

Hemşirelik Öğrencilerinin Kişilik Özelliklerinin Yeme Davranışları Üzerine Etkisi

Effect of Personality Characteristics Nursing Students on Eating Behaviors

Kevser Sevgi ÜNAL ASLAN, Işın CANTEKİN, Edanur TAR

ÖZ

Bu araştırma, hemşirelik öğrencilerinin kişilik özelliklerinin yeme davranışları üzerindeki etkisinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Tanımlayıcı tipteki bu araştırmanın örneklemini Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 150 hemşirelik öğrencisi oluşturmuştur. Veriler, “Kişisel Bilgi Formu” öğrencilerin yeme davranışını belirlemek için “Hollanda Yeme Ölçeği” ve kişilik özelliklerini belirleyen On Maddeli Kişilik Özelliği Ölçeği kullanılarak toplanmıştır.

Çalışmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 18,47 + .756 ve % 51’i kızdır. Öğrencilerin %56,5’inin günlük ara öğün tükettiği ve %57’sinin yemek yeme hızının orta hızda olduğu, öğrencilerin kişilik özellikleri değerlendirildiğinde en fazla puan ortalamasının “Duygusal Dengelilik” alt boyutunun olduğu, öğrencilerin yeme tutumları değerlendirildiğinde en yüksek puan ortalamasına sahip alt boyutun “Dışsal Yeme Davranışı” olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin kişilik özelliklerinden biri olan sorumluluk alt boyutu ile duygusal yeme davranışı arasında pozitif yönde ilişki olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$).

Hemşirelik öğrencilerinin kişisel özelliklerinin yeme davranışlarını etkilediği ve öğrencilerin Dışsal yeme davranışı sergiledikleri belirlenmiştir.

Anahtar Sözcükler: Yeme davranışı, Kişilik özellikleri, Hemşirelik, Öğrenci

ABSTRACT

This research was conducted to examine the effects of nursing students’ personality traits on eating behaviors.

The sample of this descriptive study consisted of 150 nursing students studying in the Faculty of Health Sciences. The data were collected using the “Personal Information Form”, which determines socio-demographic characteristics, the “Dutch Eating Behaviour Questionnaire” to determine students’ eating behavior, and the Ten-item Personality Inventory scale which determines personality traits. Frequency, mean, standard deviation, Kruskal-Wallis, Mann-Whitney U tests were used to evaluate the data obtained.

Ünal Aslan K. S., Cantekin I., & Tar E., (2022). Hemşirelik öğrencilerinin kişilik özelliklerinin yeme davranışları üzerine etkisi. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi/Journal of Higher Education and Science*, 12(1), 69-75. <https://doi.org/10.5961/higheredusci.958398>

Kevser Sevgi ÜNAL ASLAN

ORCID ID: 0000-0002-5263-4465

Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü
Osmaniye Korkut Ata University, Faculty of Health Sciences, Department of Nursing

Işın CANTEKİN (✉)

ORCID ID: 0000-0003-2685-0831

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Seydişehir Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü
Necmettin Erbakan University, Seydişehir Faculty of Health Sciences, Department of Nursing
i_cantekin@hotmail.com

Edanur TAR

ORCID ID: 0000-0001-8821-8554

Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü
Osmaniye Korkut Ata University, Faculty of Health Sciences, Department of Nursing

Geliş Tarihi/Received : 27.06.2021

Kabul Tarihi/Accepted : 30.01.2022



Bu eser “Creative Commons Atıf-GayriTicari-4.0 Uluslararası Lisansı” ile lisanslanmıştır.

The average age of the students participating in the study is 18.47 + .756 and 51% are girls. "Emotional Balancing" sub-dimension, which has the highest average score when the students' personality traits are evaluated, has the highest average score when the students' eating attitudes are evaluated. "Behavior" has been determined. It was determined that there was a positive relationship between the responsibility dimension, which is one of the personality traits of students, and emotional eating behavior ($p < 0.05$).

It has been determined that the personal characteristics of nursing students affect eating behavior and that the students exhibit external eating behaviors.

Keywords: Eating behavior, Personality traits, Nursing, Student

GİRİŞ

Maslow'un temel ihtiyaçlar hiyerarşisinde yer alan ve günlük yaşam aktivitelerinden biri olan beslenme aktivitesi, dünya genelinde sağlık sorunu hâline gelen yeme davranışı bozukluğu oranlarının git gide artış göstermesi sebebiyle son yıllarda oldukça önem kazanan bir aktivite hâline gelmiştir (Yalnızoğlu, Çınar, 2017). Yeme davranışı farklı kültür ve farklı kişilik özellikleriyle kişiden kişiye değişmekte olup bireyin o anki ruh hâli, sosyolojik özellikler, sahip olunan deneyimler, spiritüel bakım davranışları, bireyi etkileyen tüm dış faktörler, iştah gibi pek çok faktörden etkilenmektedir. Yeme davranışları kişinin doğduğu toplumun özellikleriyle şekillenmeye başlayıp, zaman koşullarına veya ekonomik durumlara bağlı kalarak, bilinçsiz beslenme, hızlı yemek yeme veya yemek yemenin geçiştirilmesi gibi olumsuz beslenme alışkanlıklarına dönüşebilmektedir. Bireyleri farklı yeme davranışı örüntülerinin temeli olarak değerlendiren sebeplerden biri de kişilik özellikleridir.

