



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTE
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE OLUMSUZ
BEDEN KONUŞMALARI VE EŞLİ RUMİNATİF
DÜŞÜNCE TARZININ YEME TUTUMUNA ETKİSİ**

BÜŞRA AKGÜN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

LEFKOŞA
2019

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE OLUMSUZ
BEDEN KONUŞMALARI VE EŞLİ RUMİNATİF
DÜŞÜNCE TARZININ YEME TUTUMUNA ETKİSİ**

BÜŞRA AKGÜN

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEZ DANIŞMANI

Yrd. Doç. Dr. DENİZ ERGÜN

LEFKOŞA
2019

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin, tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt ederim. Tezimin kağıt ve elektronik kopyalarının Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım.

- ☐ Tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.
- ☐ Tezim sadece Yakın Doğu Üniversitesinde erişime açılabilir.
- ☐ Tezimin iki (2) yıl süre ile erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde tezimin tamamı erişime açılabilir.

Tarih: 25.01.2019

İmza

Büşra Akgün

TEŞEKKÜR

Çok kıymetli ve değerli akademisyen hocalarımdan Prof. Dr. Mehmet Çakıcı, Prof. Dr. Ebru Çakıcı ve özellikle tez danışmanım Yrd. Doç. Dr. Deniz Ergün hocama katkılarından ve emeklerinden dolayı sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Eğitim hayatım boyunca gerek bilgileriyle gerek yardımlarıyla kişisel gelişimime katkıda bulunan tüm öğretmenlerime teşekkür ederim.

Ayrıca maddi ve manevi desteğini asla esirgemeyen aileme, bilgileriyle ve tecrübeleri ile ışık saçan babam Celal Akgün'e, her koşulda desteğini ve tecrübesini esirgemeyen annem Sevgi Akgün'e, eğitim hayatım boyunca birlikte yaşadığım ve karşılıksız bir şekilde tüm yaşamıma destek veren ablam Güzde Akgün'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Sizleri çok seviyorum.

Sevgi ve Saygılarımla
Büşra Akgün

ÖZ

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE OLUMSUZ BEDEN KONUŞMALARI VE EŞLİ RUMİNATİF DÜŞÜNCE TARZININ YEME TUTUMUNA ETKİSİ

Olumsuz beden konuşmaları; kişinin kendi bedeni ve diğerlerinin bedeni ile ilgili ritüel ve sorunlu ilişkilendirme biçimi olarak tanımlanmaktadır. Genellikle yorumların çoğu olumsuz eleştirel yorumlardır. Özellikle medya, aile ve arkadaşların kilo konuşması ve baskılarının, kişinin kendisi ve başkalarının bedenlerini değerlendirmesinde rol oynamaktadır. Eşli ruminasyon; bireylerin problemleri hakkında çözüm odaklı olmayan, sorun ya da yaşanan durumlarla ilgili sebep ve sorunları tekrar tekrar konuşarak olumsuz etkilere takılı kalınması olarak tanımlanmaktadır. Olumsuz beden konuşmaları ve eşli ruminasyonla birlikte bireylerin beden kaygıları, artan beden memnuniyetsizliği ile zihinsel sağlık sorunları ve yeme tutumları arasındaki ilişkiye aracılık ettiği saptanmıştır. Bu çalışmanın amacı amacı üniversite öğrencilerinin olumsuz beden konuşmalarının (kilo konuşmaları) ve eşli ruminatif düşünce tarzının yeme tutumu üzerindeki etkisini incelenmiştir. Araştırma, Yakın Doğu Üniversite'nde eğitim gören 18 yaş ve üzeri, tamamı gönüllü katılımcılara kişisel bilgi formu, olumsuz kilo konuşmaları, eşli ruminasyonun ve yeme tutumunun birbirlerini nasıl etkilediğini ölçmeye yarayan formlar ile bulgular elde edilmiştir. Araştırma verilerinin istatistiksel olarak çözümlenmesi Statistical Package for Sciences (SPSS) 25.0 yazılımı kullanılarak analiz edilmiştir. Bulgular incelendiğinde, 385 katılımcının 205 kadın 180 erkek birey, yaş ortalaması 21-22 yaş çoğunlukta olduğu %37.92'tir. Sonuç olarak yeme tutumunu yordayan regresyonda beden kaygısının yordayıcı en önemli faktör olduğu bulunmuştur. Ayrıca eşli ruminasyon ile olumsuz beden konuşmaları alt ölçekleri olan beden kaygısı ve beden karşılaştırması arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki bulunmuştur. Kilo konuşması ve eşli ruminasyonun yeme tutumu üzerindeki etkilerinin önemsenmesi gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Olumsuz beden konuşmaları, eşli ruminasyon, yeme tutumu, beden kaygısı, beden karşılaştırması

ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN FAT BODY TALK AND CO-RUMINATION ON EATING ATTITUDES IN UNIVERSITY STUDENTS

Fat body talk; it is defined as the ritual and problematic way of association of one's own body and the body of others. Usually, most of the comments are negative critical comments. In particular, the media plays a role the assessment of weight and speech by family and friends, and the body of the person and others. Co-rumination; it is defined as the problem of not being solution-oriented about the problems of individuals, reasons or problems related to the situation and problems are repeatedly described as negative effects by speaking. Fat body talk and co-rumination were found to be correlated with body anxiety, increased body dissatisfaction, and mental health disorders and eating attitudes. The aim of this study was to investigate the effects of fat body talk speeches, co-rumination and eating attitudes of university students. The research's data was gathered from Near East University's student volunteers and eighteen years old and older. Personal information form, fat body talk, co-rumination and how eating attitudes affect each other have been obtained with forms. The statistical analysis of the research data was analyzed the Statistical Package for Sciences (SPSS) 25.0 software. When the findings were examined, 205 female and 280 male individuals were 37.92% and the mean age was 21-22 years old. As a result, body anxiety was found to be the most important predictor of regression predicting eating attitude. In addition, there was a low positive relationship between co-rumination and body anxiety and body comparison, which are subscales of fat body talks. The effect of fat body talk and co-rumination on eating attitudes should be considered.

Keywords : Fat body talk, co-rumination, eating attitudes, body anxiety, body comparison

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY

BİLDİRİM

TEŞEKKÜR.....	iii
ÖZ.....	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER.....	vi
TABLolar DİZİNİ.....	viii
KISALTMALAR.....	x

1. BÖLÜM	1
GİRİŞ.....	1
1.1.Problemin Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	2
1.3. Araştırmanın Önemi	3
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları	3
1.5. Tanımlar.....	3
2. BÖLÜM	4
KAVRAMSAL ÇERÇEVE, İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	4
2.1.Olumsuz Beden Konuşmaları.....	4
2.1.1.1. Öz Algı Kuramı	8
2.2. Ruminatif Düşünce	10
2.2.1 Eşli Ruminatif Düşünce.....	10
2.2.1.1. Onaylama Teorisi.....	14
3. BÖLÜM	16
ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ.....	16
3.1. Araştırmanın Modeli	16
3.2. Evren ve Örneklem	16
3.3. Veri Toplama Araçları	16
3.3.1. Kişisel Bilgi formu	16
3.3.2. Yeme Tutum Testi (YTT-40).....	17

3.3.2. Eşli Ruminasyon Ölçeği	17
3.3.3. Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği	17
3.4. Verilerin Toplanması	18
3.5. Verilerin Analizi	18
4. BÖLÜM	20
BULGULAR	20
5. BÖLÜM	41
TARTIŞMA	41
6. BÖLÜM	44
SONUÇ VE ÖNERİLER	44
6.1. Sonuç.....	44
6.2. Öneriler.....	45
KAYNAKÇA	46
EKLER	55
Ek- 1 Aydınlatılmış Onam Formu.....	55
Ek- 2 Bilgilendirme Formu	56
Ek- 3 Sosyo Demografik Bilgi Formu.....	57
Ek- 4 Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği	58
Ek- 5 Eşli Ruminasyon Ölçeği	59
Ek- 6 Yeme Tutumu Testi	61
Ek- 7 Ölçek Kullanım İzinleri	62
Ek- 8 Ölçek Kullanım İzinleri	63
Ek- 9 Ölçek Kullanım İzinleri	64
ÖZGEÇMİŞ	65
İNTİHAL RAPORU	66
ETİK KURULU ONAYI	67

