Çocuk Dergisi*, 13(4), 171-174.

Tukuş, L. (2010). *The self esteem rating scale-short form (benlik saygısı değerlendirme ölçeği-kısa formu) türkçe güvenilirlik ve geçerlilik çalışması.* (tıpta uzmanlık). Kocaeli Üniversitesi. Kocaeli.

Uğur, U. (2018). Gençlerin fast food tüketimlerinin sembolik tüketim kapsamında değerlendirilmesi: Sivas ilinde bir araştırma. *Akademik Bakış Dergisi*, (67), 1-9.

Ulaş, B., Uncu, F., Üner, S. (2013). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinde olası yeme bozukluğu sıklığı ve etkileyen faktörler. *İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2, 15-22.

Ulutaşdemir, N., Balsak, H., Öztürk Çopur, E., Demiroğlu, N. (2016). Halk sağlığı hemşireliğinin bir dalı: okul sağlığı hemşireliği. *Türkiye Klinikleri J Public Health Nurs-Special Topics*, 2(1), 121-124.

Usta, E., Sağlam, E., Şen, S., Aygin, D., Sert, H. (2015). Hemşirelik öğrencilerinin yeme tutumları ve obsesif-kompulsif belirtileri. *HSP*, 2(2), 187-197.

Uzun, M. (2018). *Tetrapleji, hemipleji hastalarında benlik saygısı ve benlik saygısına beden imajının etkisi.* (yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi. İstanbul.

Ünal, R.N., Samur, F.G. (2012). Pika davranışının insan sağlığı üzerine etkileri. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 40(2), 155-162.

Ünalın, D., Öztop, D.B., Elmalı, F., Öztürk, A., Konak, D., Pırlak, B., Güneş, D. (2009). Bir grup sağlık yüksekokulu öğrencisinin yeme tutumları ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 16 (2), 75-81.

Yalnızoğlu Çaka, S., Çınar, N., Altınkaynak, S. (2018). Adölesanlarda yeme bozuklukları. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(1), 203-209.

Yaprak, Y. (2018). *Geç ergenlik dönemindeki bireylerde olumsuz benlik algısının sanal zorbalığa etkisi.* (yüksek lisans tezi). İstanbul Arel Üniversitesi. İstanbul.

Yeme Tutum Ölçeği. Erişim tarihi: 24.12.2017, www.feyzullahalpm.com/testler/yeme-tutumu-olcegi

Yıldırım, A., Hacıhasanoğlu Aşlar, R., Karakurt, P., Çapık, C., Kasımoğlu, N. (2018). Examination of the relationship among depressive symptom, loneliness and eating attitudes in university students with sociodemographic characteristics. *TJFMPC*, 12(4), 264-274. DOI: 10.21763/tjfmpe.462906.

Yıldırım, S., Uskun, E., Kurnaz, M. (2017). Bir il merkezinde liselerde eğitim gören öğrencilerin yeme tutumları ve ilişkili faktörler. *The Journal of Pediatric Research*, 4(3), 149-155. DOI: 10.4274/jpr.97659

Yıldırım, T. (2017). *Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ile algılanan sosyal destek ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi.* (yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi. İstanbul.

Yılmaz, B.Ö., Çiçek, B., Kaner, G. (2018). Kayseri ilindeki liselerde öğrenim gören adölesanlarda obezite düzeyinin ve ilişkili risk faktörlerinin incelenmesi. *Türk Hijyen ve Deneysel Biyoloji Dergisi*, 75(1), 77-88. DOI: 10.5505/TurkHijyen.2018.33341

Yurt, S. (2016). Ruhsal Sorunlar. S. Gözüm (Editör). *Okul Dönemindeki Çocuklarının Sağlığının Geliştirilmesi* (s.355).Ankara: Vize Yayıncılık.

8. EKLER

EK-1: Anket Formu

Sevgili Öğrenciler;

