



# Üniversite Öğrencilerinin Duygusal ve Sosyal Yalnızlık Düzeylerinin, Yeme Tutumlarına Etkisi

The Effect of University Students' Emotional and Social Loneliness Degree on Their Eating Attitudes

Merve BAT TONKUŞ<sup>1</sup>, Rukiye SEVİNDİK<sup>2</sup>, Fatma ÖĞER<sup>3</sup>, Onur YILMAZEL<sup>4</sup>,  
Umut Kadir TEMEL<sup>5</sup>, Elif KORKMAZ<sup>6</sup>, Erva Merve DİLMAÇ<sup>7</sup>

MBT: [0000-0002-1046-6862](tel:0000-0002-1046-6862) RS: [0009-0004-0101-5412](tel:0009-0004-0101-5412) FÖ: [0009-0007-8925-3539](tel:0009-0007-8925-3539) OY: [0009-0005-3677-4758](tel:0009-0005-3677-4758)  
UKT: [0009-0000-6875-0033](tel:0009-0000-6875-0033) EK: [0009-0008-0069-6956](tel:0009-0008-0069-6956) EMD: [0009-0000-4150-1483](tel:0009-0000-4150-1483)

<sup>1</sup> İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, İstanbul-Türkiye

<sup>2</sup> Ümraniye Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul-Türkiye

<sup>3</sup> Prof. Dr. Cemil Taşçıoğlu Şehir Hastanesi, İstanbul-Türkiye

<sup>4</sup> İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, İstanbul-Türkiye

<sup>5</sup> Özel Kdz. Ereğli Echomar Hastanesi, İstanbul-Türkiye

<sup>6</sup> Psikoloji 4. Sınıf öğrencisi, İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul-Türkiye

<sup>7</sup> Hemşire, Göztepe Prof. Dr. Süleyman Yalçın Şehir Hastanesi, İstanbul-Türkiye

## Öz

Bireylerin yeme davranışları duygusal ve sosyal birçok uyarandan etkilenmektedir. Yeme tutumu sadece fizyolojik bir gereksinim olmayıp yaşam boyu kurulan tüm sosyal ilişkiler ile ilgilidir. Üniversite öğrencileri alışageldikleri durumdan farklı bir hayata geçtiklerinde, kendilerini yalnız hissetme durumları yaşayabilir ve beraberinde yeme tutumları bu yalnızlıktan etkilenir. Bir vakıf üniversitesinde öğrenim gören 557 öğrenci çalışmaya katılmıştır. Veriler, Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ve Yeme Tutum Testi kullanılarak, çevrimiçi toplanmıştır. Öğrencilerin sosyal ve duygusal yalnızlıkları ile yeme tutumları arasında pozitif yönde zayıf derecede anlamlı bir ilişkinin olduğu belirlendi. Bu durum öğrencilerin yalnız hissettiklerinde yeme tutumlarının etkilendiği göstermektedir. Üniversite öğrencilerinin kendilerini duygusal ve sosyal yönden yalnız hissetmelerine neden olan faktörlerin araştırılması ve yeme tutumlarının sağlıklı sürdürülmesi için gerekli faaliyetlerin planlanması önerilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** üniversite, öğrenci, sosyal, duygusal, yalnızlık, yeme, tutum

## Abstract

Various emotional and social stimuli influence individuals' eating behaviors. Eating attitudes, beyond being merely physiological needs, are intertwined with the social relationships formed throughout one's life. When university students transition to a new lifestyle, they may encounter feelings of loneliness impacting their eating attitudes. In this study, 557 students enrolled in a foundation university participated. Data were collected online using the Social and Emotional Loneliness Scale and the Eating Attitudes Test. The findings revealed a weakly positive and significant correlation between students' social and emotional loneliness and their eating attitudes, indicating that feelings of loneliness can indeed influence eating behaviors. It is recommended that further exploration of the factors contributing to emotional and social loneliness among university students is conducted and appropriate interventions to promote healthy eating attitudes are devised.

**Keywords:** University, Student, Social, Emotional, Loneliness, Eating, Attitude

## GİRİŞ

Bireylerin sosyal yaşantılarındaki yetersizlik ve tatminsizlik, yaşamlarını çeşitli biçimlerde etkileyebilir. Bu durum, bireylerin yalnızlık duygusu yaşamasına ve toplumdaki izole olmalarına yol açabilir (1). Yalnızlık, nitelik veya nicelik olarak bireyin sosyal ilişkileri ağlarının

önemli ölçüde yetersiz veya eksik olması durumu olarak tanımlanabilir (2). Sosyal yalnızlık kavramı bireyin kaç kişi ile birlikte olduğuna değil, çevresindeki bu kişilerle sahip olduğu ilişkilerini nasıl yorumladığına odaklanmaktadır. Duygusal yalnızlık ise, başka insanlarla yakın ve içten ilişkiler kurulamaması sonucunda



bireyin kaygı ve üzüntü yaşaması olarak ifade edilmektedir (3).

Yalnızlık, bireylerin sahip olduğu sosyal ilişkiler ile gereksinim duyduğu, beklentilerinin farklı olduğu sosyal ilişkiler arasındaki uyumsuzluk olduğunda ortaya çıkabilmektedir. Literatürde yalnızlığın kaynağı olarak düşük sosyoekonomik özelliklere sahip olma, kayıp ve yas durumlarının sağlıklı bir şekilde atlatılmamış olması, işsizlik, bekar olma, göç, azınlık ve dezavantajlı gruba mahsus olma, üniversitenin kazanılması ile yaşadığı şehirden ayrılma, aileye duyulan özlem vb. durumlar düşünülmektedir (2,4,5). Bununla birlikte içe dönüklük, kronik bir hastalığa sahip olma ve depresyon gibi değişkenler de yalnızlıkla ilişkilendirilmektedir (6,7,8). Weiss (9) duygusal ve sosyal soyutlanma adlı teorisinde yalnızlığın ortaya çıkmasında, altı tip ilişkiden bir veya birkaçının eksikliğinin sonucu ortaya çıktığını ileri sürmüştür. Bu teoriye göre; bireyin kendini yalnız hissetmemesi için sahip olması gereken durumlar kişinin kendini güven içinde hissedebileceği, yol gösterici ve sosyal ilişkiler kurabilmesi, kişinin çevresindekilerin iyiliği ve sağlığı için sorumlu hissetmesi, yeteneklerinin fark edilmesi olarak açıklanabilmektedir (9).

Beslenme, sağlıklı ve kaliteli bir yaşama sahip olmak için vücudun ihtiyaç duyduğu besin ve enerji öğelerini uygun zaman ve yeterli miktarda almak için yapılması gereken bilinçli bir eylemi ifade etmektedir (10). Bireylerin yeme davranışları sosyal, bilişsel, duygusal ve çevresel birçok uyaran etrafında şekillenmektedir (11). Yeme ihtiyacı sadece bireylere hayata tutabilmek için gerçekleştirilen fizyolojik bir gereksinim olmayıp buna paralel olarak yaşamın başlangıcından itibaren kurduğumuz bütün sosyal ilişkiler ile ilgilidir. Toplumda yer edinme çabaları içerisinde olan genç yetişkinler grubunda yer olan üniversite öğrencileri için yaşamını sürdürebileceği ilişkiler kurmak büyük önem taşımaktadır. Üniversiteyi kazanan öğrencilerinin büyük bir kısmı ilk defa ailelerinden, alıştıkları ortamdaki farklı bir yerde yalnız yaşamak, geldikleri şehre, şehrin ulaşımına, yaşam alanlarına, kazandıkları bölüme uyum sağlamak gibi birçok faktörle karşı karşıya kalmaktadırlar (12). Karşılaşılan bu durumlar üniversite öğrencilerinde, yeni yaşam tarzına uyum sürecinde anksiyete, sosyal ve duygusal yalnızlık, sigara kullanımı, içe atım, depresyon, bağımlılık ve yeme bozukluğu gibi birçok ruhsal sorunlara neden olabilmektedir. İçlerinden en önemli sorunlardan biri olan yalnızlık; bireye acı veren ve onu aynı zamanda ürküten de bir duygudur (13).

Birey içine düştüğü bu duygu ile yüzleşmemek için farklı yollar deneyimlemektedir ve bu yollardan biri de yeme tutumudur. Bazen farkına varmadan aşırı yemek yeme veya ihtiyacı olandan daha da az yeme tutumu göstererek kendine özgü savunma mekanizması geliştirebilmektedir. Bu durum duygusal yeme tutumu ile bağdaştırılabilir (14). Duygusal yeme davranışında olumlu veya olumsuz duygusal durumlara eğilme görülmekle beraber Macht (15), duygusal uyarıcıların iştah üzerinde %30 kadar etkisi olduğunu ve azalma yönünde ise etkisinin %48'lere varabildiğini belirlemiştir.