TABLolar DİZİNİ

Tablo 1. Öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerinin dağılımı.....	20
Tablo 2. Öğrencilerin antropometrik ölçümlerine ait tanımlayıcı istatistikler.....	21
Tablo 3. Öğrencilerin olumsuz beden konuşmaları ölçeği, eşli ruminasyon ölçeği ve yeme tutum testi puanlarına ait tanımlayıcı istatistikler.....	22
Tablo 4. Öğrencilerin cinsiyetine göre olumsuz beden konuşmaları ölçeği, eşli ruminasyon ölçeği ve yeme tutum testi puanlarının karşılaştırılması.....	24
Tablo 5. Öğrencilerin yaş gruplarına göre olumsuz beden konuşmaları ölçeği, eşli ruminasyon ölçeği ve yeme tutum testi puanlarının karşılaştırılması.....	25
Tablo 6. Öğrencilerin uyruklarına göre olumsuz beden konuşmaları ölçeği, eşli ruminasyon ölçeği ve yeme tutum testi puanlarının karşılaştırılması.....	26
Tablo 7. Öğrencilerin sınıflarına göre olumsuz beden konuşmaları ölçeği, eşli ruminasyon ölçeği ve yeme tutum testi puanlarının karşılaştırılması.....	28
Tablo 8. Öğrencilerin gelir durumlarına göre olumsuz beden konuşmaları ölçeği, eşli ruminasyon ölçeği ve yeme tutum testi puanlarının karşılaştırılması.....	29
Tablo 9. Öğrencilerin sigara kullanma durumlarına göre olumsuz beden konuşmaları ölçeği, eşli ruminasyon ölçeği ve yeme tutum testi puanlarının karşılaştırılması.....	31
Tablo 10. Öğrencilerin alkol kullanma durumlarına göre olumsuz beden konuşmaları ölçeği, eşli ruminasyon ölçeği ve yeme tutum testi puanlarının karşılaştırılması.....	32
Tablo 11. Öğrencilerin spor yapma durumlarına göre olumsuz beden konuşmaları ölçeği, eşli ruminasyon ölçeği ve yeme tutum testi puanlarının karşılaştırılması.....	33
Tablo 12. Öğrencilerin anne eğitim durumlarına göre olumsuz beden konuşmaları ölçeği, eşli ruminasyon ölçeği ve yeme tutum testi puanlarının karşılaştırılması.....	34
Tablo 13. Öğrencilerin baba eğitim durumlarına göre olumsuz beden konuşmaları ölçeği, eşli ruminasyon ölçeği ve yeme tutum testi puanlarının karşılaştırılması.....	36

Tablo 14. Öğrencilerin antropometrik ölçümleri ile olumsuz beden konuşmaları ölçeği, eşli ruminasyon ölçeği ve yeme tutum testi puanları arasındaki korelasyonlar.....	37
Tablo 15. Öğrencilerin olumsuz beden konuşmaları ölçeği, eşli ruminasyon ölçeği ve yeme tutum testi puanları arasındaki korelasyonlar.....	38
Tablo 16. Öğrencilerin olumsuz beden konuşmaları ölçeği, eşli ruminasyon ölçeği ve yeme tutum testi puanlarını yordama durumu.....	39

KISALTMALAR

KKTC	: Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti
TC	: Türkiye Cumhuriyeti
YTT	: Yeme Tutum Testi
BKI	: Bedensel Kitle İndeksi
SPSS	: Statistic Packets Social Sciences
Min	: Minimum
Max	: Maksimum
Vb	: Ve benzeri
Vd.	: Ve diğerleri
Ör	: Örneğin
OBK	: Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği
m ²	: Metrekare
ort	: Ortalama
ERA	: Eşli Ruminasyon Ölçeği
Kg	: Kilogram

1. BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Problemin Durumu

Bireyler arası küçümseyici olmak özellikle kadınlar arasında normatif bir uygulama olduğu tespit edilmiştir (Martz vd., 2009; Nichter, 2000). Nichter ve arkadaşları 2000; kilo konuşmasını bireyin kendi bedeni ve diğerlerinin bedeni ile ilgili ritüel ve sorunlu ilişkilendirme biçimi olarak tanımlanmışlardır. Genellikle yorumların çoğu olumsuz yorumlardır (Martz vd., 2009).

Bu olumsuz yorumlar beraberinde kişinin kendini negatif olarak eleştirmesine, ör. “Çok kilo aldım” , “Kalçalarım çok büyük” gibi yorumlarla vücut memnuniyetsizliği, yüksek düzey depresyon, zayıf olmalıyım baskısı gibi hislere yol açmaktadır (Arroyo ve Harwood, 2012; Stice, Maxfeld ve Wells, 2003). Bu olumsuz beden konuşmaları; vücut tipleri farketmeksizin her yaştaki kadınların arasında, normal kilolu, aşırı kilolu , yeme bozukluğu olan kadınlar arasında bile bu konuşmalar gerçekleşmektedir (Martz vd., 2009; Nichter, 2000; Stice vd., 2003). Bir araştırmada tüm genç kadınların %93 nün olumsuz beden konuşmalarına katıldıklarını ve bu konuşmaları yapan kadınların üçte birinin de bu tarz konuşmalara sık ya da çok sık katılım gösterdiğini belirtmektedir (Salk ve Engeln-Maddox, 2011a).

Medya, aile ve arkadaşların sosyokültürel baskılarının kendilerini ve başkalarının bedenlerini nasıl değerlendirdikleri konusunda büyük bir etki olabileceğini öngörülmüştür (Harrison, Taylor ve Marske, 2006; Tiggemann, Polivy ve Hargreaves, 2009).

Görüntü ve mesajlarla çoğunlukla kadın ve erkek bireylerin bedenlerinin nesnelleştirmekte ve güzellik idealleri için erişilemez bir standardı vurgulamaktadır (Fredrickson ve Roberts, 1997). Bununla birlikte birçok birey nesnelleşmiş bedenleri ile ideal güzellik ve beden imajına uyum sağlamaya arzu duymaktadır bu da normatif hoşnutsuzluğu meydana getirmektedir (Rodin, Silberstein ve Striegel-Moore, 1984). Çünkü bireyler kendi öz değer duygularına bağlılar ve bedenleri ile ilgili tatmin olmamalarından dolayı genellikle görünüşleri ile ilgili konulara odaklanırlar. Kilo ve yaş ile ilgili özellikle kadınlar arasında gündelik konuşmalardaki yaygınlık ve aynı zamanda sağlık durumları nedeniyle araştırmacılar ve sağlık görevlileri için artan ilgi konumundadır (Becker vd. 2013). Mori vd. 1987; zayıf olmanın toplum tarafından çekicilik ile ilişkili olduğunu, bununla birlikte bireylerde özellikle kadınlarda yaygın olarak; vücut şekli, beden ölçüleri ve vücut görünümü ile ilgili memnuniyetsiz hissetmesine baskı yaratır (Rodin, Silberstein ve Striegel-Moore, 1984). Beden memnuniyetsizliği genellikle bireylerin ince olma ideali için uğraştığı fakat (Knauus vd., 2007) bu tür karşılaştırmalar ile kişinin kendi benliğini ideal ince beden için reddetmesiyle sonuçlanır (Harrison, 2001). Ne yazık ki; beden memnuniyetsizliği, olumsuz zihinsel sağlık ve kilo işlevsel bozukluğu stratejilerini yürütmede önemli bir risk faktörüdür (Stice ve Bearman, 2001; Thompson vd., 1999).