Bu anket, Yozgat il merkezinde eğitim görmekte olan üniversite öğrencilerinin yeme tutumlarının benlik saygısına etkisinin incelenmesi amacıyla bilimsel amaçlı bir araştırmada kullanılmak üzere yüksek lisans tezi için hazırlanmıştır. Verilerin doğru yorumlanabilmesi için, lütfen tüm soruları dikkatle okuyarak, eksiksiz yanıtlamaya özen gösteriniz. Lütfen kendiniz için uygun olan yanıtın kutusunu “X” şeklinde işaretleyiniz. Anket üç aşamadan oluşmaktadır. İlk ankette toplam 20 soru bulunmaktadır. İkinci ankette toplam 40 soru ve üçüncü ankette 10 soru bulunmaktadır. Ankette vereceğiniz yanıtlar bilimsel ahlak kuralları çerçevesinde kesinlikle gizli tutulacaktır. Çalışmaya katılım gönüllülük esasına dayalıdır. Araştırma hakkında tam olarak bilgilendirildikten sonra, kararınızı özgürce verebilirsiniz. Vereceğiniz cevaplar sadece araştırmamız için kullanılacaktır. Sorularınız için benimle iletişim kurabilirsiniz. Araştırmama verdiğiniz destekten ötürü teşekkür ederim.

Öznur KURUCU

Bozok Üniversitesi
Araştırma ve Uygulama Hastanesi

e-posta: oznur.kurucu@bozok.edu.tr

Tel:05055871241

Anket no:

Tarih:

...../...../.....

Bölüm Adı:
Sınıf/Şube:
Boy (cm):
Kilo (kg):

1. Cinsiyetiniz: 1-Kız () 2-Erkek ()
2. Doğum tarihiniz:/...../.....
3. Şu anda yaşadığınız evinizdeki siz dahil kişi sayısı:.....
4. Siz dahil kaç kardeşsiniz:.....
5. Annenizin eğitim durumu:

- 1-() Okuryazar değil
- 2-() Okuryazar
- 3-() İlkokul mezunu
- 4-() Ortaokul mezunu
- 5-() Lise mezunu
- 6-() Üniversite mezunu ve üzeri

6. Babanızın eğitim durumu:

- 1-() Okuryazar değil
- 2-() Okuryazar
- 3-() İlkokul mezunu
- 4-() Ortaokul mezunu
- 5-() Lise mezunu
- 6-() Üniversite mezunu ve üzeri

7. Ailenizin ortalama aylık gelirini nasıl algılıyorsunuz?

- 1-() Düşük
- 2-() Orta
- 3-() Yüksek

8. Ailenizde şişman kimse var mı? Varsa yakınlık derecesini lütfen belirtiniz

- 1-() Evet
- 2-() Hayır
- Yakınlık derecesi;.....

9. Sigara kullanıyor musunuz?

- 1-() Evet
- 2-() Hayır
- Ne kadar süredir..... Miktarı.....

10. Günde kaç öğün yemek yersiniz?

- 1-() Bir kez
- 2-() İki kez
- 3-() Üç kez
- 4-() Dört kez
- 5-() Beş kez ve daha fazla

11. Öğün atlar mısınız?

- 1-() Hiçbir zaman
- 2-() Bazen
- 3-() Sık, sık
- 4-() Her zaman

12. Öğün atlıyorsanız hangi öğünü atladığınızı lütfen belirtiniz? (Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz)

- 1-() Sabah
- 2-() Öğle
- 3-() Akşam
- 4-() Ara öğün

13. Öğün atlama nedeninizi lütfen belirtiniz.

- 1-() Canım istemiyor
- 2-() Gereksiz görüyorum
- 3-() Vakit bulamıyorum

4-() Zayıflamak istiyorum

5-() Ekonomik

6-() Hazırlaması zor

14. En çok sevdiğiniz besinler nelerdir? (Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz)

1-() Pasta, börek, makarna

2-() Çorba ve yemekler

3-() Et yemekleri

4-() Çikolata ve tatlılar

5-() Kızartma 6- ()Diğer açıklayınız.....

15. Fastfood (hamburger, pizza, döner, pide, tost, simit, kızarmış patates, asitli içecekler, çay, kahve) gıdaları tüketiyor musunuz?

1-() Evet 2-() Hayır

16. FastFood gıdaları tüketme sıklığınız nedir?

1-() Her gün bir porsiyon

2-() Her gün iki-üç porsiyon

3-() Haftada birden az

4-() Haftada birkaç gün

17.Sabah kahvaltısında genellikle neler yersiniz?(Birden fazla işaretleyebilirsiniz)

1-() Poğaç/simit

9-() Meyve suyu

2-() Tost/sandviç

10-() Ekmek

3-() Peynir

11-() Yağ

4-() Yumurta

12-() Bisküvi vb.

5-() Bal/reçel

13-() Taze meyve-sebze

6-() Zeytin

14-() Mısır gevreği

7-() Pekmez

15-() Çay

8-() Süt

16-() Diğer (Belirtiniz).....

18.Öğle yemeklerini nerede yersiniz?