Bödicker ve ark. (16) yeme bozukluklarını etkileyen birçok bireysel faktör olduğunu belirtmiş ve bunların; cinsiyet, mükemmeliyetçilik, olumsuz beden algısı, çocukluk döneminde cinsel taciz öyküsü ve olumsuz duygulanım başlıkları altında toplamıştır. Üniversite öğrencilerinin yeme tutumu yalnızca öğrencilerin bu süreçte sahip olduğu yaşam koşulları değerlendirerek değil, cinsiyetinden, kendi bedeni hakkındaki görüşlerinden, çocukluk çağındaki olumsuz yaşam deneyimlerinden ve çevresi (aile ortamı, akranlar, arkadaşlar vs.) gibi etmenler ile ele alınmalıdır (11). Üniversite öğrencilerinin kendi içselliklerinde karşılaşılabilecekleri sosyal ve duygusal yalnızlık durumlarında etkilenmesi beklenen yeme tutumlarını anlamlandırabilmek için bu araştırma ayrı bir önem kazandırmaktadır. **Özellikle üniversite döneminde öğrencilerin kendilerini yalnız hissetmeleri ile duygusal ve sosyal iyilik hallerinde azalma olabilir ve bu durum yeme tutumlarını olumsuz etkileyebilir (17).** Yeme tutumu ve yalnızlık arasındaki ilişkiyi anlamak öğrencilere yönelik psikolojik destek hizmetlerinin geliştirilmesi ve onlara sağlıklı beslenme davranışının kazandırılmasında yol gösterici nitelik taşıyabilir.

## GEREÇ ve YÖNTEM

### Amaç

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin duygusal ve sosyal yalnızlık düzeylerinin, yeme tutumlarına etkisi belirlemek amacıyla yapılan tanımlayıcı, ilişki arayıcı tipte bir çalışmadır.

### Araştırma Soruları

Çalışmada, çalışmanın amacı doğrultusunda aşağıdaki araştırma soruları oluşturulmuştur.

1. Üniversite öğrencilerinde duygusal ve sosyal yalnızlık düzeyleri nasıldır?

2. Üniversite öğrencilerinde yeme tutum testi puan ortalamaları nasıldır?
3. Üniversite öğrencilerinin tanımlayıcı özellikleri ile yeme tutum puan ortalamaları arasında ilişki var mıdır?
4. Üniversite öğrencilerinin tanımlayıcı özellikleri ile duygusal ve sosyal yalnızlık düzeyleri arasında ilişki var mıdır?
5. Üniversite öğrencilerinin duygusal ve sosyal yalnızlık düzeyleri ile yeme tutum puan ortalamaları arasında ilişki var mıdır?

### Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evreni, İstanbul'daki bir vakıf üniversitesinde 2023-2024 eğitim yılında öğrenim göre 20 bin öğrencidir. Örneklem ise, evrenin özelliklerini yansıtan ve çevrimiçi olarak ulaşılabilen 557 gönüllü öğrenciden oluşmaktadır. Yapılan hesaplamalar sonucunda, %90 güven aralığında örneklem büyüklüğünün minimum 417 olması gerektiği bulunmuştur.

### Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanmasında Kişisel Bilgi Formu, Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ve Yeme Tutum Testi kullanılmıştır.

#### Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından katılımcıların sosyodemografik özelliklerini tespit etmeye yönelik oluşturulan formda yaş, gelir düzeyi ve herhangi bir psikiyatrik tanı alıp almadığı ve beden kitle indeksinin hesaplanması için kişilerin boy ve kilosunun belirtilmesi istenmiştir. Toplam 17 maddeden oluşmaktadır.

#### Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA)

SELSA, yalnızlık hissini değerlendirmek amacıyla DiTommaso ve Spinner (1993, 1997) tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçek, Weiss'in (9) duygusal izolasyon (duygusal yalnızlık) ve sosyal izolasyon (sosyal yalnızlık) arasındaki farkı temel alarak çok boyutlu bir yapıya sahiptir. SELSA-S, orijinal SELSA'nın alt ölçeklerinden seçilen toplam 15 maddeyi içerir ve sosyal yalnızlık ile duygusal yalnızlık (romantik duygusal yalnızlık ve ailesel duygusal yalnızlık) boyutlarını ölçer (18). SELSA-S'in yetişkinler için geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları ise 2004 yılında DiTommaso, Brannen ve Best tarafından yapılmıştır. Akgül (19) tarafından Türkçeye

uyarlanan ölçek, toplamda 15 maddeden oluşur ve üç alt boyuttan meydana gelir. Sosyal Yalnızlık Alt Ölçek maddeleri; 2, 5, 7, 9, 13 iken, Duygusal Yalnızlık Alt Ölçekleri ise Aile Alt Ölçeği; 1, 4, 8, 11, 12 ve Romantik Alt Ölçeği; 3, 6, 10, 14, 15. Duygusal yalnızlık puanı, Aile ve Romantik alt ölçeklerinin toplamından oluşur. Toplam yalnızlık puanını hesaplamak için duygusal yalnızlık ve sosyal yalnızlık puanları toplanır. Ölçekteki her ifade, bireyin yaşadığı durumu 1 (şiddetle katılmıyorum) ile 7 (şiddetle katılıyorum) arasında derecelendirilir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 15, en yüksek puan 105'tir. Ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlılık katsayıları; Romantik Yalnızlık için .87, Ailesel Yalnızlık için .89 ve Sosyal Yalnızlık için .90 olarak bulunmuştur.

#### Yeme Tutum Testi (YTT)

Yeme Tutum Testi (YTT), Garner ve Garfinkel (20) tarafından geliştirilen ve kısaltılarak 26 maddelik bir forma dönüştürülen bir testtir. Ergüney-Okumuş ve Sertel-Berk (21) tarafından 2020'de Türkçeye uyarlanan YTT-26, katılımcılara üç bölümde (A-B-C) demografik bilgilerle ilgili yedi soru, yeme alışkanlıklarıyla ilgili 26 ve yeme davranışlarıyla ilgili beş ifade içerir. Ölçekten alınan 20 ve üzeri puanlar yeme tutumlarında bozulmaya işaret eder. A bölümünde kişinin demografik bilgilerine ek olarak kilo, boy, en düşük ve en yüksek kilo gibi bilgiler de sorulur, bu da Yeme Bozukluğu (YB) tanısı açısından gerekli bilgileri sağlar. B bölümünü oluşturan YTT-26'da cevaplar "3 = Daima, 2 = Çok sık, 1 = Sık sık, 0 = Diğer (Bazen, Nadiren, Hiçbir zaman)" şeklinde derecelendirilir. 26. soruda ise tersine puanlama yapılır, yani "1 = Bazen, 2 = Nadiren, 3 = Hiçbir zaman" olarak değerlendirilirken diğer seçenekler 0 puan alır. C bölümünde yer alan beş madde ile son altı aylık dönemdeki yeme davranışlarındaki bozulmalar kontrol edilir. Veri Toplama Aşamaları

Veri toplama süreci çevrimiçi Google Forms aracılığıyla kartopu yöntemi ile öğrencilere ulaşılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırma verileri Mayıs 2023- Ocak 2024 tarihleri arasında toplanmıştır.

#### Etik Yönü

Araştırmanın yapılabilmesi için İstanbul'da bir vakıf üniversitesinden etik kurul onayı (tarih: 04.04.2022, sayı: 851) ve gönüllülük ilkesine uyularak, araştırmaya

gönüllü katılmayı kabul eden üniversite öğrencilerinden gerekli izinler yazılı olarak alınmıştır.

### Sınırlılıklar

Araştırmada elde edilen bulgular yalnızca araştırmanın gerçekleştirildiği vakıf üniversitesindeki öğrenciler ile sınırlıdır.

### Veri Analizi

Araştırma verilerinin analizi sırasında, tanımlayıcı istatistikler için standart sapma, oran, yüzde gibi betimsel istatistiksel yöntemler kullanılmıştır. Bağımlı iki grubun karşılaştırılması için Mann-Whitney U testi, bağımsız iki grubun karşılaştırılması için Spearman Korelasyon Analizi uygulanmıştır. İki gruba fazla grubun karşılaştırılmasında ise Kruskal-Wallis Testi kullanılmıştır. İstatistiksel analizlerde anlamlılık düzeyi olarak  $p < 0.05$  kabul edilmiştir. Verilerin analizi SPSS paket programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

### BULGULAR

Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin %72,7'si kadın, %78,6'sı lisans öğrencisi, %49,2'si Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencisi, %40,9'u 1. sınıf öğrencisi olduğu görüldü. Öğrencilerin %89,9'u bölümü isteyerek tercih ettiği, %23,5'i bir işte çalıştığı, %72'si en uzun süre şehirde (il) yaşadığı, %77,7'si çekirdek aile yapısına sahip

olduğu, %68,8'i şu anda ailesi ile birlikte yaşadığı, %59,8'i gelirinin giderine eşit olduğu tespit edildi. Katılımcıların %60'ı genel sağlık durumunu iyi olarak tanımladığı, %44,9'u genel ruhsal sağlık durumu iyi olarak tanımladığı, %69,3'ü normal beden kitle indeksi değerine sahip olduğu belirlenmiştir.

Öğrencilerin Yeme Tutum Testi Kısa Formunun (YTT-26) puan ortalaması  $12,54 \pm 13,96$ , Yeme Meşguliyeti alt boyut puan ortalaması  $5,5 \pm 7,32$ , Kısıtlama alt boyut puan ortalaması  $3,14 \pm 3,87$ , Sosyal Baskı alt boyut puan ortalaması  $2,26 \pm 2,88$  olarak belirlendi. Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S) puan ortalaması  $31,48 \pm 15,13$ , Sosyal Yalnızlık alt boyut puan ortalaması  $14,5 \pm 7,08$ , Duygusal Yalnızlık- Aile alt boyut puan ortalaması  $14,5 \pm 7,08$ , Duygusal Yalnızlık- Romantik alt boyut puan ortalaması  $2,48 \pm 3,19$  olarak saptanmıştır (Tablo 1).

Öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine göre Yeme Tutum Testi Kısa Formunun (YTT-26) puan ortalamasının karşılaştırılması Tablo 2'de sunulmuştur. Buna göre erkeklerin Kısıtlama alt boyut puan ortalaması anlamlı derecede yüksek bulundu ( $p=0,021$ ). Mimarlık ve Mühendislik Fakültesi, Fen Edebiyat Fakültesi öğrencilerinin Yeme Tutum Testi puan ortalaması ve Yeme Meşguliyeti alt boyut puan ortalaması Sağlık Bilimleri Fakültesi (SBF) öğrencilerine göre anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edildi ( $p < 0,05$ ). Sınıf düzeyine göre incelendiğinde 1. sınıf öğrencilerinin Yeme Meşguliyeti alt boyut puan

**Tablo 5** Öğrencilerin Yeme Tutum Testi Kısa Formunun (YTT-26) Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S) puan ortalamaları

	Madde Sayısı	Ort.	SS	Min	Max	Cronbach's Alpha
Yeme Meşguliyeti	11	5,5	7,32	0	33	0,869
Kısıtlama	7	3,14	3,87	0	21	0,765
Sosyal Baskı	4	2,26	2,88	0	12	0,698
<b>YTT-26</b>	26	12,54	13,96	0	78	0,923
Sosyal Yalnızlık	5	14,5	7,08	5	35	0,782
Duygusal Yalnızlık- Aile	5	14,5	7,08	5	35	0,784
Duygusal Yalnızlık- Romantik	5	2,48	3,19	0	15	0,743
<b>SELSA-S</b>	15	31,48	15,13	10	77	0,767

**Tablo 2** Öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine göre Yeme Tutum Testi Kısa Formunun (YTT-26) puan ortalamasının karşılaştırılması (N=557)

Tanımlayıcı Özellikler		Yeme Meşguliyeti	Kısıtlama	Sosyal Baskı	YTT-26
		Ort.±SS	Ort.±SS	Ort.±SS	Ort.±SS
Cinsiyet	Kadın	5,44±7,04	2,84±3,48	2,21±2,79	11,94±12,37
	Erkek	5,68±8,04	3,94±4,69	2,39±3,12	14,16±17,46
	Z	-0,522	-2,312	-0,112	-0,019
	p	0,602	<b>0,021</b>	0,911	0,985
Yaş	18-21	5,92±7,58	3,11±3,98	2,36±2,98	13,09±14,39
	22-25	5,14±7,19	3,22±3,86	2,1±2,69	11,99±13,83
	26 ve üzeri	3,11±3,67	2,89±2,55	2,3±2,97	9,85±8,34
	$\chi^2$	2,157	0,689	0,232	0,828
	p	0,340	0,708	0,890	0,661
Eğitim aldığınız program	Lisans	5,35±7,09	3,13±3,69	2,15±2,78	12,18±13,38
	Ön lisans	6,08±8,12	3,18±4,5	2,7±3,19	13,87±15,91
	Z	-0,679	-1,121	-1,800	-0,852
	p	0,497	0,262	0,072	0,394
Fakülte	SBF <sup>a</sup>	4,61±6,62	2,74±3,26	1,97±2,6	10,66±12,3
	Mimarlık ve Mühendislik Fakültesi <sup>b</sup>	6,78±8,01	4,51±4,83	2,9±3,14	16,37±16,86
	Fen Edebiyat Fakültesi <sup>c</sup>	7,49±7,58	3,2±3,11	2,15±2,82	14,66±12,58
	SHMYO <sup>d</sup>	5,62±7,38	2,99±4,24	2,6±3,07	12,88±14,54
	Diğer <sup>e</sup>	6,29±8,59	4±4,99	2,62±3,35	15,12±17,08
	$\chi^2$	11,899	7,862	6,573	12,392
	p	<b>0,018</b> a<b,c	0,097	0,160	<b>0,015</b> a<b,c
	Sınıf	Hazırlık <sup>a</sup>	7,13±8,94	4,25±5,87	4±4,35
1. sınıf <sup>b</sup>		6,55±7,86	3,39±4,23	2,49±2,95	14,24±15,11
2. sınıf <sup>c</sup>		5,1±6,61	2,78±3,24	2,09±2,56	11,46±11,63
3. sınıf <sup>d</sup>		4,35±6,54	3,15±3,61	1,95±2,7	10,83±12,45
4. sınıf <sup>e</sup>		4,54±7,11	2,69±3,51	2±2,89	10,71±13,48

ortalaması 3. sınıf öğrencilerine göre anlamlı derecede yüksek olduğu saptandı ( $p=0,016$ ). Bölümü isteyerek seçenlerin Sosyal Baskı alt boyut puan ortalaması anlamlı derecede düşük olduğu görüldü ( $p=0,049$ ). Tek ebeveynli ailede yaşayanların Yeme Tutum Testi puan ortalaması ile Yeme Meşguliyeti ve Kısıtlama alt boyut puan ortalamaları çekirdek aile ve geniş ailede yaşayanlara göre anlamlı derecede yüksek bulundu ( $p<0,01$ ).

Evde yalnız yaşayanların ve arkadaşı ile yaşayanların Kısıtlama alt boyut puan ortalaması yurtdışında kalanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu görüldü ( $p=0,033$ ). Geliri giderine eşit olanların Yeme Tutum Testi puan ortalaması ile Yeme Meşguliyeti ve Sosyal Baskı alt boyut puan ortalamaları geliri giderinden az olanlara göre anlamlı derecede düşük olduğu saptandı ( $p<0,05$ ). Genel sağlık durumu iyi olarak tanımlayan-

**Tablo 2** Öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine göre Yeme Tutum Testi Kısa Formunun (YTT-26) puan ortalamasının karşılaştırılması (N=557)

	$\chi^2$	12,193	2,063	7,139	7,869
	p	<b>0,016</b> d<b	0,724	0,129	0,097
Bölümü isteyerek seçme durumu	Evet	5,35±7,25	3,08±3,85	2,19±2,86	12,23±13,94
	Hayır	6,88±7,83	3,7±4,04	2,89±2,99	15,3±14,01
	Z	-1,229	-1,123	-1,969	-1,542
	p	0,219	0,262	<b>0,049</b>	0,123
Çalışma durumu	Evet	6,47±8,4	3,64±4,25	2,56±3,01	14,71±16,33
	Hayır	5,21±6,94	2,98±3,74	2,17±2,84	11,88±13,1
	Z	-1,024	-1,279	-1,462	-1,017
	p	0,306	0,201	0,144	0,309
En uzun süreli yaşadığı yer	İl	5,41±7,36	3,13±3,9	2,18±2,91	12,33±14,04
	İlçe	5,98±7,52	3,17±3,98	2,31±2,59	13,27±14,3
	Kasaba/ köy	4,69±5,68	3,14±3,13	3,17±3,6	12,31±11,55
	$\chi^2$	0,535	0,513	3,294	0,281
	p	0,765	0,774	0,193	0,869
Aile tipi	Tek ebeveynli aile <sup>a</sup>	10,03±8,47	6,05±4,83	3,15±2,99	22±17,14
	Çekirdek aile <sup>b</sup>	5,15±7,15	2,94±3,76	2,19±2,83	11,82±13,48
	Geniş aile <sup>c</sup>	5,22±6,99	2,82±3,46	2,24±3,03	11,89±13,37
	$\chi^2$	9,686	19,025	4,390	12,700
	p	<b>0,008</b> b,c<a	<b>0,000</b> b,c<a	0,111	<b>0,002</b> b,c<a
Kimle birlikte yaşadığı	Evde yalnız <sup>a</sup>	8,09±10,19	4,78±5,59	2,72±3,6	18,13±21,92
	Ailele <sup>b</sup>	5,34±6,97	3,07±3,72	2,18±2,76	12,12±12,98
	Yurtta <sup>c</sup>	4,41±6,45	2,45±3,13	2,18±2,99	10,43±11,6
	Arkadaşlarıyla <sup>d</sup>	8,63±9,46	4,69±5,11	3,12±3,12	19,25±19,22
	$\chi^2$	4,773	8,753	3,604	5,405
p	0,189	<b>0,033</b> c<a,d	0,308	0,144	
Gelir Durumu	Gelir giderden az <sup>a</sup>	6,92±7,51	3,22±4,14	2,93±3,4	14,87±14,22
	Gelir gidere eşit <sup>b</sup>	4,79±6,9	2,84±3,51	2,01±2,66	11,05±12,79
	Gelir giderden fazla <sup>c</sup>	6,16±8,13	3,99±4,52	2,3±2,79	14,62±16,57
	$\chi^2$	10,595	5,469	6,633	9,633
	p	<b>0,005</b> b<a	0,065	<b>0,036</b> b<a	<b>0,008</b> b<a
Genel sağlık	Çok iyi <sup>a</sup>	5,12±6,93	3,6±4,09	2,18±2,83	12,56±14,25
	İyi <sup>b</sup>	4,74±6,51	2,95±3,42	1,96±2,54	11,08±12,23

ların Yeme Tutum Testi puan ortalaması ve Sosyal Bakı alt boyut puan ortalaması orta olarak tanımlayanlara göre anlamlı derecede düşük olduğu belirlendi ( $p<0,05$ ). Genel ruhsal sağlık durumunu iyi olarak tanımlayanla-

rın Yeme Tutum Testi ve alt boyutlarının puan ortalaması kötü olarak tanımlayanlara göre anlamlı derecede düşük olduğu görüldü ( $p<0,05$ ). Obez olan öğrencilerin Yeme Tutum Testi puan ortalaması normal kilolu olan-