1.2. Araştırmanın Amacı

Araştırmanın amacı olumsuz beden konuşmalarının (kilo konuşmaları) ve eşli ruminatif düşünce tarzının yeme tutumu üzerindeki etkisini inceleyebilmektedir. Bunlarla birlikte olumsuz beden konuşmalarının artmasıyla eşli ruminatif düşüncenin de artacağı ve bununla birlikte bireylerin yeme tutumunda azalmalar ya da artmalar olacağı varsayılmaktadır. Normal kilolu, hafif kilolu ya da çok kilolu kişilerde olumsuz beden konuşmalarının olması, bireylerin eşli ruminatif düşünceye kapılmasına, bedensel zayıflık kaygıları olmasına, bedenlerini başkalarıyla kıyaslama yapmasına ve bunlarla birlikte yeme tutum bozukluklarında artma görülmesi beklenilmektedir. Dolayısıyla olumsuz beden konuşmalarıyla yeme tutum bozuklukların artması ve eşli ruminatif düşüncenin de artması varsayılmaktadır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Günümüzde sosyal medya, aile ve arkadaş çevresi başta olmak üzere; olumsuz bedensel konuşma ve eşli ruminasyonun yaygın olduğu Türkiye ve KKTC’de bu araştırmaya benzer araştırmaların az olması çalışmanın önemini destekler niteliktedir. Kişiler arası etkileşimlerin yeme bozukluklarına etkisinin ne derece olduğunu tanımlama ve anlamada bu araştırma yardımcı nitelikte olacaktır. Bu araştırma kilo konuşmalarının, eşli ruminasyonla etkileşimi sonucu yeme tutumu değişiklikleri sebebiyetinin altında; beden memnuniyetsizliği, beden kaygısı ve beden karşılaştırmalarının yordayıcı olup olmadığını belirlemek niteliğindedir.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu çalışmada 18 yaş ve üzeri üniversite öğrencileri ile yapılması çalışmanın genç nüfus ile yapıldığı için genç nüfusa uygun bir çalışma olduğu ve bu sebeple yaş ayrıcı özelliği için sınırlama olduğu sonucuna varabiliriz.

1.5. Tanımlar

Olumsuz Beden Konuşmaları: Kişinin kendine olan memnuniyetsizliğinin desteklenmesini içeren bir konuşma biçimidir (Shonnon ve Mills, 2015). Olumsuz beden konuşmaları bedeni olumsuz bir nesne kabullenerek, benlik saygısı düşük, zayıf olmaya yönelik baskı ve bilişsel olarak çarpık düşüncelerle ilişkili olarak kişiyi etkisi altına almaktadır (Tucker, Martz, Curtin ve Bazzani 2007).

Ruminatif Düşünce : Bireyin problemlerini çözmek adına hiçbir uğraş yapmadan geçmişine takılı kalarak yaşadığı duygu durumunu sebep ve sonuçlarını tekrar tekrar düşünmesi olarak tanımlanmıştır (Hoeksema, 1987).

Eşli Ruminatif Düşünce: Eşli ruminasyon bir başkasıyla bir problem hakkında defalarca, çoğunlukla olumsuzluklara odaklanan ve fakat problem çözme odaklı olmayan paylaşımdır (Rose, 2002).

2. BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE, İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1.Olumsuz Beden Konuşmaları

Olumsuz beden konuşmaları bireyler arası küçümseyici olmak özellikle kadınlar arasında normatif bir uygulama olduğu tespit edilmiştir (Martz vd., 2009; Nichter, 2000). Nichter ve arkadaşları 2000; kilo konuşmasını bireyin kendi bedeni ve diğerlerinin bedeni ile ilgili ritüel ve sorunlu ilişkilendirme biçimi olarak tanımlamışlardır. Genellikle yorumların çoğu olumsuz yorumlardır (Martz vd., 2009). Bu olumsuz yorumlar beraberinde kişinin kendini negatif olarak eleştirmesine, ör. “Çok kilo aldım”, “Kalçalarım çok büyük” gibi yorumlarla vücut memnuniyetsizliği, yüksek düzey depresyon, zayıf olmalıyım baskısı gibi hislere yol açmaktadır (Arroyo ve Harwood, 2012; Stice, Maxfeld ve Wells, 2003). Bu olumsuz beden konuşmaları; vücut tipleri farketmeksizin her yaştaki kadınların arasında, normal kilolu, aşırı kilolu , yeme bozukluğu olan kadınlar arasında bile bu konuşmalar gerçekleşmektedir (Martz vd., 2009; Nichter, 2000; Stice vd., 2003). Bir araştırmada tüm genç kadınların %93 nün olumsuz beden konuşmalarına katıldıklarını ve bu konuşmaları yapan kadınların üçte birinin de bu tarz konuşmalara sık ya da çok sık katılım gösterdiğini belirtmektedir (Salk ve Engeln-Maddox, 2011a).

Medya, aile ve arkadaşların; sosyokültürel baskılarının kendilerini ve başkalarının bedenlerini nasıl değerlendirdikleri konusunda büyük bir etki olabileceğini öngörülmüştür (Harrison, Taylor ve Marske, 2006; Tiggemann, Polivy ve Hargreaves, 2009). Görüntü ve mesajlarla çoğunlukla kadın ve erkek bireylerin bedenlerinin nesnelleştirmekte ve güzellik idealleri için erişilemez bir standardı vurgulamaktadır (Fredrickson ve Roberts, 1997).

Bununla birlikte birçok birey nesnelleşmiş bedenleri ile ideal güzellik ve beden imajına uyum sağlamaya arzu duymaktadır bu da normatif hoşnutsuzluğu meydana getirmektedir (Rodin, Silberstein ve Striegel-Moore, 1984). Çünkü bireyler kendi öz değer duygularına bağlılar ve bedenleri ile ilgili tatmin olmamalarından dolayı genellikle görünüşleri ile ilgili konulara odaklanırlar. Kilo ve yaş ile ilgili özellikle kadınlar arasında gündelik konuşmalardaki yaygınlık ve aynı zamanda sağlık durumları nedeniyle araştırmacılar ve sağlık görevlileri için artan ilgi konumundadır (Becker vd., 2013).

Mori ve arkadaşları 1987; zayıf olmanın toplum tarafından çekicilik ile ilişkili olduğunu, bununla birlikte bireylerde özellikle kadınlarda yaygın olarak; vücut şekli, beden ölçüleri ve vücut görünümü ile ilgili memnuniyetsiz hissetmesine baskı yaratır (Rodin, Silberstein ve Striegel-Moore, 1984). Beden memnuniyetsizliği genellikle bireylerin ince olma ideali için uğraştığı fakat (Knauus vd., 2007) bu tür karşılaştırmalar ile kişinin kendi benliğini ideal ince beden için reddetmesiyle sonuçlanır (Harrison, 2001). Ne yazık ki; beden memnuniyetsizliği, olumsuz zihinsel sağlık ve kilo işlevsel bozukluğu stratejilerini yürütmeye önemli bir risk faktörüdür (Stice ve Bearman, 2001; Thompson vd., 1999).

Araştırmanın amacı olumsuz beden konuşmalarının (kilo konuşmaları) ve eşli ruminatif düşünce tarzının yeme tutumu üzerindeki etkisini inceleyebilmektedir. Bunlarla birlikte olumsuz beden konuşmalarının artmasıyla eşli ruminatif düşüncenin de artacağı ve bununla birlikte bireylerin yeme tutumunda azalmalar ya da artmalar olacağı varsayılmaktadır. Normal kilolu, hafif kilolu ya da çok kilolu kişilerde olumsuz beden konuşmalarının olması, bireylerin eşli ruminatif düşünceye kapılmasına, bedensel zayıflık kaygıları olmasına, bedenlerini başkalarıyla kıyaslama yapmasına ve bunlarla birlikte yeme tutum bozukluklarında artma görülmesi beklenilmektedir. Dolayısıyla olumsuz beden konuşmalarıyla yeme tutum bozuklukların artması ve eşli ruminatif düşüncenin de artması varsayılmaktadır.

Olumsuz beden konuşmaları; bireylerin kendilerini eleştirmesine, zayıf olma isteği ve yeme davranışlarıyla ilgili kaygılanmasını sağlamaktadır (Shannon ve

Mills 2015). Kilo konuşması kişinin kendine olan memnuniyetsizliğinin desteklenmesini içeren bir konuşma biçimidir (Shonnon ve Mills, 2015).