Cüceloğlu'na göre kişilik, bir insanın bütün ilgilerini, tutumlarını, yeteneklerini, konuşma şeklini, dış görünüşünü ve çevresine uyum biçimini içeren bir kavramdır. Bu doğrultuda kişiliği, bireyin iç ve dış çevresiyle kurduğu ve bireyi diğer bireylerden ayırt etmeye yarayan, tutarlı bir ilişki biçimi olarak değerlendirmek mümkündür (Cüceloğlu, 2003).

Kişilik yapısının oluşumunu etkileyen durumlar arasında ise kalıtım, fiziksel yapı, sosyo-kültürel yapı, aile yapısı, coğrafi yapı gibi faktörler bulunmaktadır (Özkaya, 2003). Yapılan araştırmalarda, yeme üzerinde aşırı kontrol sağlama, dışsal yeme veya duygusal yeme gibi problemlili yeme davranışlarının bireylerin kişilik yapılarına göre şekillendiği belirlenmiştir (Altıntaş, Özgen, 2017).

Bu durumda kişinin özellikleri ile tat-doyum tercihleri arasında ilişki olduğu düşünülebilir. Bu nedenle kişiliğin araştırılmasında bireyin diğer bireylerden hangi durum ve konularda farklılık gösterdiğini ve kişilik özelliklerini belirlemek günümüzde önem kazanmaktadır (Özkaya, 2003). Bireylerin spesifik kişilik özelliklerinin yeme davranışıyla olan ilişkisini incelenmesi ve tespit edilen kişilik özelliklerinin işlevsiz yeme davranışına müdahale ve tedavilerde farkındalık için kullanılması amaçlanmıştır. Beslenme ve sağlıklı beslenme aktivitesi hakkında eğitilmiş olan hemşirelik öğrencileri bakım verdikleri bireylerin sağlıklı beslenmelerine önem verdikleri gibi kendileri içinde sağlıklı ve dengeli beslenmeye özen göstermelidirler. Topluma ve bakım verecekleri bireylere rol-model olacaklarından dolayı beslenme aktivitesine ilişkin gösterdikleri üstün çaba kişilik özelliklerinde

değişikliklere sebebiyet verebilmektedir. Çünkü kişilik, bireyin bir bütün olarak duygusal, fiziksel, zihinsel özelliklerinin bir araya gelmesi ve yaşamdaki her davranış, tutum ve eylemin dışı vurumudur. Bu bilgiler ışığında, hemşirelik öğrencilerinin kişilik özellikleri ve yeme davranışlarını belirlemek doğrultusunda bu çalışma planlanmıştır.

GEREÇ ve YÖNTEM

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Bu çalışmanın amacı, hemşirelik bölümü öğrencilerinin kişilik özelliklerinin yeme davranışları üzerine etkisini incelemektir. Tanımlayıcı tipte yapılan bu araştırma Mayıs 2018- Haziran 2018 tarihleri arasında yürütülmüştür. Araştırmanın evrenini 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü'nde öğrenim gören 270 hemşirelik öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmada evrenin tamamına ulaşılması hedeflenmiştir, örneklem seçimi yapılmamıştır. Araştırmaya katılmayı ret etme, araştırmanın yürütüldüğü dönemde devamsızlık haklarını kullanma, anket sorularını tam olarak yanıtlama gibi nedenlerle araştırma 150 öğrenci ile tamamlanmıştır.

Verilerin Toplanması

Veriler, ders saatleri dışında öğrencilerden yüz yüze yöntemi ile toplanmıştır. Araştırmaya başlamadan önce Üniversitenin Etik Kurulu'ndan onay, sonrasında verilerin toplanabilmesi için Sağlık Bilimleri Fakültesinden izin alınmıştır. Öğrencilere araştırma hakkında bilgi verildikten sonra bütün öğrencilerden çalışmaya gönüllü katılma konusunda sözlü onam alınmıştır.

Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

Veriler 05.05.2018-30.06.2018 tarihleri aralığında elde edilmiştir. Veri toplama aracı olarak 28 sorudan oluşan, öğrencilerin yaş, cinsiyet, gibi özelliklerini belirlemek amacıyla hazırlanan "Sosyodemografik form" ve öğrencilerin yeme davranışlarını belirlemek adına "Hollanda yeme ölçeği" ve "On Maddeli Kişilik Ölçeği" kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Öğrencilerin kişisel özelliklerini belirleyen cinsiyet, yaş, beslenme durumu, sigara kullanımı ve yemek yeme hızına ait bilgileri içeren 28 sorudan oluşmaktadır. Kişisel bilgi formu araştırmacılar tarafından literatür ışığında hazırlanmıştır.