**Tablo 2** Öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine göre Yeme Tutum Testi Kısa Formunun (YTT-26) puan ortalamasının karşılaştırılması (N=557)

durumu	Orta <sup>c</sup>	7,34±8,9	3,43±4,77	3,04±3,45	15,87±17,06
	Kötü <sup>d</sup>	7,23±6,81	2,38±2,6	2,15±3,31	13,77±11,85
	$\chi^2$	7,288	1,777	8,903	8,077
	p	0,063	0,620	<b>0,031</b> b<c	<b>0,044</b> b<c
Genel ruhsal sağlık durumu	Çok iyi <sup>a</sup>	5,64±8,3	4,72±3,73	2,44±3,42	14,38±16,2
	İyi <sup>b</sup>	4,29±6,18	2,88±3,57	1,85±2,53	10,45±12,3
	Orta <sup>c</sup>	5,87±7,4	3,16±4,06	2,66±3,04	13,39±14,28
	Kötü <sup>d</sup>	9,27±9,3	3,1±4,38	2,51±3,16	17,19±16,44
	$\chi^2$	16,480	11,705	8,511	13,204
	p	<b>0,001</b> b<d	<b>0,008</b> b<d	<b>0,037</b> b<d	<b>0,004</b> b<d
BKI	Zayıf <sup>a</sup>	3,82±5,65	2,84±3,27	4,47±3,8	12,58±11,01
	Normal <sup>b</sup>	5,23±7,32	3,04±3,96	2,03±2,62	11,82±14,2
	Fazla kilolu <sup>c</sup>	6,04±6,66	3,48±3,57	1,52±2,38	12,67±12,63
	Obez <sup>d</sup>	11,54±9,41	4,21±4,68	2,75±3,13	22,04±17,14
	$\chi^2$	22,568	5,279	35,582	18,412
	p	<b>0,000</b> a<d	0,152	<b>0,000</b> c<a	<b>0,000</b> b<d

Z: Mann Whitney U test,  $\chi^2$ : Kruskal Wallis H test

lara göre anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edildi ( $p<0,001$ ).

Öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine göre Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S) puan ortalamasının karşılaştırılması Tablo 3'te sunulmuş olup erkeklerin Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile Sosyal Yalnızlık ve Ailesel Yalnızlık alt boyut puan ortalamaları anlamlı derecede yüksek bulundu ( $p<0,05$ ). Ön lisans öğrencilerinin Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile Sosyal Yalnızlık ve Ailesel Yalnızlık alt boyut puan ortalamaları lisans öğrencilerine göre anlamlı derecede yüksek olduğu belirlendi ( $p<0,001$ ). Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu (SHMYO) öğrencilerinin Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile Sosyal Yalnızlık ve Ailesel Yalnızlık alt boyut puan ortalamaları Sağlık Bilimleri Fakültesi (SBF) öğrencilerine göre anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edildi ( $p<0,01$ ). 1. Sınıf öğrencilerinin Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği puan ortalaması 3. sınıf öğrencilerine göre anlamlı derecede yüksek olduğu saptandı ( $p=0,022$ ). Bölümü isteyerek tercih ettiğini belirtenlerin Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile Sosyal

Yalnızlık, Ailesel Yalnızlık ve Romantik Yalnızlık alt boyut puan ortalamaları anlamlı derecede düşük olduğu gözlemlendi ( $p<0,05$ ). Herhangi bir işte çalışan öğrencilerin Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile Sosyal Yalnızlık ve Ailesel Yalnızlık alt boyut puan ortalamaları anlamlı derecede yüksek olduğu belirlendi ( $p<0,01$ ). En uzun süreli yaşadığı yer ilçe olanların Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile Sosyal Yalnızlık ve Ailesel Yalnızlık alt boyut puan ortalamaları il olanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu görüldü ( $p<0,05$ ). Tek ebeveynli ailede yaşayan öğrencilerin Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile Sosyal Yalnızlık, Ailesel Yalnızlık ve Romantik Yalnızlık alt boyut puan ortalamaları geniş aile ve çekirdek ailede yaşayanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu bulundu ( $p<0,01$ ). Arkadaşları ile yaşayanların Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği puan ortalaması ailesi ile yaşayanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edildi ( $p=0,049$ ). Gelir giderden az olanların Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile Sosyal Yalnızlık, Ailesel Yalnızlık ve Romantik Yalnızlık alt boyut puan ortalamaları Gelir gidere eşit Gelir

**Tablo 3** Öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine göre Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S) puan ortalamasının karşılaştırılması (N=557)

Tanımlayıcı Özellikler		Sosyal Yalnızlık	Ailesel Yalnızlık	Romantik Yalnızlık	SELSA-S
		Ort.±SS	Ort.±SS	Ort.±SS	Ort.±SS
Cinsiyet	Kadın	14,17±7,2	14,17±7,2	2,49±3,03	30,83±15,35
	Erkek	15,38±6,7	15,38±6,7	2,47±3,59	33,22±14,46
	Z	-2,207	-2,207	-1,38	-2,029
	p	<b>0,027</b>	<b>0,027</b>	0,168	<b>0,042</b>
Yaş	18-21	14,45±7,23	14,45±7,23	2,6±3,32	31,49±15,54
	22-25	14,43±6,87	14,43±6,87	2,4±3,11	31,26±14,58
	26 ve üzeri	15,67±6,98	15,67±6,98	1,59±1,69	32,93±14,5
	$\chi^2$	0,929	0,929	0,699	0,385
	p	0,629	0,629	0,705	0,825
Eğitim aldığınız	Lisans	13,88±6,83	13,88±6,83	2,41±3,04	30,16±14,5
	Ön lisans	16,79±7,56	16,79±7,56	2,76±3,71	36,34±16,43

giderden fazla olanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu belirlendi ( $p<0,05$ ). Genel sağlık durumu orta ve kötü olarak belirtenlerin Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile Sosyal Yalnızlık ve Ailesel Yalnızlık alt boyut puan ortalamaları genel sağlık durumunu iyi olarak belirtenlere göre anlamlı derecede yüksek olduğu saptandı ( $p<0,05$ ). Genel ruhsal sağlık durumu iyiden kötüye doğru gittikçe Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile Sosyal Yalnızlık, Ailesel Yalnızlık ve Romantik Yalnızlık alt boyut puan ortalamaları anlamlı derecede yüksek olduğu görüldü ( $p<0,01$ ). Beden kitle indeksine göre obez olan öğrencilerin Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile Sosyal Yalnızlık, Ailesel Yalnızlık ve Romantik Yalnızlık alt boyut puan ortalamaları normal kilolu olanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu belirlendi ( $p<0,05$ ).

Öğrencilerin Yeme Tutum Testi Kısa Formunun (YTT-26) Yetişkinler İçin Sosyal ile Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S) arasındaki pozitif yönde zayıf derecede anlamlı bir ilişkinin olduğu belirlendi ( $r=0,311$ ,  $p<0,001$ ). Yeme Tutum Testi Kısa Formu ile Romantik Yalnızlık alt boyutu arasında pozitif yönde güçlü derecede anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=0,811$ ,  $p<0,001$ ).

## TARTIŞMA ve SONUÇ

Öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine göre Yeme Tutum Testi Kısa Formunun (YTT-26) puan ortalamasının karşılaştırılması sonucunda, erkeklerin, kadınlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu bulundu ( $p=0,021$ ). Eguren-García vd. (22) kadınların yeme bozukluğu riskinin erkeklere göre daha yüksek olduğunu bildirmiştir. Birkaç araştırma yeme tutumunun tanımlayıcı özelliklere göre değiştiğini ve obsesif kompulsif bozukluk belirtileri, beden imajı ve benlik saygısı ile ilişkili olduğunu göstermiştir (23, 24, 25). Çalışmada, erkeklerin yeme tutum puanlarının kadınlara göre daha yüksek olması, erkeklerin fiziksel dayanıklılık, kaslı ve güçlü bir vücuda sahip olma arzusu gibi beklentiler nedeniyle farklı yeme davranışları geliştirmeleriyle açıklanabilir (26).

Çalışmada, tek ebeveynli ailede yaşayanların Yeme Tutum Testi puan ortalaması ile *Yeme Meşguliyeti ve Kısıtlama* alt boyut puan ortalamaları çekirdek aile ve geniş ailede yaşayanlara göre anlamlı derecede yüksek bulundu ( $p<0,01$ ). Evde yalnız ya da arkadaşı ile yaşayanların, yurttan kalanlara göre Yeme Tutum Testi Kısa Formunun *Kısıtlama* alt boyut puan ortalamasının anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edildi