Olumsuz beden konuşmaları bedeni olumsuz bir nesne kabullenerek, benlik saygısı düşük, zayıf olmaya yönelik baskı ve bilişsel olarak çarpık düşüncelerle ilişkili olarak kişiyi etkisi altına almaktadır (Tucker, Martz, Curtin ve Bazzani 2007).

Üniversitede yapılan bir araştırmada neredeyse tüm bayan bireylerin (%93) kilo konuşmaları yaptığını bildirmiş, bu katılımcıların üçte biri kilo konuşmasını sık veya çok sık yaptığını belirtmiştir (Salk ve Engeln-Maddox, 2011a). Kilo konuşmaları teorik olarak bireyin kendini yeterince ince olmadığına dair mesajlar içerir, bireyin kendi görünümünden hoşnutsuzluğa neden olur (Striegel-Moore vd., 1986; Thompson vd., 1999). Kilo konuşmalarının bu olumsuz mesajları bireylere olumsuz etki yarattığı düşünülmektedir, çünkü fiziksel görünüş Batı kültürü bireyleri için merkezi bir değerlendirme boyutudur (Stice ve Bearman, 2001).

Ergenlik ve gençlik dönemi; bedensel memnuniyetsizliğin yanı sıra sosyal ve bilişsel sorunlarında yaşandığı bir dönemdir. Ülkemizin %30 unu 12-25 yaş gurubu oluşturmaktadır ve bu grup, sosyokültürel değişimlerin, kültürel çatışmaların ve kilo konuşmalarının yeme tutumuna etkilerinin yaygınlığını arttırdığını ve çok büyük bir kitleyi etkisi altına aldığı görülmektedir (Köknel, 1981). Üniversite öğrencileri bu kitlenin büyük bir yoğunluğunu kapsamaktadır. Bu kitlesel grupta, yeme tutum bozukluklarının yüksek oranda görüldüğü ve genellikle kadınlar arasında daha yaygın olduğu bilinmektedir (Jarry, 1998).

Mevcut çalışmalar, özellikle kilo konuşmasının olumsuz beden kaygılarını yansıtan, kendi kendine odaklı eleştirisel yorumlar yada eşli ruminatif düşüncüyü kavramsallaştıran, bununla beraber olumsuz konuşmalar yemek yeme ve egzersiz alışkanlıkları hakkında konuşmalar içereceği, vücut şekil bozukluğu veya aşırı kilo alma korkusu, kişinin nasıl yeme ve egzersiz alışkanlıklarının diğer bireylerin vücut şekli ve vücut ağırlığıyla veya diyetiyle karşılaştırıldığı incelenmiştir (Nichter, 2000; Ousley vd., 2008).

Ousley vd. 2008, Yeme bozukluğu olan bireylerin diğer bireylere oranla daha fazla kilo konuşması yaptığını; bununla birlikte yeme bozukluğu olmayan bireylerde de

çoğunlukla kilo konuşmaları yapılmaktadır (Ousley vd., 2008; Salk ve Engeln-Maddox, 2011a).

Vücut görünümünün tatminsizliği ve olumsuz etkiler normal olarak bireyin ince olmasına baskı hissetmesine neden olabilir, sırasıyla kısıtlayıcı diyet ve yeme bozuklukları patolojisinin oluşması riskini artırır (Paxton vd., 1999; McCarthy, 1990; Stice, 2001).

Yapılan araştırmalarda; olumsuz beden konuşmalarının her ne kadar kadınlarda daha fazla olduğu gözükse de (Payne vd., 2011; Tan ve Chow, 2014; Wasylkiw ve Butler, 2014), erkeklerde de etkisinin minimal derece olmadığı varsayılmıştır. Ergenlik çağındaki erkekler ve erkekler ile yapılan araştırmalarda aslında olumsuz beden konuşmaları yapan erkek bireylerin, daha yüksek kas gücü isteği, beden memnuniyetsizliği, kilo kaybı, daha yüksek görünüm kaygısı yaşadığı ve daha yüksek yeme bozukluğu semptomlarından muzdarip oldukları belirtilmektedir (Engeln vd., 2013; Jankowski vd., 2014; Jones ve Crawford, 2005).

Her ne kadar bir çok araştırma erkekler ve ergen erkekler arasındaki olumsuz beden konuşmalarının etkilerini araştırmış olsa da; bu araştırmalarda iki çeşit sınırlandırma vardır (Engeln vd., 2013; Jones ve Crawford, 2005). Öncelikli olarak birçok araştırma olumsuz beden konuşmasının çift taraflı olmasına rağmen sadece bir kişinin etkilenebileceğine bireysel kişinin kendisini bireysel değerlendirmesine olan yaklaşımını kullanmıştır. Böylelikle olumsuz beden konuşmaları (kilo konuşmaları) incelenirken ikili konuşmanın çok daha önemli olabileceği savunulmuştur (Chow vd., 2011). Ergen erkeklerin ve yetişkin erkeklerin psikolojik gelişiminde ikili konuşmaların (arkadaşlık konuşmaları) önemli bir rol almaktadır, buna ek olarak vücut ile ilgili tutum(olumsuz kilo konuşmaları) ve davranışlarında geliştirilebilmesi de dahildir (Shomaker ve Furman, 2009; Wang vd., 2006).

Ergen erkeklerin ve yetişkin erkekler genellikle sosyal destek olarak arkadaşlarına başvurdukları için (Chow vd., 2011), bu arkadaşlıklar için olumsuz beden konuşmaları ideal bir konu olabilmektedir. Olumsuz kilo konuşmaları vücut imajıyla ilgili konularla olsa da (Rudiger ve Winstead, 2013), bu bireyler arası

dinamik bireylerin kilo konuşması durumuyla ile beden memnuniyetsizliği arasındaki ılımlı ilişkide çok ılımlı bir rol oynadığı hakkında az şey bilinmektedir. Olumsuz beden konuşmaları yoluyla arkadaşların birbirlerine zayıf olma idealizasyonunu karşılıklı olarak güçlendirdiğini savunulmaktadır. Böylece kilo durumu ve vücut memnuniyetsizliği arasındaki ilişki fazlasıyla ağırlaşmaktadır (Chow ve Tan, 2014).

Sosyal karşılaştırma teorisine göre (Festinger, 1954); kişiler kendi özelliklerini ve görünümünü diğer kişilerinki ile karşılaştırarak kendilerini değerlendirmektedirler. Markley ve Markey (2011)'in odaklandığı sosyal karşılaştırma teorisine göre vücut ile ilgili tüm konuların genellikle ikili yada çoklu kilo konuşma süreçlerinin sonucu olduğunu gözlemlemiştir. Romantik ilişkilerdeki ikili kilo konuşmalarının da beden memnuniyetsizliğine yol açabileceği saptanmıştır (Markey ve Markey, 2011). Bununla beraber ortak karşılaştırma sürecinin yakın arkadaşlıklarda veya romantik ilişki karşılaştırmalarında hangisinin daha baskın olduğu az olarak bilinmektedir. Çünkü romantik ilişkiler ve yakın arkadaşlıklar yapısal olarak iç içe ve birçok özelliği paylaşırlar, yakın arkadaşlıkların romantik ilişki içerisindeki kişiye oranla daha kişiler arası bir ortam oluşturduğu savunulmaktadır (Chow ve Buhrmester, 2011; Chow vd., 2011).

2.1.1.1. Öz Algı Kuramı

Öz-Algı Kuramı; bireylerin kendi içsel düşüncelerinin ve tutumlarının kendi davranışlarını belirlemede yardımcı olan bir önermedir (Bem, 1967). Kilo konuşmaları için uygulanan bu teori, kilo konuşmalarına sözel olarak katılan bireylerin, yalnızca bu konuşmaları dinleyen bireylerinde vücut imajı için riskli davranış ve düşüncelere girebileceğini çünkü bireyler kilo konuşmalarını katılımlarını, bedenlerinden memnun olmadıklarının göstergesi olarak yorumlayacaklardır. Bireyler kendi vücutları ile mutsuz olmasalar bile arkadaşlarıyla yapılan kilo konuşmalarına katılma konusunda baskı hissedebildikleri bildirilmektedir (Martz, Petroff, Curtin ve Bazzini, 2009). Lin vd. 2016; bireylerin sadece konuşarak değil dinleyerek de kilo konuşmalarından etkilenebileceğini araştırırsalar da kilo konuşmalarının daha etkili yeme tutumuna etki ettiğini saptamışlardır.