On Maddeli Kişilik Ölçeği (OMKÖ)

Gosling ve ark. (Gosling, Rentfrow, Swann Jr, 2003) tarafından kişilik özelliklerini değerlendirmek amacıyla öğrenci ve öğrenci

olmayan 112 katılımcı üzerinde geliştirilmiş bir ölçektir. On Maddeli Kişilik Ölçeği Gosling ve arkadaşları tarafından geliştirilen ölçek 10 maddeden oluşmaktadır ve sorumluluk, duygusal dengeliklik, deneyime açıklık, yumuşak başlılık ve dışa dönüklük altında beş tane önemli kişilik özelliğini değerlendirmektedir. Yedi derecelikli Likert tipli bu ölçeğin her alt boyutunda iki madde yer almaktadır. Ölçeğin geçerlik güvenirlik çalışması Atak (Atak, 2013) tarafından üniversite öğrencisi olan katılımcılardan ve farklı yaşlardaki bireylerden veriler toplanarak yapılmıştır. Hasan Atak (2013) tarafından uyarlanan Türkçe ölçekte madde yük değerleri .67 ile .86 arasında değişim göstermektedir ve tersten kodlanması gereken maddeler mevcuttur. Bunlar 2,4,6,8 ve 10. maddelerdir. Ölçek puanlanırken her bir alt ölçek için toplam puan alınmaktadır. Bir bireyin temel kişilik özelliğini saptarken en yüksek puan aldığı alt ölçeğe ait kişilik özelliği kabul edilmektedir.

Hollanda Yeme Davranışı Ölçeği (Dutch Eating Behaviour Questionnaire) (DEBQ)

Hollanda Yeme Davranışı Ölçeği (DEBQ) Van Strien ve ark. tarafından geliştirilmiştir (Van Strien, Frijters, Bergers, Defares, 1986) .

Ölçek 33 soru 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Bir öz değerlendirme ölçeği olan DEBQ, 5'li likert tip ile değerlendirilir. Bunlar; (1) hiçbir zaman, (2) nadiren, (3) bazen, (4) sık, (5) çok sık'tır. 3 alt ölçek ve 33 maddeden oluşmaktadır. Bu alt ölçekler; 'duygusal yeme (13 soru)', 'kısıtlayıcı yeme (10 soru)' ve 'dışsal yeme (10 soru)'dir. 11., 12., 13., 14., 15., 16., 17., 18., 19., 20., 21., 22. ve 23. sorular duygusal yeme alt ölçeğine, 1., 2., 3., 4., 5., 6., 7., 8., 9. ve 10. sorular kısıtlayıcı yeme alt ölçeğine ve 24., 25., 26., 27., 28., 29., 30., 31., 32. ve 33. sorular dışsal yeme alt ölçeğine ait sorulardır. 31. maddenin ters kodlanması gerekmektedir. Katılımcıların testin alt ölçeğinden aldığı yüksek puan, ne tür yeme davranışına sahip oldukları hakkında bilgi verir. Türkiye'deki geçerlilik ve güvenirlik çalışması Bozan tarafından yapılmış ölçeğin Cronbach alpha katsayısı 0.94 olarak saptanmıştır (Bozan, 2009).

Verilerin Değerlendirilmesi

Toplanan veriler SPSS programında sonuçlandırılmıştır. Araştırmada verilerin homojenitesini belirlemek amacı ile verilere One Sample Kolmogorov-Smirnov Testi yapılmıştır. Elde edilen değişkenlerin tümü $p < 0.05$ olduğu için nonparametrik testler uygulanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde, Kruskal-Wallis (KW), MannWhitney (U) testleri ve yüzde, ortalama, standart sapma kullanılmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak belirlenmiştir.

Etik İlkeler

Araştırmaya başlamadan önce O.K.Ü Üniversitesi Etik Kurul Başkanlığı'ndan araştırmanın gerçekleştirilmesi için izin alınmıştır (Etik onay no: 59754796-050.99/ 2018/4-2) Araştırmaya katılan bireyler bilgilendirilerek sözlü bir biçimde onamları alınmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu çalışmanın sınırlılığı, sağlık bilimleri yüksekokulunun hemşirelik bölümü öğrencileri ile çalışmanın yapılması ve evrenin tümüne ulaşamaması ve Araştırmanın tek kurumda yapılması sınırlılığıdır. Çalışma tüm hemşirelik öğrencilerine genellenemez.