**Tablo 3** Öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine göre Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S) puan ortalamasının karşılaştırılması (N=557)

program	Z	-3,648	-3,648	-0,327	-3,627
	p	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>	0,744	<b>0,000</b>
Fakülte	SBF <sup>a</sup>	13,88±6,71	13,88±6,71	2,14±2,81	29,89±14,08
	Mimarlık ve Mühendislik Fakültesi <sup>b</sup>	15,59±7,18	15,59±7,18	3,22±3,64	34,39±16,39
	Fen Edebiyat Fakültesi <sup>c</sup>	13,3±7,34	13,3±7,34	3,21±3,15	29,8±15,47
	SHMYO <sup>d</sup>	16,72±7,65	16,72±7,65	2,55±3,45	36±16,52
	Diğer <sup>e</sup>	14,05±6,81	14,05±6,81	2,64±3,75	30,75±14,77
	χ <sup>2</sup>	14,006	14,006	9,324	12,271
	p	<b>0,007 a&lt;d</b>	<b>0,007 a&lt;d</b>	0,053	<b>0,015 a&lt;d</b>
Sınıf	Hazırlık <sup>a</sup>	14,63±5,25	14,63±5,25	3,19±4,23	32,44±13,01
	1. sınıf <sup>b</sup>	15,51±7,5	15,51±7,5	2,86±3,37	33,88±15,94
	2. sınıf <sup>c</sup>	14,44±7,32	14,44±7,32	2,33±3,07	31,22±15,38
	3. sınıf <sup>d</sup>	13,08±6,73	13,08±6,73	2,06±2,86	28,21±14,28
	4. sınıf <sup>e</sup>	13,83±6,1	13,83±6,1	2,13±3,01	29,78±13,26
	χ <sup>2</sup>	9,063	9,063	6,491	11,392
	p	0,060	0,060	0,165	<b>0,022 d&lt;b</b>
Bölümü isteyerek seçme durumu	Evet	14,2±6,93	14,2±6,93	2,39±3,16	30,79±14,72
	Hayır	17,14±7,94	17,14±7,94	3,34±3,4	37,63±17,41
	Z	-2,617	-2,617	-2,316	-2,746
	p	<b>0,009</b>	<b>0,009</b>	<b>0,021</b>	<b>0,006</b>
Çalışma durumu	Evet	15,89±7,08	15,89±7,08	2,94±3,68	34,73±15,49
	Hayır	14,07±7,04	14,07±7,04	2,34±3,02	30,48±14,9
	Z	-2,662	-2,662	-1,106	-2,795
	p	<b>0,008</b>	<b>0,008</b>	0,269	<b>0,005</b>
En uzun süreli yaşadığı yer	İl <sup>a</sup>	14±6,97	14±6,97	2,45±3,2	30,44±14,88
	İlçe <sup>b</sup>	16,02±7,35	16,02±7,35	2,63±3,24	34,68±15,91
	Kasaba/ köy <sup>c</sup>	14,79±6,7	14,79±6,7	2,24±2,85	31,83±13,59
	χ <sup>2</sup>	7,879	7,879	0,099	7,139
	p	<b>0,019 a&lt;b</b>	<b>0,019 a&lt;b</b>	0,952	<b>0,028 a&lt;b</b>
Aile tipi	Tek ebeveynli aile <sup>a</sup>	17,59±6,85	17,59±6,85	4,36±3,85	39,54±15,97
	Çekirdek aile <sup>b</sup>	14,16±7,11	14,16±7,11	2,35±3,07	30,68±14,88
	Geniş aile <sup>c</sup>	14,79±6,78	14,79±6,78	2,31±3,26	31,88±15,11

**Tablo 3** Öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine göre Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S) puan ortalamasının karşılaştırılması (N=557)

	$\chi^2$	9,753	9,753	12,244	11,987
	p	<b>0,008</b> b,c<a	<b>0,008</b> b,c<a	<b>0,002</b> b,c<a	<b>0,002</b> b,c<a
Kimle birlikte yaşadığı	Evde yalnız <sup>a</sup>	16±6,96	16±6,96	3,66±4,69	35,66±16,56
	Ailemle <sup>b</sup>	13,99±7,08	13,99±7,08	2,42±3	30,39±14,95
	Yurtta <sup>c</sup>	15,32±6,84	15,32±6,84	1,97±2,81	32,61±14,47
	Arkadaşlarımla <sup>d</sup>	16,31±7,66	16,31±7,66	3,81±4,19	36,44±16,72
	$\chi^2$	7,615	7,615	6,070	7,867
	p	0,055	0,055	0,108	<b>0,049</b> b<d
Gelir Durumu	Gelir giderden az <sup>a</sup>	16,55±7,27	16,55±7,27	3,14±3,44	36,23±15,42
	Gelir gidere eşit <sup>b</sup>	14,02±6,87	14,02±6,87	2,21±3,01	30,24±14,56
	Gelir giderden fazla <sup>c</sup>	13,65±7,15	13,65±7,15	2,6±3,37	29,9±15,65
	$\chi^2$	12,700	12,700	7,983	15,060
	p	<b>0,002</b> b,c<a	<b>0,002</b> b,c<a	<b>0,018</b> b<a	<b>0,001</b> b,c<a
Genel sağlık durumu	Çok iyi <sup>a</sup>	13,96±6,96	13,96±6,96	2,24±3,18	30,15±15,11
	İyi <sup>b</sup>	13,79±6,55	13,79±6,55	2,13±2,79	29,72±13,88
	Orta <sup>c</sup>	15,96±7,79	15,96±7,79	3,39±3,87	35,3±16,73
	Kötü <sup>d</sup>	19,54±9,04	19,54±9,04	2,92±3,12	42±17,78
	$\chi^2$	11,695	11,695	9,329	15,638
p	<b>0,009</b> b<c,d	<b>0,009</b> b<c,d	<b>0,025</b> b<c	<b>0,001</b> b<c,d	
Genel ruhsal sağlık durumu	Çok iyi <sup>a</sup>	14,46±7,85	14,46±7,85	2,74±3,75	31,67±16,87
	İyi <sup>b</sup>	12,92±6,28	12,92±6,28	1,86±2,58	27,7±13,3
	Orta <sup>c</sup>	15,03±6,98	15,03±6,98	2,77±3,32	32,84±14,96
	Kötü <sup>d</sup>	19,31±7,85	19,31±7,85	3,95±4,01	42,56±15,96
	$\chi^2$	35,267	35,267	17,574	43,179
p	<b>0,000</b> b<c<d	<b>0,000</b> b<c<d	<b>0,001</b> b<c<d	<b>0,000</b> b<c<d	
BKI	Zayıf <sup>a</sup>	14,84±7,06	14,84±7,06	2,53±2,52	32,21±14,97
	Normal <sup>b</sup>	13,8±6,83	13,8±6,83	2,37±3,21	29,98±14,6
	Fazla kilolu <sup>c</sup>	16,07±7,59	16,07±7,59	2,37±3,08	34,52±15,79
	Obez <sup>d</sup>	18,79±7,13	18,79±7,13	4,21±4,11	41,79±16,18
	$\chi^2$	17,657	17,657	8,406	18,663
	p	<b>0,001</b> b<d	<b>0,001</b> b<d	<b>0,038</b> b<d	<b>0,000</b> b<d

Z: Mann Whitney U test,  $\chi^2$ : Kruskal Wallis H test

(p=0,033). Mimarlık ve Mühendislik Fakültesi, Fen Edebiyat Fakültesi öğrencilerinin Yeme Tutum Testi puan ortalaması ve Yeme Meşguliyeti alt boyut puan

ortalaması Sağlık Bilimleri Fakültesi (SBF) öğrencilerine göre anlamlı derecede yüksek olduğu (p<0,05); 1. sınıf öğrencilerinin *Yeme Meşguliyeti* alt boyut puan

**Tablo 4** Öğrencilerin Yeme Tutum Testi Kısa Formunun (YTT-26) Yetişkinler İçin Sosyal ile Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S) arasındaki ilişki

		Sosyal Yalnızlık	Ailesel Yalnızlık	Romantik Yalnızlık	SELSA-S
Yeme Meşguliyeti	r	0,191	0,191	0,745	0,327
	p	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>
Kısıtlama	r	0,079	0,079	0,497	0,167
	p	0,061	0,061	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>
Sosyal Baskı	r	0,159	0,159	0,644	0,271
	p	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>
YTT-26	r	0,170	0,170	0,811	0,311
	p	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>

r: Spearman Korelasyon Analizi

ortalaması 3. sınıf öğrencilerine göre anlamlı derecede yüksek olduğu saptandı ( $p=0,016$ ). *Yeme Meşguliyeti* alt boyutu bireyin yeme ve bedenle ilgili bilişsel ve duygusal tutumlarını; *Kısıtlama* alt boyutu, bireylerin diyet yapmaya, yedikleri miktarı sınırlamaya ve belirli tür yiyeceklerden kaçınmaya yönelik tutumlarını ifade etmektedir (21). Yeme meşguliyeti ise öfke, endişe, korku, hayal kırıklığı, keder veya suçluluk gibi çeşitli duyguların neden olduğu iç sıkıntısını gidermek için aşırı miktarda yiyeceğin zorunlu olarak tüketilmesinden oluşan bir davranıştır (27). Üniversite öğrencileri ile yapılan benzer bir çalışmada; diyet yapma geçmişine sahip bireylerin yeme tutum testi, duygusal ve kısıtlı yeme davranışı puanları diyet yapmamışlara oranla daha yüksek bulunmuştur (28). Medya, aile ve arkadaşların etkileri, bireylerin yeme davranışlarını şekillendirmede rol oynayabilir ve olumsuz beden algısına bağlı olarak sağlıksız davranışlara yönelmelerine neden olabilir (29). Evde yalnız ya da arkadaşıyla yaşayan öğrencilerin kısıtlama alt boyutunda yüksek puanlar alması, bu öğrencilerin bağımsız yaşam koşullarında yeme davranışlarını daha fazla kontrol etmeye çalıştıklarını gösterebilir. Yurtta kalan öğrenciler, belirli bir düzen ve sosyal destek ağına sahip olabilirken, yalnız yaşayan öğrencilerde bu destek eksikliği yeme kısıtlamalarını artırabilir. Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin diğer fakülte öğrencilerine kıyasla sağlıklı yeme tutumlarının olması yeme davranışları konusunda daha fazla bilgiye sahip olmaları ve bu durumun onların daha sağlıklı yeme tutumları geliştirmelerine yardımcı olmaları ile açıklanabilir. Birinci sınıf öğren-

cilerinin yeme meşguliyeti puanlarının üçüncü sınıf öğrencilerine göre daha yüksek olması, üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin adaptasyon sürecinde daha fazla yeme sorunları yaşadığını gösterebilir. Üçüncü sınıf öğrencileri ise üniversite yaşamına daha iyi uyum sağlamış ve bu durum yeme tutumlarını olumlu yönde etkilemiş olabilir (30). Aile hayatından uzak yalnız yaşayan öğrencilerde düzenli beslenme alışkanlıklarının olmaması, ekonomik sorunların bulunması ve stresörlerle tek başına baş etme durumunda kalmaları ile yeme tutumlarının bozukluğu beklenen bir durumdur.