1-() Evde

2-() Okulda

3-() Dışarıda

4-() Öğle yemeği yemiyorum

19.Okulda besini nerden temin ediyorsunuz?

1-() Kantinden

2-() Yemekhaneden

3-() Evden getiriyorum

4-() Dışardan alıyorum

5- ()Diğer açıklayınız.....

20.Okul kantininden ne tür besinler alırsınız?(Birden fazla işaretleyebilirsiniz)

1-() Simit

6-() Meyve

2-() Çikolata, bisküvi

7-() Ayran

3-() Hamburger

8-() Su

4-() Tost

9-() Asitli-asitsiz içecekler(kola, gazoz, soda, meyve

suyu)

5-() Patates kızartması

10- ()Diğer açıklayınız.....

EK-2: Yeme Tutum Testi

Bu anket sizin yeme alışkanlıklarınızla ilgilidir. Lütfen her bir soruyu dikkatlice okuyunuz ve size en uygun gelen kutu içine (X) işareti koyunuz. Örneğin “Çikolata yemek hoşuma gider” cümlesini okudunuz. Çikolata yemek hiç hoşunuza gitmiyorsa “hiçbir zaman” yazılı kutu içine (X) işareti koyunuz; her zaman hoşunuza gidiyorsa “daima”nın altını (X) ile işaretleyiniz.

		Daima	Çok sık	Sık sık	Bazen	Nadiren	Hiçbir zaman
1.	Başkaları ile birlikte yemek yemekten hoşlanırım.	1 ()	2 ()	3 ()	4 ()	5 ()	6 ()
2.	Başkaları için yemek pişiririm, fakat pişirdiğim yemeği yemem.	()	()	()	()	()	()
3.	Yemekten önce sıkıntılı olurum.	()	()	()	()	()	()
4.	Şişmanlıktan ödüm kopar.	()	()	()	()	()	()
5.	Acıktığımda yemek yememeye çalışırım.	()	()	()	()	()	()
6.	Aklım fikrim yemektedir.	()	()	()	()	()	()
7.	Yemek yemeyi durduramadığım zamanlar oldu.	()	()	()	()	()	()
8.	Yiyeceğimi küçük küçük parçalara bölerim.	()	()	()	()	()	()
9.	Yediğim yiyeceğin kalorisini bilirim.	()	()	()	()	()	()
10.	Ekmek, patates, pirinç gibi yüksek kalorili yiyeceklerden kaçınırım.	()	()	()	()	()	()
11.	Yemeklerden sonra şişkinlik hissederim.	()	()	()	()	()	()
12.	Ailem fazla yememi bekler.	()	()	()	()	()	()
13.	Yemek yedikten sonra kusarım.	()	()	()	()	()	()
14.	Yemek yedikten sonra aşırı suçluluk duyarım.	()	()	()	()	()	()
15.	Tek düşüncem daha zayıf olmaktır.	()	()	()	()	()	()
16.	Aldığım kalorileri yakmak için yorulana kadar egzersiz yaparım.	()	()	()	()	()	()
17.	Günde birkaç kez tartılırım.	()	()	()	()	()	()
18.	Vücudumu saran dar elbiselerden hoşlanırım.	()	()	()	()	()	()

19.	Et yemekten hoşlanırım.	()	()	()	()	()	()
20.	Sabahları erken uyanırım.	()	()	()	()	()	()
21.	Günlerce aynı yemeği yerim.	()	()	()	()	()	()
22.	Egzersiz yaptığımda harcadığım kalorileri hesaplarım.	()	()	()	()	()	()
23.	Adetlerim düzenlidir.	()	()	()	()	()	()
24.	Başkaları zayıf olduğumu düşünür.	()	()	()	()	()	()
25.	Şişmanlayacağım (vücudumun yağ toplayacağı) düşüncesi zihnimi meşgul eder.	()	()	()	()	()	()
26.	Yemeklerimi yemek başkalarinkinden uzun sürer.	()	()	()	()	()	()
27.	Lokantada yemek yemeyi severim.	()	()	()	()	()	()
28.	Müşil kullanırım.	()	()	()	()	()	()
29.	Şekerli yiyeceklerden kaçınırım.	()	()	()	()	()	()
30.	Diyet (perhiz) yemekleri yerim.	()	()	()	()	()	()
31.	Yaşamımı yiyeceğin kontrol ettiğini düşünürüm.	()	()	()	()	()	()
32.	Yiyecek konusunda kendimi denetleyebilirim.	()	()	()	()	()	()
33.	Yemek konusunda başkalarının bana baskı yaptığını düşünürüm.	()	()	()	()	()	()
34.	Yiyeceklerle ilgili düşünceler çok zamanımı alır.	()	()	()	()	()	()
35.	Kabızlıktan yakınırım.	()	()	()	()	()	()
36.	Tatlı yedikten sonra rahatsız olurum.	()	()	()	()	()	()
37.	Perhiz yaparım.	()	()	()	()	()	()
38.	Midemin boş olmasından hoşlanırım.	()	()	()	()	()	()
39.	Şekerli, yağlı yiyecekleri denemekten hoşlanırım.	()	()	()	()	()	()
40.	Yemeklerden sonra içimden kusmak gelir.	()	()	()	()	()	()