BULGULAR

Çalışma bulgularımızda genç yetişkin bireylerin sosyodemografik bilgileri yer almaktadır (Tablo 1.) Genç yetişkin bireylerin % 51'i kız, %47.5'i erkek ve yaş ortalamaları 18,47 + .756'dır. Genç yetişkin bireylerin %63'ünün BKİ normal, %89.5'inin ise kronik hastalığı olmadığı saptanmıştır. Bireylerin %56.5'i günlük ara öğün tüketmekte ve %72.5'inin düzenli olarak kahvaltı yaptıkları belirlenmiştir. Genç yetişkinlerin %75'i haftada 2-3 kez fast food tükettikleri, %57'sinin yemek yeme hızının orta hızda olduğu belirlenmiştir.

Yeme davranışlarını sosyodemografik özelliklere göre incelediğimizde, erkek öğrencilerin medyan değeri 79, çalışmaya katılan öğrencilerden kahvaltılarını düzenli yapmayanların medyan

Tablo 1: Hemşirelik Öğrencilerinin Tanıtıcı Özellikleri

	X SS
Yaş	18,47 + .756
	n (%)
Cinsiyet	
Kız	104 (51.5)
Erkek	96 (47.5)
BKİ	
Zayıf	33 (16.5)
Normal	126 (63.0)
Fazla kilolu	30 (15.0)
Obez	11 (5.5)
Kronik hastalığınız var mı?	
Evet	21 (10.5)
Hayır	179 (89.5)
Günlük ara öğün tüketir misiniz?	
Evet	113 (56.5)
Hayır	86 (43.0)
Düzenli olarak her gün kahvaltı yapar mısınız?	
Evet	145 (72.5)
Hayır	55 (27.5)
Ne sıklıkta fast food tüketirsiniz?	
Her gün	29 (14.5)
Haftada 2- 3 kez	150 (75.0)
Hiç tüketmem	21 (10.5)
Yemek yeme hızınızı nasıl değerlendirirsiniz?	
Hızlı	57 (28.5)
Orta	115 (57.5)
Yavaş	28 (14.0)

Tablo 2: Bazı Değişkenler Açısından Hollanda Yeme Ölçeği ve Kişilik Ölçeği-(OMKÖ) Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

Özellikler	Hollanda Yeme Ölçeği (Toplam)		Kişilik Ölçeği																
	Min-Max (Median)	z/χ^2 p	Z	p	Dışa dönüklük Min-Max (Median)	Z	p	Duygusal Dengelilik Min-Max (Median)	Z	p	Deneşimlere Açıklık Min-Max (Median)	Z	p	Sorumluluk Min-Max (Median)	Z	p	Yumuşak Başlılık Min-Max (Median)	Z	p
Cinsiyet																			
Kadın	39-132 (78.50)		-0.432	.666	2-14 (10.00)	-0.364	.716	2-14 (10.00)	-1.127	.260	2-75 (8.00)	-0.428	.668	3-14 (9.00)	-0.068	.946	3-14 (9.00)	-0.428	.668
Erkek	46-144 (79.00)	-0.704	.481	2-14 (9.00)			2-14 (8.00)				2-14 (8.00)			2-14 (9.00)			2-14 (9.00)		
Kahvaltınızı düzenli olarak her gün yapar mısınız?																			
Evet	45-144 (79.00)	-0.684	.494	2-14 (9.00)	-1.139	.889	2-14 (10.00)	-1.211	.226	2-14 (8.00)	-0.269	.788	2-14 (9.00)	-0.565	.788	2-14 (9.00)			
Hayır	39-139 (80.00)			2-14 (8.00)			2-14 (10.00)			2-14 (8.00)			2-13 (9.00)			2-13 (9.00)			
Günlük ara öğün tüketir misiniz?																			
Evet	46-144 (78.00)	-1.318	.188	2-14 (9.00)	-0.453	.651	2-14 (9.00)	2-14 (10.00)	-1.439	.150	2-14 (8.00)	-0.258	.796	3-14 (8.00)	-0.088	.930	2-14 (9.00)		
Hayır	39-139 (81.500)	-0.823	.411	2-14 (8.00)			2-14 (9.00)			2-14 (8.00)			2-13 (9.00)			2-13 (9.00)			
Ne sıklıkta fast food tüketirsiniz?																			
Her gün	46-119 (85.00)	-1.053	.589	3-13(10.00)	3.575	.167	2-14 (9.00)	1.663	.435	2-14 (7.00)	6.285	.043	4-14 (8.00)	0.020	.990	2-13 (9.00)	0.309	.857	
Haftada 2- 3 kez	39-144 (78.500)			2-14 (9.00)			2-14 (10.00)			2-75 (8.00)			3-14 (9.00)			2-14 (9.00)			
Hiç tüketmem	59-132 (82.00)			5-13 (9.00)			6-14 (10.00)			3-14 (8.00)			5-12 (8.00)			5-13 (9.00)			
Yemek yeme hızınızı nasıl değerlendirirsiniz?																			
Hızlı	49-128 (82.00)	8.146	.017	3-14 (9.00)	5.39	.764	2-14 (10.00)	2.907	.234	2-14 (8.00)	2.336	.311	5-14 (8.00)	3.298	.192	3-13 (9.00)	0.046	.977	
Orta	39-139 (70.50)			2-14 (9.00)			2-14 (10.00)			2-75 (8.00)			3-14 (9.00)			2-14 (9.00)			
Yavaş	45-144 (45.00)			3-13(10.00)			2-14 (9.00)			5-14 (8.50)			5-14 (8.00)			2-14 (8.50)			