Çalışmada, geliri giderine eşit olan öğrencilerin Yeme Tutum Testi (YTT-26) puan ortalamalarının ve *Yeme Meşguliyeti* ve *Sosyal Baskı* alt boyut puan ortalamaları geliri giderinden az olan öğrencilere göre anlamlı derecede düşük olduğu saptandı ( $p<0,05$ ). Ayrıca, bölümlerini isteyerek seçen ve genel sağlık durumlarını iyi olarak tanımlayan öğrencilerin Sosyal Baskı alt boyut puanlarının anlamlı derecede düşük olduğu görüldü (sırasıyla;  $p=0,049$ ,  $p<0,05$ ). *Sosyal Baskı* alt boyutu, bireylerin başkalarının yanında yemekte zorlanma, yemek ve bedenlerine dair diğerlerinin düşüncelerine yönelik tutumlarını ifade etmektedir (21). Geliri giderinden az olan öğrenciler, ekonomik stres ve yetersiz beslenme kaynaklı olarak daha yüksek yeme meşguliyeti ve sosyal baskı puanlarına sahip olabilirler. Costa ve arkadaşlarının (31) yaptığı çalışmada da düşük gelirli öğrencilerin olumsuz yeme tutumları olduğu ve bu öğrencilerin daha düşük yaşam kalitesine sahip

olduğu bulunmuştur. Bölümlerini isteyerek seçen ve genel sağlık durumlarını iyi olarak tanımlayan öğrencilerin daha düşük sosyal baskı puanlarına sahip olması, kendi seçtikleri bir bölümde eğitim almanın daha az stres ve baskı yaşattığını düşündürebilir. Araştırma örneklemini genç bireylerden oluşmaktadır ve yapılan çalışmalar gençlerde yetersizlik ve sevilme gibi duyguların eşlik ettiği durumlarla beraber dış görünüşlerini eleştirmeye iterek zayıflıkla daha fazla uğraşmalarına sebep olabileceğini göstermiştir (32,33).

Çalışmada, genel ruhsal sağlık durumunu iyi olarak tanımlayanların *Yeme Tutum Testi ve alt boyutlarının* puan ortalaması kötü olarak tanımlayanlara göre anlamlı derecede düşük olduğu ( $p<0,05$ ); obez öğrencilerin *Yeme Tutum Testi* puan ortalaması normal kilolu olanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edildi ( $p<0,001$ ). Kadioğlu ve Ergün (34) obez öğrencilerdeki yeme bozukluğuna, normal kilolu olanlara göre iki kat olduğu fazla bulmuştur. Benzer bir çalışmada normal kiloda olan ve obez öğrencilerin duygusal ve kısıtlı yeme puanlarının, zayıf olanlara göre daha yüksek olduğu bildirilmiştir (28). Huang ve ark. (35) çalışmalarında, aşırı kilolu kızların normal kilolu kızlardan daha fazla olumsuz yeme tutumlarına sahip olduğunu ve düşük beden kitle indeksine sahip erkeklerin daha yüksek sosyal yeme baskısı gösterdiğini saptamıştır. Öztürk ve arkadaşlarının (36) çalışmasında, katılımcıların %10,2'sinde yeme bozukluğu riski saptadığını; kadın olma, genç yaş, sosyal görünüş kaygısı varlığı ile olumsuz aile yapısının yeme bozukluğu riskini artırdığı saptanmıştır. Bat Tonkuş ve Uysal (37) çalışmalarında öğrencilerinin %8,3'ünün yeme bağımlılığı riski taşıdığını ancak yeme tutumlarının bağımlılık derecesinde olmadığını belirtmiştir. Süel (38) çalışmasında, duygusal yeme, suçluluk ve tüketilen besin türü ile genel sağlık durumu arasında zayıf pozitif ilişki olduğu belirlenmiştir. Genel ruhsal sağlık durumunu iyi olarak tanımlayan öğrencilerin YTT-26 puanlarının düşük olması, iyi ruh sağlığının sağlıklı yeme tutumları ile ilişkili olduğunu göstermektedir. İyi ruhsal sağlığa sahip bireyler genellikle stres, anksiyete ve depresyon gibi olumsuz duygularla daha az karşılaşır, bu da onların sağlıklı yeme alışkanlıklarını sürdürebilmelerini sağlar. Buna karşılık, kötü ruhsal sağlık durumuna sahip bireyler, bu olumsuz duygularla başa çıkmak için daha sık sağlıksız yeme davranışlarına yönelebilirler.

Bu bulgu, literatürde de desteklenmektedir. Chellappa ve arkadaşlarının (39) yaptığı bir çalışma, yüksek depresyon ve anksiyete düzeylerine sahip bireylerin yeme tutumlarının bozulduğunu göstermiştir. Ruhsal sağlık sorunları, bireylerin yeme davranışlarını olumsuz etkileyerek yeme bozukluklarına yol açabilir Aynı şekilde, obez öğrencilerin *Yeme Tutum Testi* puanlarının normal kilolu olanlara göre anlamlı derecede yüksek olması, obezite ile sağlıksız yeme alışkanlıkları arasındaki ilişkiyi yansıtmakta olup, obez öğrenciler, yeme davranışlarında kontrolsüzlük, duygusal yeme veya aşırı yeme gibi sorunlar yaşayabilirler, bu durum onların *Yeme Tutum Testi* puanlarını yükseltir. Bu bulgular, ruhsal sağlığın ve vücut ağırlığının yeme tutumları üzerindeki etkisini gösteren önemli kanıtlardır (10, 28, 35). Rukavishnikov ve arkadaşlarının (40) yaptığı bir araştırma, obez bireylerin yüksek EAT-26 puanları ile daha yüksek yeme bozukluğu riski taşıdığını doğrulamaktadır.

Çalışmada, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre *Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık ölçeği* ile *Sosyal Yalnızlık* ve *Ailesel Yalnızlık* alt boyut puan ortalamaları anlamlı derecede yüksek bulundu ( $p<0,05$ ). Bu bulgu erkek öğrencilerin sosyal yaşantılarında, aile ilişkilerinde ve romantik ilişkilerinde kadın öğrencilere kıyasla daha fazla yalnızlık yaşadığını göstermektedir ve Adamczyk'in çalışması ile uyumludur (41). Erkeklerin daha sosyal ve ailesel ilişkilerinde kendilerini yalnız hissetmelerinin sebebi erkeklerin kadınlara göre duyguları hakkında konuşmalarının ve duygularını çevresindekiler ile paylaşmalarının daha düşük olması düşünülebilir. Ön lisans öğrencilerinin *Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği* ile *Sosyal Yalnızlık* ve *Ailesel Yalnızlık* alt boyut puan ortalamaları lisans SBF öğrencilerine göre anlamlı derecede yüksek olduğu belirlendi ( $p<0,001$ ) ( $p<0,01$ ). Yüksel'in (42) yaptığı çalışmada Eğitim Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin; Fen-Edebiyat ile Sanat ve Tasarım Fakültesinde öğrenim gören öğrencilere göre daha düşük yalnızlık düzeylerine sahip oldukları belirtilmiştir. Çalışmada, ön lisans öğrencilerinin, SBF öğrencilerine göre daha yalnız olması ise, ön lisans programının iki yıllık olması nedeniyle öğrenciler arasında sosyalleşmenin daha kısa olması ile açıklanabilir. Birinci sınıf öğrencilerinin *Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği* puan ortalaması üçüncü sınıf öğrencilerine göre anlamlı derecede yüksek ol-

duğu saptandı ( $p=0,022$ ). Üniversiteye başlanması, pandemi nedeniyle bazı derslerin yüz yüze, bazılarının çevrimiçi olması, bu nedenle öğrencilerin üniversitede arkadaş ve öğretim elemanları ile daha az vakit geçirmek durumunda kalması ile açıklanabilir. Bölümü isteyerek tercih ettiğini belirtenlerin Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile *Sosyal Yalnızlık*, *Ailesel Yalnızlık* ve *Romantik Yalnızlık* alt boyut puan ortalamaları anlamlı derecede düşük olduğu gözlemlendi ( $p<0,05$ ). Bölümü isteyerek tercih ettiğini belirtenlerin Yalnızlık puan ortalamaları anlamlı derecede düşük olmasının nedeni bölümü isteyerek seçenler üniversitede yapılan bölüm içi/ dışı aktivitelere katılmak isteği fazla olması, motivasyonlarının ve ilgilerinin yüksek olması, katılımcıların çoğunluğunun ailesi ile yaşıyor olması ile öngörülebilir. Herhangi bir işte çalışan öğrencilerin Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile *Sosyal Yalnızlık* ve *Ailesel Yalnızlık* alt boyut puan ortalamaları anlamlı derecede yüksek olduğu belirlendi ( $p<0,01$ ). Ho ve arkadaşlarının (43) yaptığı çalışmada göçmen ev işçilerinin sosyal yalnızlık seviyelerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Herhangi bir işte çalışan öğrencilerin alt boyutların ve ölçekte yalnızlık seviyesinin yüksek olmasının nedeni herhangi bir işte çalışan öğrencilerin çalışmayanlara göre sosyal etkinliklere ve ailesiyle vakit geçirmeye, hobi edinmeye daha az zaman ayırması nedeniyle yalnızlık seviyesinin yüksek olmasına neden olabilir.