Stice vd. 2002; beden memnuniyetsizliği, yeme tutumu patolojisi için en güçlü ve en tutarlı risk faktörlerinden biri olarak saptamıştır, ince ideali ve ince beden algı baskısının yeme bozukluklarına etkisinde önemli bir risk faktörü olarak rol oynar (Culbert, Racine ve Klump, 2015; Juarascio vd., 2011).

Önemli olarak bu tarz bedensel görüntü bozuklukları, anoreksiya nevroza ve bulimiya nevroza dahil olmak üzere sadece yeme tutum bozukluklarının gelişmesinde katkı sağlamakla kalmaz aynı zamanda bakımlarında da merkezi rol oynarlar (Delinsky, 2011; Johnson ve Wardle, 2005; Stice, 2002; Striegel-Moore vd., 2009).

Beden memnuniyetsizliği, diğer beden görüntü bozuklukları ile beraber daha geniş bir bilişsel ve duygusal rahatsızlıklara dizisinde de rol oynamaktadır. Matematik performansı ve kabiliyeti yanı sıra beden kitle indeksi kontrol edilirken, kendini nesnelleştiren bir kadının mayo üzerinde çalışırken matematik performansının azıldığını göstermiştir (Fredrickson, Roberts, Noll, Quinn ve Twenge, 1998). Bunun sonucunda kadınların kendi bedensel görünüşlerini üçüncül bir şahıs açısıyla incelediklerini, bilişsel performansta dikkat kaynaklarını tüketerek eksikliklere yol açtığını göstermektedir. Duygusal sonuçlarla ilgili olarak, zayıf bir bedene sahip olmanın algı baskısı, ince vücut ideallerinin içselleştirilmesi, bedensel memnuniyetsizlik ve diyetin depresif belirtilerin başlangıcı ile ilişkilendirilmesi söz konusudur (Johnson ve Wardle, 2005; Paxton, Neumark-Sztainer, Hannan ve Eisenberg, 2006; Stice ve Bearman, 2001).

İnce bedene sahip olmanın ilk baskısı, toplumun ince idealinin içselleştirilmesine teşvik etmesi ve bu standartlar karşılanmadığı zaman da beden memnuniyetsizliğine teşvik oluşur. Kişinin vücudundan duyduğu bu memnuniyetsizlik, düşük kendilik saygısı ve depresyon dahil olmak üzere birçok olumsuz duygulara yol açabilir (Johnson ve Wardle, 2005). Bunlara ek olarak beden memnuniyetsizliği ve görünüşe işlevsiz yatırımlar, sosyal bozukluk, sosyal kaygı ve özdeğer kaybı, cinsel işlevsellik gibi konularla ilişkilidir (Pujols, Meston ve Seal, 2010; Woertman ve Brink, 2012).

2.2. Ruminatif Düşünce

2.2.1 Eşli Ruminatif Düşünce

Ruminatif düşünce; bireyin problemlerini çözmek adına hiçbir uğraş yapmadan geçmişine takılı kalarak yaşadığı duygu durumunu sebep ve sonuçlarını tekrar tekrar düşünmesi olarak tanımlanmıştır (Hoeksema, 1987). Ruminasyon genellikle bireyin kendisinin düşünsel olarak gerçekleştirdiği döngüsel bir süreçtir. Bireyin kendi kendini eleştirmesi ‘Neden böyle hissediyorum’, ‘Neden onun kadar güzel değilim’, ‘Neden onun kadar zayıf değilim’ gibi tekrarlayan düşünce ve soruları kendisine sorması örnek olabilir. Genellikle stres durumlarında yaşanan bu tekrarlayan düşünce ve tepkiler, sorunlara karşı çözüm üretmeyi güçleştirmekte ayrıca başta depresif bir duygu durumu olmak üzere birçok bilişsel ve duygusal soruna zemin hazırlayabilmektedir (Hoeksema vd., 2003). Fakat yapılan birçok araştırmalarda ruminatif düşüncenin yalnızca bireysel değil eşli ya da çoklu da yapılabileceği belirtilmiştir. Bu eşli ruminatif düşüncenin başka bir bireyle belirlenen bir problem hakkında çok defa tekrarlayan, çözümsel olmayan, genellikle olumsuz düşüncelere odaklanan konuşmalardır. Eşli ruminasyonun problem konuşmada bazı yönlerin belirlenmesi, özendirilmesi, sorunların yeniden gözden geçirilmesi problemler hakkında spekülasyon yapılması ve çoğunlukla olumsuz etkilere takılı kalınması olarak saptanmıştır (Rose, 2002). Eşli ruminasyon genellikle kadınlarda ve kızlarda adaptif ve maladaptif duygusal, sosyal ve fiziksel sonuçlarla ilişkilendirilmiştir. Örnek verecek olursak eşli ruminasyon daha kaliteli ve büyük arkadaşlık ile olumlu ilişkilidir fakat bununla birlikte depresyon, kaygı bozukluğu ve stres hormonlarının artmasıyla olumsuz sonuçlanmaktadır (Byrd-Craven vd., 2008; Rose, 2002; Rose vd., 2007). Yapılan araştırmalarda genellikle kadınların erkeklere oranla eşli ruminasyonu daha fazla gerçekleştirdiğini ve yalnızca kadın bireylerde bu davranışla ilişkili artan kaygı ve genel içselleştirme gibi duyguların yaşandığını göstermektedir (Rose vd., 2007; Schwartz-Mette ve Rose, 2012; Tompkins vd., 2011).

Eşli ruminasyon ile bedensel yetersizlikleri tartışmanın bir yoldan uyum oluşturmada bir yol sağladığı belirtilmiştir (Nichter, 2000). Özellikle ailenin, akrabaların ve kitle iletişim araçlarının zayıf bedene sahip olunması gerektiğini sosyokültürel olarak baskı uygulandığı göz önüne alındığında (Stice vd., 2002), ayrıca batı kültüründeki kadınların genellikle görünüşe göre değerlendirilmesi (Bearman ve Stice, 2001), bireylerin ruminatif bir biçimde bedenlerini problemli düşünerek konuşma odağı haline getirmesi şaşırtılmayacak birşeydir. Bedene özgü eşli ruminasyonun, veya özellikle vücutla ve yeme tutumuyla ilgili aşırı derecede problemleri tartışmak, bedensel ilişkileriyle ilgili bireylerin eşli ruminasyon türlerini saptamak için tasarlanmış bir yapıdır (Doyle, 2013).

Bedensel eşli ruminasyon yeni ve çok çalışılmamış bir yapı iken, kilo konuşmaları, şimdiye kadar incelenen birçok çalışmada genel eşli ruminasyon, bedene özgü eşli ruminasyon özgüllüğünden yoksundur. Kilo konuşmaları, eşli ruminasyon ve kendini nesnelleştirme vücuda özgü eşli ruminasyonun çeşitli ilişkili yanlarını sentezler. Eşli ruminasyon genel olarak incelendiğinde vücuda özgü eşli ruminasyon özgüllüğünden yoksundur. Kilo konuşmaları ya da 'son derece ritüelleştirilmiş konuşma... bedensel görünüm yakınmaları kilo yönetimi ipuçları içeren açık olumsuz öz bildirimleri olumsuz değerlendirilmiş beden konuşmalarının yönlerini ele alır' (Martz vd., 2009). Bununla birlikte kilo konuşmaları ikili konuşmalarda yakın arkadaşlarla yapılan reasüranstan çok daha genel ve sosyaldir. Diğer yandan bireyin bedenini bir nesne olarak görmeye atıfta bulunan, ötekilerinin (başkasının) vücudunun perspektifini ele alan ve işlevler yerine kendi vücuduna odaklanan, kendini nesnelleştiren görünüm odaklı, ancak kişisel olmayan ve etkileşimli olmayan bir seviyede yansıtır (Breines vd., 2008).