EK-3: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

	Çok Doğru	Doğru	Yanlış	Çok Yanlış
1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.	()	()	()	()
2. Bazı olumsuz özelliklerim olduğunu düşünüyorum.	()	()	()	()
3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.	()	()	()	()
4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.	()	()	()	()
5. Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.	()	()	()	()
6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.	()	()	()	()
7. Genel olarak kendimden memnunum.	()	()	()	()
8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.	()	()	()	()
9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.	()	()	()	()
10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığını düşünüyorum.	()	()	()	()

EK-4: Kurum İzin Belgesi



T.C.
BOZOK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı



Sayı : 68447441-044-E.2523
Konu : Anket Uygulama İmni

07/04/2017

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlg: 18/01/2017 tarihli ve 979678-199-21 sayılı yazınız.

Üniversitemizin Sağlık Birimleri Enstitüsü Hemşirelik Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi Özcan KURUCU " Bir Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Yeme Tüketimleri ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki " konulu tezini, ilgili Fakültemizin öğrencileriyle anket yapmasının uygun görüldüğünü belirten yazı ekte gönderilmıştır.

Bilgilerinizi rica ederim.

e-İmza

Prof.Dr. Şenol AKIN
Rektör Yardımcısı

Ek: Anket Uygulama İmni (8 Sayfa)



T.C.
BOZOK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Mühendislik-Mimarlık Fakültesi Dekanlığı



Sayı : 76806204-044-E.1988
Konu : Anket Uygulaması

30/03/2017

REKTÖRLÜK MAKAMINA
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

İlgi : 30/01/2017 tarih ve 68447441-044/e.83 sayılı yazınız.

Üniversitemiz Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi Öznur KURUCU' nun ilgi yazı ekinde belirtilen tarihler arasında Fakültemiz öğrencilerine anket uygulaması yapabileceği talebi Dekanlığımızca uygun bulunmuştur.

Bilgilerinize arz ederim.

e-İmzalıdır

Prof.Dr. Hikmet Şelli AYBAR
Dekan V.



T.C.
BOZOK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Ziraat Fakültesi Dekanlığı



Sayı : 81571051-300-E.2015
Konu : Anket Uygulaması

30/03/2017

ÖĞRENCİ İŞLERİ DAİRE BAŞKANLIĞINA

İlgi yazıyla istemiş olduğumuz Üniversitemiz öğrencisi Özmar KURUCU'ran "Bir Üniversite Öğrenim Gören Öğrencilerin Yeme Tutumları ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkisi" konulu anket uygulamasının Fakültemiz öğrencilerine yapılması uygun görülmüştür.
Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

e-İmzalıdır

Prof.Dr. Yaşar KARADAĞ
Dekan vekili

Ek: İlgili Yazı (10 Sayfa)



T.C.
BOZOK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Fen Edebiyat Fakültesi Dekanlığı



Sayı : 65958926-044-E.1963
Konu : Anket Uygulaması

30/03/2017

ÖĞRENCİ İŞLERİ DAİRE BAŞKANLIĞINA

İlgi : 30.01.2017 tarih ve 68447441 - 044/e.83 sayılı yazınız.

İlgi yazıya istinaden, Sağlık Birimleri Enstitüsü Hemşirelik Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi Ozgur KURUCU " Bir Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Yeme Tutumları ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki ", konulu tezi ile ilgili, Fakültemiz öğrencileriyle anket yapması uygun görülmüştür. Gereğini bilgilerinize rica ederim.

e- imzalıdır

Doç.Dr. Zübeyir BÜTÜNER
Dekan Yardımcısı

Ek: İlgili Evrak (10 Sayfa)



T.C.
BOZOK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dekanlığı



Sayı : 95552562 - 399/e.55
Konu : Anket Uygulaması

01.02.2017

GENEL SEKRETERLİK
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

İlgi : Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı 30.01.2017 tarihli ve 68447441 - 044/e.83 sayılı yazısı.