değeri 80, her gün ara öğün yemeyenlerin 81.5, hergün fast food tüketenlerin 85 ve yemek yeme hızının hızlı olduğunu belirten medyan değerinin 82 olduğu belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin yeme davranışı ölçeği ile sosyodemografik özelliklerden yemek yeme hızı arasında istatistiksel olarak anlamlılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Aradaki farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan post hoc testinde aradaki farkın hızlı yemek yemeden kaynaklandığı belirlenmiştir ($p=.017$).

Kişilik ölçeğini sosyodemografik özelliklere göre incelediğimizde, alt boyutlarından biri olan dışa dönüklük alt boyutunda kadın ve erkek medyan değerinin 9 olduğu, aralarındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir. Dışa dönüklük alt boyutunda kahvaltılarını düzenli yapan bireylerin ve ara öğün tüketenlerin medyan değerinin 9 olduğu, her gün fast food tüketme ve yavaş yemek yeme davranışlarının medyan değerinin ise 10 olduğu saptanmıştır. Dışa dönüklük medyan değerleri ve sosyodemografik özellikler arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur ($p>0.05$).

Kişilik özelliğinin alt boyutlarından biri olan duygusal dengelikte, kadın ve erkek medyan değerinin, günlük ara öğün tüketenlerin ve haftada 2 ya da 3 kez fast food tüketenlerin medyan değerinin 10 olduğu belirlenmiştir. Duygusal dengelik medyan değerleri ve sosyodemografik özellikler arasında istatistiksel olarak anlamlılık bulunmamaktadır ($p>0.05$).

Deneyimlere açıklık alt boyutunda, kadın ve erkek öğrencilerin, her gün kahvaltı ve ara öğün tüketmeleri medyan değerinin 8 olduğu belirlenmiştir. Haftada 2-3 kez fast food tüketenlerin 8.10, yavaş yemek yeme hızına sahip öğrencilerin medyan değeri 8.5 olarak bulunmuştur. Deneyimlere açıklık alt boyutu ile fast food tüketme sıklığı arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardır ($p<0.05$). Farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan post hoc testi sonucuna göre; aradaki farkın her gün fast food tüketenlerden kaynaklandığı saptanmıştır.

Sorumluluk alt boyutunun kadınlarda medyan değeri 9.0, ara öğün tüketenlerde 8.5; haftada 2-3 kez fast food tüketenlerde ise medyan değeri 9.0 olarak belirlenmiştir. Sorumluluk alt boyutunda orta yemek yeme hızının medyan değerinin 9 olduğu belirlenmiştir.

Sorumluluk alt boyutunda kadın medyan değeri 9.0, ara öğün tüketmeme medyan değeri ise 8.5 olarak belirlenmiştir. Haftada 2-3 kez fast food tüketme medyan değeri ve orta derecede yemek yeme hızı medyan değeri ise 9.0 olarak belirlenmiştir. Sorumluluk alt boyutu ortanca değerleri ile sosyodemografik özellikler arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur ($p>0.05$).

Yumuşak başlılık alt boyutunda tüm sosyodemografik özelliklerin medyan değeri 9.0, yavaş yemek yemek medyan değeri 8.5'dir. Yumuşak başlılık alt boyutu ile sosyodemografik özellikler arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p>0.05$).

Hollanda yeme ölçeği ve kişilik ölçeği alt boyutlarının medyan değerleri incelendiğinde duygusal yeme 26, kısıtlayıcı yeme 23, dışsal yeme medyan değerinin 30 olduğu belirlenmiştir. Genç yetişkin bireylerin yeme davranışları incelendiğinde genç yetiş-

Tablo 3: Hollanda Yeme Ölçeği Alt Boyutlarının Toplamı ve Kişilik Ölçeği-(OMKÖ) Alt Boyutlarının Toplam Puan Ortalamaları

Hollanda Yeme Ölçeği toplam Puan ve Alt Boyutları ile kişilik ölçeği alt boyutları	Min- Max (Medyan)
Duygusal Yeme	13-65 (26.00)
Kısıtlayıcı Yeme	10-50 (23.00)
Dışsal Yeme	10-50 (30.00)
Hollanda Yeme Ölçeği Toplam Puan	33-144 (79.00)
Dışa Dönüklük	2-14 (9.00)
Duygusal Dengeliklik	2-14 (10.00)
Deneyimlere Açıklık	2-75 (8.00)
Sorumluluk	3-14 (8.00)
Yumuşak Başlılık	2-14 (9.00)

kinlerin dışsal yeme davranışına sahip oldukları saptanmıştır (Medyan=30.0; Min-Max=10-50). Kişilik ölçeği alt boyutlarının medyan değerleri incelendiğinde, dışa dönüklük, 9.0, Duygusal Dengeliklik 10.0, Deneyimlere Açıklık 8.0, Sorumluluk 8.0 ve Yumuşak Başlılık medyan değerinin 9.0 olduğu belirlenmiştir. Genç yetişkin bireylerin duygusal dengelik kişilik özelliğine sahip olduğu tespit edilmiştir (Medyan=10.0; Min-Max=2-14).