Eşli ruminasyon, kiloyla ilgili kaygılar yarattığından özellikle yıkıcı olarak görülmüştür, çünkü bireyin kilo konuşmalarına katılma eğiliminin arttığını ve sohbetteki tüm bireylerin böyle yorumlar yapmasına devam etmesi için teşvik edebilirler. Araştırmalar başka bir kişiden işitme yoluyla yorumlarını dinlemesinin beden memnuniyetsizliğini artırabildiğini göstermektedir (Gapinski vd., 2003; Stice vd., 2003), ve aynı zamanda kişinin kendisinin de bu ruminasyonu yapma ihtimalini de artırabilmektedir (Salk ve Engeln-Maddox, 2011b).

Başkalarının yorumlarına karşılık, kendi hakkında olumsuz yorumlar yapma, başlangıçtaki beden memnuniyetsizliğinin üstünde ve ötesinde artan beden memnuniyetsizliği ve tatminsizliği oluşur (Salk ve Engeln-Maddox, 2011b). Bireyler arasındaki bu tür karşılıklı türün, bireyleri olumsuz benlik algılarına karşılıklı etki emekte veya güçlendirmekte, potansiyel olarak olumsuz sonuçları teşvik etmekte ve yaratmaktadır. Bu sebeple, kilo konuşmaları ortak ritüelleri vücut ile ilgili memnuniyetsizliğin önemli kısımlarına verilen ağırlıkla ilgili yaşanan kaygılar ve bunlara istinaden oluşan davranışlarla ilişkilendirilmeli ve bireylerin bu tarz konuşmalarındaki ideal standardını karşılamasını odaklayan ve amaçlayan bir nokta olmalıdır (Arroyo, Segrin, Harwood ve Bonito, 2017).

Starr ve Davila 2009; ergenler arasındaki eşli ruminasyon sürecini incelemiştir. Eşli ruminasyonun tahmin edildiği üzere eş zamanlı olarak arkadaş güvenirliliği ve iletişim, depresif belirtiler ve arkadaşlığın olumlu yönleriyle ilişkili olduğu saptanmıştır. Bunlara ek olarak eşli ruminatif kadın bireylerin, aynı cinsiyetten ve karşı cinsiyetten ilişkilerde kendilerini daha çok kişilerarası yetkin bir pozisyonda algıladıklarını saptanmıştır. Ancak Rose ve arkadaşları 2007; bir yıllık takip değerlendirmesi sonucunda eşli ruminasyonun artmış bir depresyonun anlamlı bir yordayıcısı olmadığını bulmuşlardır. Metavazi ama benzer etki büyüklüğünü not etmiş yazarlar, anlamlı olmayan bulgunun daha küçük örneklem büyüklüğüne ve değerlendirmeler arasındaki daha uzun aralığa bağlı olabileceğini öngörmüşlerdir. Fakat ergenlik çağındaki kız çocukları için romantik ilişkilerdeki eşli ruminasyonun depresyona yordayıcı olduğu öngörülmüştür.

Ergen romantik ilişkileri gibi potansiyel olarak üzücü konuyla ilgili odaklanıldığında, eşli ruminasyonun daha depresif olabileceği öngörülmüştür (Starr ve Davila, 2009). Bu bulgulara da görüldüğü üzere yazarların genel olarak problemler hakkında bilgi birikimine ek olarak, araştırmacıların üzücü eşli ruminasyonun sıkıntılı konuları tespit etmeye teşvik ettiğini bildirmişlerdir. Lise öğrencileri ile yapılan günlük bir çalışmada, gün içerisindeki eşli ruminasyonun günün sonunda daha kötü bir ruh hali oluşturduğunu öngördüğünü, sabahki ruh hali günlük stresi kontrol ettiği bulunmuştur (White ve Shih, 2012). Buna ek olarak başta yapılan eşli ruminasyonun günlük stres ve günlük depresif duygu-durum arasında daha ciddi bir ilişki öngörülmüştür.

Bazal yapılaşmada eşli ruminasyonun cinsiyet farklılığı olmaksızın yapıldığı saptansa da kadınların gün içerisinde erkek bireylerden daha fazla eşli ruminasyon yaptığı saptanmıştır. Başka bir araştırmada da üniversite öğrencisinin oda arkadaşlarıyla, romantik ilişkileriyle, arkadaşlarıyla veya ailesiyle birlikte yaptığı eşli ruminasyon incelenmiştir (Calmes ve Roberts, 2008). Doğrulayıcı faktör analizi kullanarak eşli ruminasyonun ve depresif ruminasyonun farklı yapılar olduğunu saptamışlardır. Ayrıca, aynı cinsiyetteki arkadaşlarla eşli ruminasyonun kadınların erkeklerden daha fazla olduğunu, ancak oda arkadaşlarıyla, romantik ilişkilerle veya ebeveynleriyle yaptıkları eşli ruminasyonda cinsiyet farklılığı olmadığı tespit edilmiştir.

Kilo endişeleri başkalarının olumsuz yorumlarıyla ilişki olduğu için, daha az olumsuz yorumların ve daha yapıcı yorumların kişilerin benlik duygusu ile pozitif olarak ilişkili olması gerektiğine inanmamız gerektiğine sebebiyet vermektedir (Ata vd., 2007; Neumark-Sztainer vd., 2010). Kiloyla ilgili yorumlara verilen karşılık yanıtlar sınırlı olsa da, sosyal açıdan çare edilen yanıtlar varmış gibi gözükabilmektedir. Araştırmalar, bireylerin diğer bireylerin olumsuz yorumlarına olumlu olarak çok sık yanıt verdiğini bildirmektedir (ör: bence harika görünüyorsun) ya da hiç yorum yapmayabilirler (O'Dougherty vd., 2011), birçok birey arkadaşlarının kilo konuşmalarına karşılık yorumsuz kaldıklarını belirttikleri yanıtlar verdiklerini bildirmişlerdir (Salk ve Engeln-Maddox, 2011a). Araştırmacılar yanıtların kural olarak bağlı olduğu sonucuna varmışlardır; Pozitif, destekleyici ve kilo değerlendirmelerinden yoksun olduğunu bildirmişlerdir (O'Dougherty vd., 2011). Bunlarla beraber bu tarz normatif yanıtlara rağmen inkar ve karşılıksız yanıt alan bireyler onlara inanmakta güçlük çeker ve bu cevaplar tarafından nadiren ikna edilebilirler (O'Dougherty vd., 2011; Salk ve Engeln-Maddox, 2011a).

Çünkü kilo konuşmaları olumsuz benlik algıları tarafından kontrol edilmekte ve yönlendirilmekte (Arroyo ve Harwood, 2012), bu tarz cevaplar etki yaratmayabilir bunun sebebi bireyin kendisine bakış açısıyla çelişebilmekte olmasıdır (North ve Swann, 2009; Swann, 1983).

2.2.1.1. Onaylama Teorisi

İletişim araştırmacıları kilo ile ilgili olumsuz düşünce ve görüşlere daha çok etki eden yanıtlar ortaya çıkarıldığı saptanmış, bu görüşlerde kilo konuşmalarına karşı olarak çelişkili cevaplar olarak düşünülmüştür (Arroyo vd., 2017). Başkalarıyla yapılan kilo ile ilgili konuşmalarda, konuşmacıların birbirlerinin vücut ve kiloları hakkında doğrulama ve anlama çabasının en etkili ve yardımcı olan yol olduğu bildirilmiştir (Dailey, Richards ve Romo, 2010; Dailey, Romo ve McCracken, 2010; Dailey, Romo ve Thompson, 2011).