Çalışmada, arkadaşlarıyla birlikte yaşayanların Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği puan ortalaması ailesi yaşayanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edildi ( $p=0,049$ ). Sarıkaya'nın (44) yetişkinler ile yaptığı çalışmada romantik ilişkilerde duygusal yalnızlık düzeyinin arkadaşlarıyla yaşayan kişilerde, eşi veya partneriyle yaşayan kişilere göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmış. Sosyal yalnızlık ve duygusal yalnızlık aile ilişkileri alt boyutunun ise yaşadığı kişiye göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu durumun sebebi arkadaşlarıyla birlikte yaşayanların ailesi ile yaşayanlara göre kişinin ailesine göre birlikte yaşadığı bireylerle olan bağının daha zayıf olması ve bağlılık ve sıcaklığın hissedilmemesi nedeniyle kaynaklanmış olabilir. En uzun süreli yaşadığı yer ilçe olanların Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile *Sosyal Yalnızlık* ve *Ailesel Yalnızlık* alt boyut puan ortalamaları il olanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu görüldü ( $p<0,05$ ). En uzun süre

yaşanılan yer ilçe olan bireylerin ölçek ve alt boyutlarda yalnızlık seviyelerinin yüksek olmasının nedeni, illere kıyasla ilçelerde nüfus yoğunluğunun daha fazla olması ve sosyal etkinlikler gibi imkanların daha sınırlı olmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

Çalışmada, tek ebeveynli ailede yaşayan öğrencilerin Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile Sosyal Yalnızlık, Ailesel Yalnızlık ve Romantik Yalnızlık alt boyut puan ortalamaları geniş aile ve çekirdek ailede yaşayanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu bulundu ( $p<0,01$ ). Tek ebeveynli ailede yaşayanların alt boyutların ve ölçekte yalnızlık seviyelerinin yüksek çıkmasının sebebi Tek ebeveynli ailede yaşayan öğrenciler ebeveynlerinin eksikliği sebebiyle örnek alabilecek sağlıklı bir partner ilişkisi olmaması, birlikte yaşamadığı ebeveynin ailesi ile bağın zayıflamasından kaynaklı olabilir (45). Gelir giderden az olanların Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile *Sosyal Yalnızlık*, *Ailesel Yalnızlık* ve *Romantik Yalnızlık* alt boyut puan ortalamaları Gelir gidere eşit Gelir giderden fazla olanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu belirlendi ( $p<0,05$ ). Bu bulguya göre ekonomik anlamda durumunun kötü olduğunu ifade edenlerin sosyal, ailesel ve romantik ilişkilerinde kendilerini daha yalnız hissetmektedir. Oruç'un (46) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada ekonomik durumu kötü olanların ekonomik durumu iyi olanlara göre yalnızlık seviyelerinin yüksek olduğuna ulaşılmıştır. Ekonomik durumu kötü olanların alt boyutların ve ölçekte yalnızlık seviyelerinin yüksek çıkmasının sebebi ekonomik durumun elverişsizliğinden dolayı sosyal etkinliklere ve çeşitli arkadaşlarla olan aktivitelerde katılamamasından dolayı olabilir. Genel sağlık durumu orta ve kötü olarak belirtenlerin Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile *Sosyal Yalnızlık* ve *Ailesel Yalnızlık* alt boyut puan ortalamaları genel sağlık durumunu iyi olarak belirtenlere göre anlamlı derecede yüksek olduğu saptandı ( $p<0,05$ ). Diehl ve arkadaşlarının (47) lisans öğrencileriyle yaptıkları çalışmada yalnızlığın sağlık üzerinde depresyon, intihar vb. çeşitli etkilere sahip olduğu; Segrin ve arkadaşlarının (48) yetişkinlerle gerçekleştirdiği araştırmada ise benzer şekilde yalnızlığın sağlık üzerinde etkili olduğu bulunmuştur. Liang ve arkadaşlarının (49) çalışmasında ise yalnızlığın kalp yetmezliği riskini artırdığı sonucuna varılmıştır. Genel sağlık durumu orta ve kötü olarak belirtenlerin



genel sağlık durumunu iyi olarak belirtenlere göre alt boyutların ve ölçekte yalnızlık seviyelerinin yüksek çıkmasının sebebi genel sağlık durumunun kötü olması kişinin özgüvensizliğe ve kendini eksik hissetmesi olabilir.

Genel ruhsal sağlık durumu iyiden kötüye doğru gittikçe Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile *Sosyal Yalnızlık*, *Ailesel Yalnızlık* ve *Romantik Yalnızlık* alt boyut puan ortalamaları anlamlı derecede yüksek olduğu görüldü ( $p < 0,01$ ). Wolters ve arkadaşlarının 2023'te (50) yaptığı çalışmada sosyal ve duygusal yalnızlığın, ruh sağlığı ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Genel ruhsal sağlık durumu iyiden kötüye doğru gittikçe alt boyutların ve ölçekte yalnızlık seviyelerinin yüksek çıkması buldukları ruh halinden dolayı çevrelerindeki insanlarla vakit geçirmek, konuşmak ve bağ kurmak istemeyebilirler bu sebeple yalnız kalma eğiliminde olabilirler.

Çalışmada, beden kitle indeksine göre obez olan öğrencilerin Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile *Sosyal Yalnızlık*, *Ailesel Yalnızlık* ve *Romantik Yalnızlık* alt boyut puan ortalamaları normal kilolu olanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu belirlendi ( $p < 0,05$ ). Jung ve Luck-Sikorski (51) çalışmalarında obez katılımcıların normal kilolu veya fazla kilolu katılımcılara kıyasla daha fazla yalnızlık gösterdikleri sonucuna ulaşmıştır. Obezite ve yalnızlık arasındaki ilişki, çeşitli psikososyal ve biyolojik faktörler tarafından açıklanabilir. Toplumun beden algısı konusundaki olumsuz yargıları nedeniyle obez öğrenciler içe çekilme ve dışlanma yaşayabilirler. Bu durum, sosyal destek sistemlerinin zayıflamasına ve sosyal yalnızlık duygularının artmasına yol açabilir. Bununla birlikte, obez bireyler, romantik ilişkilerde öz güvensizlik ve reddedilme korkusu nedeniyle romantik yalnızlık yaşayabilirler. Ailesel yalnızlık ise, obezitenin aile içinde kabul görmemesi veya ailenin bu durumu bir problem olarak görüp baskı yapması gibi dinamiklerden kaynaklanabilir. Bu psikososyal stres faktörleri, obez bireylerin yalnızlık duygularını artırarak sosyal, ailesel ve romantik yalnızlık alt boyutlarında yüksek puanlar elde etmelerine neden olabilir.

## Kaynakça

1. Bonsaksen T, Ruffolo M, Price D, et al. Associations between so-

cial media use and loneliness in a cross-national population: do motives for social media use matter?. *Health Psychol Behav Med.* 2023;11(1):2158089. Published 2023 Jan 1. doi:10.1080/21642850.2022.2158089

2. Çetin I, Aca Z, Baysal Kar B, Eren Şenaras A. Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı, Yalnızlık ve Özsaygı Düzeylerinin Faktör Analizi İle İncelenmesi. *Akademik Bakış.* 2014;46:13-27.
3. Eldeleklioglu J. Ergenlerin Zaman Yönetimi Becerilerinin Kaygı, Yaş ve Cinsiyet Değişkenleri Açısından İncelenmesi. *İlköğretim Online.* 2008;7(3):1-8.
4. Bat Tonkuş M, Kalın Z. Göç Ruh Sağlığını Nasıl Etkilemektedir? *Hak-kari Review,* 2022;6(1), 1-13. <https://doi.org/10.31457/hr.1073528>
5. Gizir CA. Bir Kayıp Sonrasında Zorluklar Yaşayan Üniversite Öğrencilerine Yönelik Bir Yas Danışmanlığı Modeli. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi,* 2014;2(2). <https://doi.org/10.17860/efd.36859>
6. Erikmen E, Keskin G. Kronik Hastalığı Olan Bireylerin Tedaviye Uyum Sürecinde Aile Faktörü: Motivasyonel Görüşmenin Etkileri Açısından Gözden Geçirme. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi.* Aralık 2022;11(4):1392-1400. doi:10.37989/gumussagbil.945568
7. Yang M, Wei W, Ren L, et al. How loneliness linked to anxiety and depression: a network analysis based on Chinese university students. *BMC Public Health.* 2023;23(1):2499. Published 2023 Dec 13. doi:10.1186/s12889-023-17435-4
8. Card KG, Skakoon-Sparling S. Are social support, loneliness, and social connection differentially associated with happiness across levels of introversion-extraversion?. *Health Psychol Open.* 2023;10(1):20551029231184034. doi:10.1177/20551029231184034
9. Weiss RS. *Loneliness: The experience of emotion and social isolation,* Cambridge, MA: MIT Press. 1973
10. Tanrıverdi E. Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Yeme Davranışlarının ve Duygusal İştahlarının İncelenmesi. *Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.* 2020.
11. Işık M. Erişkinlerin Sosyal Medya Kullanım Özelliklerinin Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yeme Tutumlarına Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.* 2019.
12. Yıldırım A, Aşlar R, Karakurt P, Çapık C, Kasımoğlu N. Üniversite Öğrencilerinde Depresif Belirti, Yalnızlık ve Yeme Tutumu Arasındaki İlişkinin Sosyodemografik Özelliklerle Birlikte İncelenmesi. *Turkish Journal of Medicine and Primary Care.* 2018;12(4).
13. Köksal B, Topkaya N. Üniversite Öğrencilerinin Yaşadığı Sorunlar ve Sorun Alanlarının Depresyon, Anksiyete ve Stresle İlişkisi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi.* Gazi Üniversitesi. 2021.
14. Özkan N, Bilici S. Yeme Davranışında Yeni Yaklaşımlar: Sezgisel Yeme ve Yeme Farkındalığı. *Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi.* 2018.