Tablo 4: Hollanda Yeme Ölçeği ve Kişilik Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

	Dışsal Yeme Davranışı		Duygusal Yeme Davranışı		Kısıtlayıcı Yeme Davranışı	
	r	p	r	p	r	p
Yumuşak Başlılık	.084	.236	.014	.840	-.053	.455
Sorumluluk	.083	.240	.157	.026	.115	.106
Deneyimler Açıklık	.079	.265	.047	.510	.097	.172
Dışa Dönüklük	.072	.312	.043	.541	.064	.366
Duygusal Dengeliklik	-.016	.817	.024	.740	.115	.104

Hollanda yeme ölçeği ve kişilik ölçeği alt boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde, sorumluluk alt boyutu ile duygusal yeme davranışı arasında pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır ($r=.157$, $p=.026$).

TARTIŞMA

Bu bölümde, hemşirelik öğrencilerinde kişilik özelliklerinin yeme davranışları üzerindeki etkisinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmadan elde edilen bulgular literatür doğrultusunda tartışılmıştır.

Çalışmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 18,47 + .756 ve % 51'i kızdır. Öğrencilerin %56.5'inin günlük ara öğün tükettiği ve %57'sinin yemek yeme hızının orta hızda olduğu belirlenmiştir. Ulaş ve ark. tarafından yapılan bir çalışmada öğrencilerin %67.2'sinin günlük ara öğün tükettiği ve %51.3'ünün yemek yeme hızının orta hızda olduğu sonuçları ile benzerlik göstermektedir (Ulaş, Uncu, Üner, 2013). Çalışmaya katılan öğrencilerin %63'ünün BKİ'sinin normal olması, Yılmaz'ın hemşirelik öğrencilerinde yaptığı çalışmada öğrencilerin %61.7'sinin BKİ'sinin 18.5-24.9 aralığında olması ile bulgularımızı desteklemektedir (Yılmaz, Aksoy, 2018). Bulgularımızda öğrencilerin %72.5'inin düzenli kahvaltı yapıyor olması Sormaz'ın öğrencilerle yaptığı bir çalışmada bu oranın %79.7 olması ile paralellik göstermektedir (Sormaz, 2006).

Çalışmaya katılan hemşirelik öğrencilerinin yemek yeme hızı ile Hollanda Yeme Davranışı Ölçeği toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlılık tespit edilmiş ve bu anlamlılığın hızlı yemek yemeden kaynaklandığı belirlenmiştir. İnalkaç ve Macht tarafından yapılan çalışmalarda bireylerin yeme davranışları ile yemek yeme hızlarının ilişkili olduğu sonucuna ulaşılması bulgularımızla paralellik göstermektedir. (İnalkaç, Arslantaş, 2018, Macht, 2008), On Maddeli Kişilik Özelliği Ölçeğinin "Deneyimlere Açıklık" alt boyutu ile öğrencilerin fast food tüketimi arasında istatistiksel olarak anlamlılık saptanmış ve bu anlamlılığın her gün fast food tüketme ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Deneyime açık kişilik yapısı, genç bireylerde yaygın olarak görülmektedir ve bu bireyler geleneksel olmayan, hayal gücü yüksek, açık fikirli, bağımsız, ilgileri geniş, meraklı, yaratıcı gibi özellikler taşımaktadır (Yıldız, Bulut, 2017). Bu özelliklere sahip olmanın fast food tüketimini arttırabileceği ayrıca aileden uzak olma, fast food yiyeceklerin kolay elde edilmesi, kitle iletişim araçları, reklamlar gibi etkenlerin de öğrencilerin fast food tüketimine yol açtığı düşünülmektedir (Sormaz, 2006, Ashokumar, Sankaranarayanan, 2014).