Üniversitemiz Sağlık Birimleri Enstitüsü Hemşirelik Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi Öznur KURUCU'nun "Bir Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Yeme Tutumları ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki " konulu tezi ile ilgili Fakültemiz öğrencilerine anket uygulaması yapması uygun görülmüştür.

Bilgilerinize arz ederim.

E- İmzalıdır
Prof. Dr. MUSTAFA SAÇMACI
Dekan V.

Bu evrak 5070 sayılı kanuna göre elektronik olarak imzalanmıştır.
Evrakın doğruluğu <http://ufys.bozok.edu.tr/kontrol.aspx> adresinden TKNQ975Q9X koda ile kontrol edebilirsiniz.

Adres : Bozok Üniversitesi Atatürk Yolu 7. Km. Erdoğan Akdağ
Kampüsü İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Binası 66200
Tel : (0354) 242-1041 / 6600
Web : <http://ibf.bozok.edu.tr>

Bilgi İçin : Melek YANCIOĞLU
Faks : (0354) 242-1044
E - Posta : ibf@bozok.edu.tr



T.C.
BOZOK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Eğitim Fakültesi Dekanlığı



Sayı : 14415064 - 044/e.154
Konu : Anket Uygulaması

01.03.2017

REKTÖRLÜK MAKAMINA
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

İlgi : Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı 30.01.2017 tarihli ve 68447441 - 044/e.83 sayılı yazısı.

İlgi yazı ile istenilen, Öznur KURUCU'nun "Bir Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Yeme Tutumları ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki", konulu tezi ile ilgili, anket uygulama yapabilmesi izni Fakültemizce uygun bulunmuştur.
Bilgilerinize arz ederim.

E-İmzalıdır
Prof. Dr. TAYİP DUMAN
Dekan V.

Bu evrak 5070 sayılı kanuna göre elektronik olarak imzalanmıştır.
Evrakın doğruluğunu <http://yds.bozok.edu.tr/kontrol.aspx> adresinden 628YYH5G2 koda ile kontrol edebilirsiniz.

Adres : Bozok Üniversitesi Erdoğlan Akdağ Kampüsü Eğitim Fakültesi Binası	Bilgi İçin : MERVE BARUT
Tel : (0354) 242-1025 /	Faks : (0354) 242-1024
Web : http://egitim.bozok.edu.tr/	E – Posta : egitim@bozok.edu.tr



T.C.
BOZOK ÜNİVERSİTESİ
Tıp Fakültesi Dekanlığı

Sayı : 28254347-044 - 250
Konu : Anket Uygulaması

03.03/2017

REKTÖRLÜK MAKAMINA
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

İlgi: 30.01.2017 tarih ve 044-e.83 sayılı yazınız.

Üniversitemiz Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi Öznur KURUCU" Bir Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Yeme Tutumları ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki ", konulu tezi ile ilgili, öğrencilerimize yapılacak anket çalışması Fakültemizde uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.


Prof. Dr. Hilmi A. FASEVEN
Dekan V.



T.C.
BOZOK ÜNİVERSİTESİ
İlahiyat Fakültesi Dekanlığı



Sayı : 97269981.044-124
Konu : Anket Uygulaması

30/03/2017

REKTÖRLÜK MAKAMINA
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

İlgi : 30.01.2017 tarih ve 044/e.83 sayılı yazınız.

İlgi yazınız gereği Üniversitemiz Sağlık Birimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi Öznur KURUCU "Bir Üniversitede Öğrenim Gören Öğrencilerin Yeme Tutumları ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki" konulu tezi ile ilgili Fakültemiz öğrencilerine anket uygulaması yapılmasının uygun olduğu hususuna,

Bilgilerinize arz ederim.