15. Macht M, Simons G. Emotional Eating. In: Nyklíček I, Vingerhoets A, Zeelenberg M, editors. *Emotion Regulation and Well-Being*. New York, NY: Springer; 2011. p.141-53. DOI: 10.1007/978-1-4419-6953-8\_17.
16. Bödicker C, Reinckens J, Höfler M, Hoyer J. Is Childhood Maltreatment Associated with Body Image Disturbances in Adulthood? A Systematic Review and Meta-Analysis. *J Child Adolesc Trauma*. 2021;15(3):523-38. DOI: 10.1007/s40653-021-00379-5.
17. Ousman YI, Nazir T. Loneliness among University students as a growing concern. *JFCE*. October 2023;8(2):85-99. doi:10.32568/jfce.1312556
18. DiTommaso E, Spinner B. Social and emotional loneliness: A reexamination of Weiss' typology of loneliness. *Personality and Individual Differences*. 1997;22:417-27.
19. Akgül H. Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeğinin (SELSA-S) Türk Kültürüne Uyarlanması: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması. *YSBD*. 2020;10(21):54-69.
20. Garner DM, Garfinkel PE. The Eating Attitudes Test: an Index of the Symptoms of Anorexia Nervosa. *Psychological Medicine*. 1979;9(2):273-79.
21. Ergüney-Okumuş FE, Sertel-Berk HÖ. Yeme Tutum Testi Kısa Formunun (YTT-26) Üniversite Örnekleminde Türkçeye Uyarlanması ve Psikometrik Özelliklerinin Değerlendirilmesi. *Psikoloji Çalışmaları*. 2020;40(1):57-78.
22. Eguren-García I, Sumalla-Cano S, Conde-González S, et al. Risk Factors for Eating Disorders in University Students: The RENEAT Study. *Healthcare (Basel)*. 2024;12(9):942. doi:10.3390/healthcare12090942.
23. Oğuz EG, Karlıdere T. The Prevalence and Related Factors of Eating Disorders and Eating Attitudes Among Balıkesir University Students. *Clinical and Experimental Health Sciences*. 2022;12(3):636-41.
24. Brytek-Matera A, Pardini S, Szubert J, Novara C. Orthorexia Nervosa and Disordered Eating Attitudes, Self-Esteem and Physical Activity among Young Adults. *Nutrients*. 2022;14(6):1289. Published 2022 Mar 18. doi:10.3390/nu14061289
25. Akdevelioğlu Y, Yörüsün TÖ. Üniversite Öğrencilerinin Yeme Tutum ve Davranışlarına İlişkin Bazı Faktörlerin İncelenmesi. *Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2019;4(1):19-28.
26. Fortes, L.deS., Kakeshita, I. S., Almeida, S. S., Gomes, A. R., & Ferreira, M. E. (2014). Eating behaviours in youths: A comparison between female and male athletes and non-athletes. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 24(1), e62–e68. <https://doi.org/10.1111/sms.12098>
27. Reichenberger J, Schnepfer R, Arend AK, Blechert J. Emotional eating in healthy individuals and patients with an eating disorder: evidence from psychometric, experimental and naturalistic studies. *Proc Nutr Soc*. 2020;79(3):290-299. doi:10.1017/S0029665120007004
28. Erkul S. Aile tutumları ve medya faktörünün, ergenlik dönemindeki kadın bireylerin yeme tutumları ve beden imaj kaygısına etkisinin yeme bozuklukları ile ilişkisinin incelenmesi. *Dünya İnsan Bilimleri Dergisi*. 2024; (1):152-66. <https://doi.org/10.55543/insan.1219761>
29. Oyekin DG, Yildiz D, Şahin EM, Gur S. Depression and Anxiety in Obese Patients. *Turkish Journal of Endocrinology and Metabolism*. 2011;15(4):121-24.
30. Ahmadi, S., Moloodi, R., ZARBAKSH, MR. et al. Psychometric properties of the Eating Attitude Test-26 for female Iranian students. *Eat Weight Disord* 19, 183–189 (2014). <https://doi.org/10.1007/s40519-014-0106-7>
31. Costa DG, Carleto CT, Santos VS, Haas VJ, Gonçalves RMDA, Pedrosa LAK. Quality of life and eating attitudes of health care students. *Rev Bras Enferm*. 2018;71(suppl 4):1642-1649. doi:10.1590/0034-7167-2017-0224
32. Izidorczyk B, Sitnik-Warchulska K, Lizińczyk S, Lipiarz A. Psychological Predictors of Unhealthy Eating Attitudes in Young Adults. *Front Psychol*. 2019;10:590.
33. Pedalino F, Camerini AL. Instagram Use and Body Dissatisfaction: The Mediating Role of Upward Social Comparison with Peers and Influencers Among Young Females. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(3):1543.
34. Kadioğlu M, Ergün A. Üniversite Öğrencilerinin Yeme Tutumu, Öz-Etkililik ve Etkileyen Faktörler. *Clinical and Experimental Health Sciences*. 2015;5(2):96-104.
35. Huang Y, Wang C, Tong L. The Reliability and Validation of the Children's Eating Attitude Test Among Chinese Samples. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;20(1):738.
36. Öztürk A, Limmili G, Kartal M. Association Between Eating Disorder Risk and Family Structure and Social Appearance Anxiety Among College Freshman. *Alpha Psychiatry*. 2021;23(1):27-32.
37. Bat Tonkuş M, Damla U. Sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinde yeme bağımlılığı ve etkileyen faktörler. *4th International Health Sciences and Life Congress*. 2021;739-49.
38. Süel E. The Relationship Between Emotional Eating and General Health Among Professional Basketball Players. *Prog Nutr*. 2020;22(2-S).
39. Chellappa R, Karunanidhi S, Anna K. Eating attitudes and its psychological correlates among female college students. *\*Global J Human-Social Sci Res\**. 2013;13(2):1-10.
40. Rukavishnikov, G., Verbitskaya, E., Vekovischeva, O., Bobrovsky, A., Kibitov, A., & Mazo, G. The association of obesity with eating disorders risk: online survey of a large cohort of Russian-speaking individuals seeking medical weight correction assistance. *Journal of Eating Disorders*, 2021, 9. <https://doi.org/10.1186/s40337-021-00456-y>



41. Adamczyk K. An Investigation of Loneliness and Perceived Social Support Among Single and Partnered Young Adults. *Curr Psychol*. 2016;35(4):674-689. doi:10.1007/s12144-015-9337-7
42. Yüksel BÖ. Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık ve Psikolojik Sağlamlığın Yordayıcısı Olarak Aleksitimi [Doktora Tezi]. Yıldız Teknik Üniversitesi. 2019.
43. Ho KH, Hung MS, Zhang Y, Bai X, Cheung DS, Chow MC, et al. The Perceived Relationship Quality with Migrant Domestic Workers is Correlated with a Lower Level of Loneliness Among Community-Dwelling Older Adults: A Cross-Sectional Study. *Arch Gerontol Geriatr*. 2023;109:104952.
44. Sarıkaya HÖ. Depresyon Belirtileri Gösteren Yetişkinlerin Sosyal ve Duygusal Yalnızlıklarının Toplumsal Aidiyet Duygusuyla İlişkisi [Yüksek Lisans Tezi]. Nişantaşı Üniversitesi. 2022.
45. Aydın Boylu A, Öztop H. Tek Ebeveynli Aileler: Sorunlar ve Çözüm Önerileri. *Sosyoekonomi*. Nisan 2013;19(19). doi:10.17233/se.37916
46. Oruç T. Üniversite Öğrencilerinde Psikososyal Değişkenlere Göre Yalnızlık ile Otomatik Düşünceler İlişkisinin İncelenmesi [Doktora Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi. 2013.
47. Diehl K, Jansen C, Ishchanova K, Hilger-Kolb J. Loneliness at Universities: Determinants of Emotional and Social Loneliness among Students. *Int J Environ Res Public Health*. 2018;15(9):1865. doi:10.3390/ijerph15091865
48. Segrin C, Passalacqua SA. Functions of Loneliness, Social Support, Health Behaviors, and Stress in Association With Poor Health. *Health Commun*. 2010;25(4):312-22.
49. Liang YY, Chen Y, Feng H, Liu X, Ai QH, Xue H, et al. Association of Social Isolation and Loneliness With Incident Heart Failure in a Population-Based Cohort Study. *JACC Heart Fail*. 2023;11(3):334-44.
50. Wolters NE, Mobach L, Wuthrich VM, Vonk P, Van der Heijde CM, Wiers RW, et al. Emotional and Social Loneliness and Their Unique Links with Social Isolation, Depression and Anxiety. *J Affect Disord*. 2023;329:207-17.
51. Jung FU, Luck-Sikorski C. Overweight and Lonely? A Representative Study on Loneliness in Obese People and Its Determinants. *Obes Facts*. 2019;12(4):440-447. doi:10.1159/000500095