Çalışmamızda, öğrencilerin kişilik özellikleri değerlendirildiğinde en yüksek puan ortalamasına sahip alt boyutun "Duygusal Dengelilik" ($x=10.00$), en düşük ortalamaya sahip alt boyutun ise "Deneyime Açıklık" ($x=8.00$) olduğu tespit edilmiştir. Akduran ve Çınar tarafından hemşirelik öğrencilerinin kişilik özelliklerinin OMKÖ ile değerlendirildiği bir çalışmada, öğrencilerin en yüksek "Duygusal Dengelilik" ($x= 9.17 \pm 2.60$) en düşük "Deneyime Açıklık" ($x= 7.87 \pm 2.15$) kişilik özelliklerine sahip oldukları sonucuna ulaşılması bulgularımızı desteklemektedir (Akduran, Çınar, 2017). En yüksek puana sahip alt boyutun "Duygusal Dengelilik" olması; örneklemimizi oluşturan öğrencilerin sakin, kendisiyle gurur duyan ve duygusallıktan ziyade davranışlarını ön planda tutan özelliklere sahip olduklarını, en düşük puana sahip alt boyutun ise "Deneyimlere Açıklık" olması örneklemimizi oluşturan öğrencilerin karmaşıklaktan kaçınma, değişimlere kapalı ve ahlaki değerleri ön planda tutma gibi özelliklere sahip olduklarını göstermektedir (Wortman, Lucas, Donnellan, 2012, Choi, Shin, 2017).

Çalışmamızda, öğrencilerin yeme tutumları değerlendirildiğinde en yüksek puan ortalamasına sahip alt boyutun "Dışsal Yeme Davranışı" ($x=30$), en düşük ortalamaya sahip alt boyutun ise "Kısıtlayıcı Yeme Davranışı" ($x=23$) olduğu saptanmıştır.

Yılmaz'ın depresyon ve yeme davranışlarını incelediği bir çalışmada öğrencilerin "Dışsal Yeme Davranışı" puanının ($x=30.59$), "Kısıtlayıcı Yeme Davranışı" puanının ise ($x=22.79$) sonucuna ulaşılması bulgularımızla paralellik göstermektedir (Yılmaz, Aksoy, 2018). En yüksek puana sahip alt boyutun "Dışsal Yeme Davranışı" olması; örneklemimizi oluşturan öğrencilerin, yiyeceklerin kokusu, görünümü, lezzeti gibi dışsal uyaranlara karşı koyamaması ve sonuç olarak aç olmadıkları halde o yiyecekleri tükettiklerini (Sevinçer, Konuk, 2013) en düşük puana sahip alt boyutun "Kısıtlayıcı Yeme Davranışı" olması ise öğrencilerimizin, ağırlığı korumak veya kilo kaybetmek amacıyla sürekli diyet yapma hâlinde olduklarını göstermektedir (Braet, Claus, Goossens, 2013).

Hollanda Yeme Davranışı Ölçeği ve On Maddeli Kişilik Özelliği Ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla yapılan analizlerin sonucunda, öğrencilerin sorumluluk alt boyutu ile duygusal yeme davranışı arasında pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Altıntaş tarafından üniversite öğrencilerinde yapılan bir çalışmada sorumluluk ile duygusal yeme davranışının ilişkili olarak bulunması bulgularımızı destekler niteliktedir (Altıntaş, Özgen, 2017). Sorumluluk öğrencilerin konvansiyonel kurallara, normlara ve standartlara uymayı ne derece tercih ettikleri şeklinde tanımlanmaktadır. Sorumluluk düzeyinin artması ile öğrencilerde stres düzeyinde artış olması ve bu durumun ise duygusal yeme davranışını tetiklediği düşünülmektedir (İnalkaç, Arslantaş, 2018, Serin, Şanlıer, 2018).

SONUÇ ve ÖNERİLER

Hemşirelik öğrencileri ile yaptığımız çalışma sonucunda hemşirelik öğrencilerinin kişilik özelliklerinin OMKÖ ile değerlendirildiği bu çalışmada, öğrencilerin en yüksek "Duygusal Dengelilik" alt boyutundan puan aldıkları, ve dolayısıyla hemşirelik öğrencilerinin "duygusal dengelilik" kişilik özelliklerine sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. En yüksek puana sahip alt boyutun "Duygusal Dengelilik" olması; hemşirelik öğrencilerin sakin, kendisiyle gurur duyan ve duygusallıktan ziyade davranışlarını ön planda tutan özelliklere sahip olduklarını belirtmiştir.

Çalışmamızda; Hollanda Yeme Davranışı Ölçeğine göre öğrencilerin yeme tutumları değerlendirildiğinde en yüksek puan ortalamasına sahip alt boyutun "Dışsal Yeme Davranışı" olduğu saptanmıştır. En yüksek puana sahip alt boyutun "Dışsal Yeme Davranışı" olması; hemşirelik öğrencilerinin, yiyeceklerin kokusu, görünümü, lezzeti gibi dışsal uyaranlara karşı koyamaması ve sonuç olarak aç olmadıkları halde o yiyecekleri tükettiklerini belirtmiştir. Üniversite öğrencileri kendi sağlıklarını koruma bilincine erişmeli ve kişilik özelliklerine uygun sağlıklı yeme davranışı oluşturmaları gerekmektedir. Üniversite öğrenimi gençleri erişkin hayata hazırlayan önemli bir dönemdir. Sağlık düzeyini iyileştirmeye yönelik yaşam becerileri ve pozitif yaşam tarzı arasında yeme davranışları önemli bir yer tutmaktadır. Üniversite öğrencilerinde bu alanda mevcut durumu göstermeye yönelik benzer çalışmalar yapılmalıdır. Yeme tutumlarını etkileyen etmenler koruyucu hizmetlerinin sunumunda ve sağlık merkezlerinde erken tanı kullanılabilir.