Prof. Dr. Kadir ÖZKÖSE
Dekan (U/hde)

EK-5:Etik Kurul İzni

Yozgat Bozok Üniversitesi Tıp Fakültesi İnvaziv (Girişimsel) Olmayan Klinik Araştırmaları Etik Kurulundan Yazılı İzin


T.C. BOZOK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ İNVAZİV (GİRİŞİMSEL) OLMAYAN KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU KARAR FORMU		
BAŞVURU BİLGİLERİ	ARAŞTIRMA PROTOKOL NO	25.04.2017/67
	ARAŞTIRMANIN ADI	BİR ÜNİVERSİTEDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN YEME TUTUMLARI İLE BENLİK SAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİ
	PROJECT TITLE	SELF-ESTEEM RELATIONSHIP BETWEEN EATING ATTITUDES OF STUDENTS STUDYING AT A UNIVERSITY
	KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACI UNVANI/ADU/SOYADI	Yrd. Doç. Dr. Sevil ALBAYRAK
	KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACININ BULUNDUĞU MERKEZ	Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü
	DESTEKLEYİCİ	Masraf Kendisi Tarafından Karşılancak
	ARAŞTIRMANIN TÜRÜ	Prospektif Çalışma
	ARAŞTIRMACI	Özür KURUCU (Bozok Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi)
KARAR BİLGİLERİ	Karar No:2017-1207	Tarih:24.04.2017
	Yukarıda bilgileri verilen girişimsel olmayan klinik araştırma başvuru dosyası ile ilgili belgeler araştırmacının gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak incelenmiş çalışmanın başvuru dosyasında belirtilen merkezlerde gerçekleştirilmesinde etik ve bilimsel sakınca bulunmadığına karar verilmiştir.	
BOZOK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ İNVAZİV(GİRİŞİMSEL) OLMAYAN KLİNİK ARAŞTIRMALARI ETİK KURULU		
ÇALIŞMA ESASI	Bozok Üniversitesi İnvaziv (Girişimsel) Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulunun Çalışma Usul ve Esasları Hakkında Yönerge	


Prof. Dr. Ethem Ferdar YALVAÇ
 Bozok Üniversitesi
 Etik Kurul Başkanı

EK-6: Yeme Tutum Testi Kullanım İzni

Yeme tutum testi için izin Gelen Kutusu x



 **öznur kurucu** 30 Eki ☆
Sayın Prof.Dr.Neşe EROL hocam Bozok Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsünd...

 **profdnese.erol@gmail.com** 5 Kas (13 gün önce) ☆  
Alıcı: bana ▾

Sevgili Öznur,

Tezinizde Yeme Tutum Ölçeğini kullanabilirsiniz.

Başarı dileklerle

Prof. Dr. Neşe Erol

iPhone'umdan gönderildi


30 Eki 2017 tarihinde 14:38 saatinde, öznur kurucu <oznurkurucu01@gmail.com> şunları yazdı:


...



EK-7: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği Kullanım İzni

Re: ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ İÇİN İZİN

 **Güliden Uyanık Balat** <gbalat@marmara.edu.tr>
24.10 (Sal), 13:31
Siz ↕

 [Yanıtla](#) | ▾

Sayın
Öznur Kurucu tez çalışmanızda
Rosenberg Benlik Saygısı ölçeğini kullanmanız uygundur
İyi çalışmalar dilerim

Prof. Dr. Güliden Uyanık Balat

iPhone'umdan gönderildi

öznur kurucu <ercan.o@hotmail.com> şunları yazdı (24 Eki 2017 15:02):

Sayın Güliden UYANIK BALAT hocam Bozok Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsünde yüksek lisans öğrencisiyim. Tez konusu olarak 'Bir Üniversite Öğrenim Gören Öğrencilerin Yeme Tutumları ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki' çalışacağım. İzininiz olursa tezimde 'Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğini' çalışmak istiyorum. Teşekkür ederim.



9. ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı, Soyadı :Öznur KURUCU
Uyruğu : Türkiye (TC)
Doğum Tarihi ve Yeri :31/07/ 1985 - KAYSERİ
Medeni Durumu :Evli
Yazışma Adresi :Yenicami Mahallesi. Söğütlüdere Caddesi. Bağkur
Blokları C Blok 5/16 Merkez/YOZGAT
E-mail :ercan.o@hotmail.com

EĞİTİM DURUMU : - Erciyes Üniversitesi Yozgat Sağlık Yüksekokulu
Hemşirelik Lisans Programı, 2007
-Anadolu Üniversitesi Sağlık Kurumları İşletmeciliği Ön
Lisans Programı, 2015
-Anadolu Üniversitesi İşletme Fakültesi İşletme Lisans
Programı, 2017

İŞ DENEYİMLERİ :2007 – 2008 Özel Ömür Hastanesi - Hemşire
10.08.2009 –Bozok Üniversitesi Araştırma ve
Uygulama Hastanesi - Hemşire

YABANCI DİL : İngilizce