Yeme tutum ve davranışları üzerinde etkili olan kişilik özelliklerinin anlaşılması tutum ve davranışlarda yapılacak öz düzen-

lemelere, klinik müdahalelere, bir patolojiye dönüşmesinin engellenmesine, tanının kolaylaştırılmasına, bireysel tedavi planının ve tekniklerinin oluşturularak daha başarılı bir şekilde uygulanmasına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Akduran, F., & Çınar, N. (2017). Hemşirelik Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri İle Kendini Ayarlama Becerisi Arasındaki İlişki. Adnan Menderes Üniversitesi 1. Uluslararası Sağlık Bilimleri Kongresi Sayfa, 24 Haziran- 1 Temmuz, Aydın. (Sözel Sunum S-0116)
- Altıntaş, M., & Özgen, U. (2017). Kişilik yapısının yeme biçimleri üzerindeki etkisi. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(5).
- Altıntaş, M., & Özgen, U. (2017). Personality trait's effects on eating behaviors. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(5),1797-1810.
- Ashokkumar, D., & Sankaranarayanan, S. (2014). Fast food consumption behaviour and perceptions of young Indian consumers towards organised fast food outlets. *Research Journal of Social Science & Management*, 3(11),256-264.
- Atak, H. (2013). On maddeli kişilik ölçeği'nin Türk kültürü'ne uyarlanması. *Nöropsikiyatri Arşivi Dergisi*, 50,312-319.
- Bozan, N. (2009). *Hollanda Yeme Davranışı (Depq) Anketinin Türk Üniversite Öğrencilerinde Geçerlilik ve Güvenirliğinin Sınanması*. Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetetik Bölümü Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Braet, C., Claus, L., & Goossens, L. (2013). Differences in eating style between overweight and normal-weight youngsters. *Journal of Health Psychology*, 13(6),733-743.
- Choi, D., & Shin, D. (2017). Exploring political compromise in the new media environment: The interaction effects of social media use and the big five personality traits. *Personality and Individual Differences*, 106,163-171.
- Cüceloğlu, D. (2003). İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Gosling, SD., Rentfrow, PJ., & Swann, Jr. W. B. (2003). A very brief measure of the big-five personality domains. *Journal of Research in Personality*, 37(6),504-528.
- İnalcaç, S., & Arslantaş, H. (2018). Duygusal yeme. *Archives Medical Review Journal*, 27(1),70-82.
- Macht, M. (2008). How emotions affect eating: A five-way model. *Appetite*, 50,1-11.
- Özkaya, M. (2003). Mesleklerinde tanınmış yüz türk kadınının kişilik ve liderlik özellikleri. *Sosyoloji Araştırmaları Dergisi*, 6(1),86-138.
- Serin, Y., & Şanlıer, N. (2018). Duygusal yeme, besin alımını etkileyen faktörler ve temel hemşirelik yaklaşımları. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 9(2),135-146.
- Sevinçer, G. M., & Konuk, N. (2013). Emosyonel yeme. *Journal of Mood Disorders*, 3(4),171-178.
- Sormaz, Ü. (2006). İzmit'te lise öğrencilerinin besin tercihleri ve besleme bilgi düzeyleri üzerinde bir araştırma. Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Ulaş, B., Uncu, F., & Üner, S. (2013). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinde olası yeme bozukluğu sıklığı ve etkileyen faktörler. *İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(2),15-22.
- Van Strein, T., Frijters, J., Bergers, G., & Defares, P. (1986). The dutch eating behaviour questionnaire (Debq) for assesment of restrained, emotional and external eating behaviour. *International Journal of Eating Disorder*, 5,295-315.
- Wortman, J., Lucas, RE., & Donnellan, MB. (2012). Stability and change in the big five personality domains: Evidence from a longitudinal study of australians. *Psychology and Aging*, 27(4),867-874.
- Yalnızoğlu, Ç. S., Çınar, N., & Altınkaynak, S. (2017). Adolesanda yeme bozuklukları. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(1),1-10.
- Yıldız, M., & Bulut, MB. (2017). Ölüm Kaygısı ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiler. *Electronic Turkish Studies*, 12(13),659-676.
- Yılmaz, E., & Aksoy, M. (2018). Hemşirelik öğrencilerinin içselleştirilmiş kilo önyargılarının depresyon ve yeme davranışlarıyla ilişkisinin belirlenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 5(3),220-229.