Dailey ve çalışma arkadaşlarının 2011, çalışmasında ayrıca kilo yönetimi ile ilgili görüşmelerin romantik eş veya eşlerin, arkadaşların, ailenin, kardeşlerin ve akrabaların sık sık güven verici yorumları yaptığını, cesaret yorumları ve karşılıklı katılımın (ör: spor yapmaya devam et kilo vermesen bile uzun sürede etkisi olacaktır) ve tavsiye veya bilgi içerikli yorumlar (ör: minimum iki gün spor yapmalı ve daha sağlıklı beslenmelisin) saptanmıştır. Bu daha az kısıtlı kurallara bağlı yorumlar bazı bireylerin diğerlerinin vücuduyla ilgili kaygılarına ilişkin endişelerine zahmetsiz bir inkardan daha fazlasıyla cevap vermektedir (Salk ve Engeln-Maddox, 2011a). İnkâr, gerçek kaygıların göz ardı edilerek tasvir edilebilir örneğin şişman değilsin, bu sebeple birçok birey özünde şişman olmadıklarına dair güven veren yorumlar duymak istemektedir (Salk ve Engeln-Maddox, 2011a). Bu tercihler onaylama teorisi ile ilişkilendirilebilir ve desteklenebilir (Dailey, Richards ve Romo, 2010), bu bireylerin daha olumlu ve onaylanan bir benlik duygusu elde etmek için başka bireyler tarafından onay duyma ihtiyacının gerekliliğini sürmektedir.

Onay teorisi, bireylerin benlik algısının sosyal etkileşimleriyle şekillendiğini, iletilen mesajların onaylanmasının kişisel ve psikososyal gelişmeyi nasıl kolaylaştırdığına odaklanan (ör: benlik saygısı ve kimlik gücü; Buber, 1965) ve sağlıklı davranışları teşvik etmektedir (Dailey vd., 2010).

Onaylanan mesajların içeriğinde bireyin benzersiz, saygılı ve değerli bir değer olarak doğrulamak ve kişilerin kendilerini daha çok değerlendirmeye yönlendirmek olduğu düşünülmekte, bu mesajlar indirim, yargılama veya başka bir şeyi reddetme, kişileri daha az değerlendirmeye sevk etmektedir (Dailey vd.,

2010, s. 646). Fakat, onay; kayıtsız şartsız olumlu değ erlendirmenin ötesinde, başka bireylerin kendi düşüncelerini ve davranışlarını etkileyerek daha büyük bir potansiyele ulaşmalarına zorunlu kılabilmektedir.

3. BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma tanımlayıcı bir araştırma olup, Öğrencilerin Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği ve Eşli Ruminasyon Ölçeği puanlarının Yeme Tutum Testi puanlarının belirlenmesi amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılarak yapılmıştır.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırma evrenini 2018-2019 öğrenim yılında KKTC’de kurulu Yakın Doğu Üniversitesi’ne devam eden üniversite öğrencileri oluşturmaktadır.

Araştırma evreninin tamamına ulaşılması, zaman, maliyet ve kontrol açısından güç olacağından dolayı evreni temsil edecek şekilde seçkili örnekleme yöntemi kullanılarak %95 güven düzeyi ve %5 örnekleme hatası ile 385 öğrenci ile görüşme gerçekleştirilmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

3.3.1. Kişisel Bilgi formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet, anne-baba eğitim durumu gibi demografik özellikleri ve vücut ağırlığı-boy uzunluğu gibi antropometrik ölçümlerinin belirlenmesi amacıyla yöneltilmiş sorular yer almaktadır.

3.3.2. Yeme Tutum Testi (YTT-40)

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin yeme davranışlarındaki olası bozuklukları belirlemek amacıyla orijinalini Garner ve Garfinkel (1979)'in geliştirdiği ve Türkçe uyarlama çalışmasını Savaşır ve Erol (1989) 'un yaptığı Yeme Tutum Testi kullanılmıştır. Yeme tutum testi Yeme tutum testi altılı derecelendirmenin kullanıldığı 40 maddeden oluşan bir ölçme aracıdır. Alan 1, 18, 19, 23, 27 ve 39 numaralı maddeler bazen 1 puan, nadiren 2 puan ve hiçbir zaman 3 olacak şekilde puanlanmış diğer seçenekler ise 0 olarak puanlanmıştır. Ölçekte bulunan diğer maddeler ise daima 3 puan, çok sık 1 puan ve diğer seçenekler 0 puan olacak şekilde puanlanmaktadır. Yeme tutum testinin kesme puanı 30 olup, 30'un altında puan alan bireylerde yeme bozukluğu görülmektedir. Bu çalışmada ölçeğe dair hesaplanan Cronbach alfa değeri 0,89'dur.

3.3.2. Eşli Ruminasyon Ölçeği

Öğrencilerin ruminasyonlarının belirlenmesi maksadıyla orijinali Ross (2002) tarafından geliştirilip, Türkçe uyarlama çalışması Bugay ve Baker tarafından yapılan Eşli Ruminasyon Ölçeği kullanılmıştır. Eşli Ruminasyon Ölçeği beşli likert tipte bir ölçek olup 27 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin geçerlik-güvenirlilik çalışması neticesinde tek boyuttan oluştuğu ve Cronbach alfa değerinin 0,89 olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmada hesaplanan cronbach alfa değeri ise 0,95 bulunmuştur.

3.3.3. Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği

Araştırmaya katılan öğrencilerin bedenlerinin boyutu ve şekli hakkında olumsuz konuşma eğilimini değerlendirmek amacıyla orijinali Engeln-Maddox, Salk ve Miller (2012) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlama çalışması Akın ve arkadaşları tarafından 2013 yılında yapılan Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği kullanılmıştır. Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği yedili derecelendirme kullanılarak hazırlanan 13 sorudan oluşmaktadır. Ölçek maddelerine verilen yanıtlar 1 (asla) ve 7 (her zaman) şeklindedir. Akın ve arkadaşları (2013)

tarafından yapılan geçerlik-güvenirlik çalışmasında Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeğinin beden kaygıları ve beden karşılaştırması olmak üzere iki alt boyutundan olduğu tespit edilmiş ve ölçek geneline ait Cronbach alfa katsayısı 0,86 bulunmuştur. Bu araştırmada ölçeğin Cronbach alfa değeri 0,884 bulunmuştur. Öğrencilerin Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği ve Eşli Ruminasyon Ölçeği puanlarının Yeme Tutum Testi puanlarını yordama durumu regresyon analiz ile incelenmiştir.

3.4. Verilerin Toplanması

Çalışmanın evreni 04 Ocak 2019- 08 Ocak 2019 tarihleri arasında Yakın Doğu Üniversitesi öğrencileri ile ders öğretmenlerinden izin alınarak, 18-60 yaş arası seçkili örneklem kullanılarak hesaplanılan toplam 385 gönüllü katılımcılara anket çalışmaları dağıtılarak anket çalışması yapılmıştır. Gönüllü olarak katılan tüm katılımcılara anket ve çalışma hakkında kısaca bilgi ve onamlar sunulmuştur.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin istatistiksel olarak çözümlenmesi Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 25.0 yazılımı kullanılarak analiz edilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özelliklerine ait frekans analizi sonuçları verilmiştir. Öğrencilerin antropometrik ölçümlerine ve Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarına ait tanımlayıcı istatistikler gösterilmiştir. Araştırma hipotezlerinin test edilmesinde veri setinin normal dağılıma uyumuna Kolmogorov-Smirnov testi, QQ pilot grafiği ve basıklık-çarpıklık katsayıları incelenerek belirlenmiş ve veri setinin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Buna göre öğrencilerin cinsiyetlerine, uyruklarına, sigara-alkol kullanma ve spor yapma durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarının karşılaştırılmasında bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır. Öğrencilerin yaşlarına, sınıflarında, gelirlerine ve ebeveyn eğitim durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanları ANOVA ile karşılaştırılmış ve post-hoc test olarak Tukey testi seçilmiştir.

Öğrencilerin antropometrik ölçümlerine ve Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanları arasındaki korelasyonlar Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir.

4. BÖLÜM

BULGULAR

Tablo 1.

Öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerinin dağılımı (n=385)

	Sayı(n)	Yüzde(%)
Cinsiyet		
Kadın	205	53,25
Erkek	180	46,75
Yaş grubu		
20 yaş ve altı	127	32,99
21-22 yaş arası	146	37,92
23 yaş ve üzeri	112	29,09
Uyruk		
KKTC	57	14,81
TC	328	85,19
Sınıf		
I.'nci sınıf	77	20,00
II.'nci sınıf	79	20,52
III.'ncü sınıf	123	31,95
IV.'ncü sınıf	106	27,53
Gelir durumu		
Gelir giderden az	67	17,40
Gelir gidere denk	267	69,35
Gelir giderden fazla	51	13,25
Sigara kullanma durumu		
Kullanan	161	41,82
Kullanmayan	224	58,18
Alkol kullanma durumu		
Kullanan	176	45,71
Kullanmayan	209	54,29
Spor yapma durumu		
Yapan	158	41,04
Yapmayan	227	58,96
Anne eğitim durumu		
İlköğretim ve altı	189	49,09
Lise	132	34,29
Lisans/lisansüstü	64	16,62
Baba eğitim durumu		
İlköğretim ve altı	134	34,81
Lise	161	41,82
Lisans/lisansüstü	90	23,38

Tablo 1’de araştırmaya dahil edilen öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerinin dağılımı verilmiştir.

Tablo 1 incelendiğinde, araştırmaya dahil edilen öğrencilerin %53,25’inin kadın, %46,75’inin erkek, %32,99’unun 20 yaş ve altı, %37,92’sinin 21-22 yaş arası ve %29,09’unun 23 yaş ve üzeri yaş grubuna mensup olduğu, %14,81’inin KKTC uyruklu, %85,19’unun TC uyruklu, %20’sinin 1. Sınıf, %20,52’sinin 2. Sınıf, %31,95’inin 3. Sınıf ve %27,53’ünün 4. Sınıf oldukları tespit edilmiştir. Katılımcıların %17,40’ının geliri giderinden az, %69,35’inin geliri giderine denk, %13,25’inin geliri giderinden fazla, %41,82’si sigara kullanan, %58,18’i sigara kullanmayan, %45,71’i alkol kullanan, %54,29’u alkol kullanmayan, %41,04’ü spor yapan, %58,96’sı spor yapmayan bireylerden oluşmaktadır. Araştırmaya dahil olan öğrencilerin %49,09’unun anne eğitim durumu ilköğretim ve altı, %34,29’unun lise mezunu, %16,62’sinin lisans/lisans üstü mezunu, %34,81’inin baba eğitim durumunu ilköğretim ve altı, %41,82’sinin lise mezunu ve %23,38’inin lisans/lisansüstü mezunu oldukları saptanmıştır.

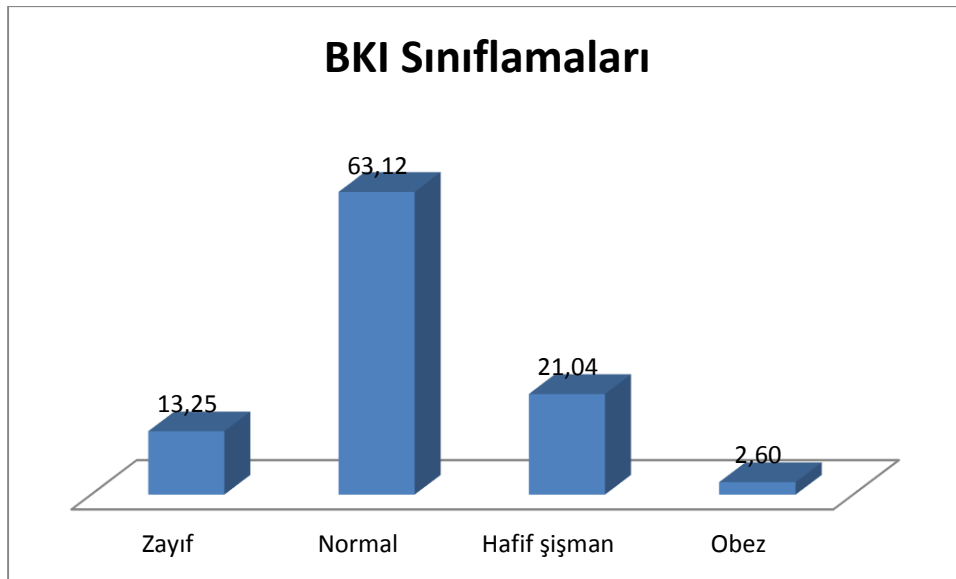
Tablo 2.

Öğrencilerin antropometrik ölçümlerine ait tanımlayıcı istatistikler (n=385)

	n	$\bar{x}$	s	Min	Max
Vücut ağırlığı (kg)	385	66,51	14,28	38,00	130,00
Boy uzunluğu (cm)	385	170,63	8,68	140,00	195,00
BKI (kg/m²)	385	22,73	3,96	13,96	42,45

Tablo 2’de öğrencilerin antropometrik ölçümlerine ait tanımlayıcı istatistikler verilmiştir.

Tablo 2 incelendiğinde, araştırma kapsamına alınan öğrencilerin vücut ağırlık ortalamasının $66,51 \pm 14,28$, minimum 38, maksimum 130 kilo, boy uzunluğu ortalamasının $170,63 \pm 8,68$, minimum 140, maksimum 195 cm, BKI ortalamasının $22,73 \pm 3,96$, minimum 13,96, maksimum 42,45 kg/m² olduğu tespit edilmiştir.



Şekil I. Öğrencilerin BKI sınıflamalarına göre dağılımı

Şekil I.'de öğrencilerin BKI sınıflamalarına göre dağılımı çubuk grafik olarak verilmiştir.

Şekil I incelendiğinde, araştırmaya dahil olan öğrencilerin %13,25'inin zayıf, %63,12'sinin normal, %21,04'ünün hafif şişman ve %2,60'ının obez sınıfına mensup katılımcılardan oluştuğu görülmektedir.

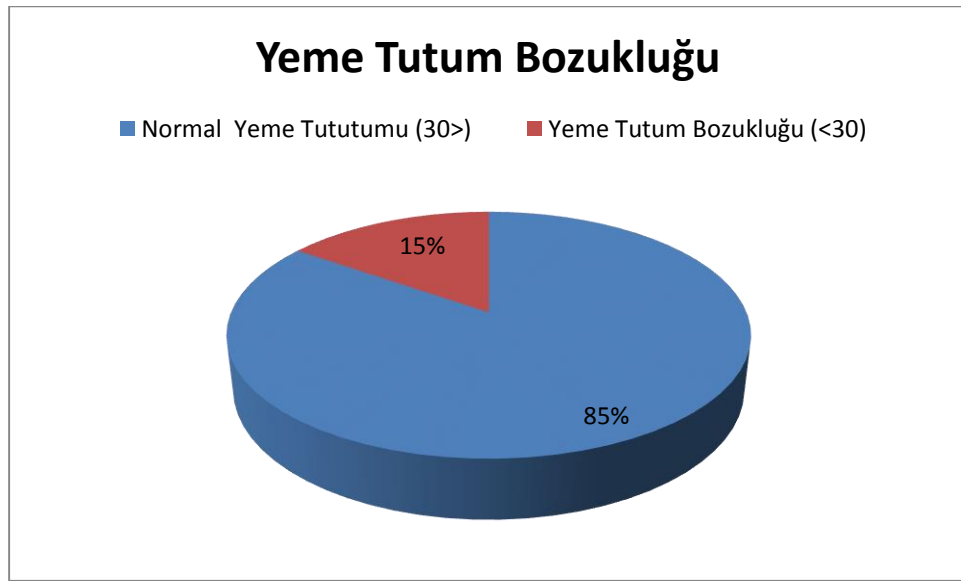
Tablo 3.

Öğrencilerin Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarına ait tanımlayıcı istatistikler (n=385)

	n	$\bar{x}$	s	Min	Max
Beden Kaygıları	385	20,69	9,77	7	48
Beden karşılaştırılması	385	15,83	6,97	6	38
Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği	385	36,52	14,91	13	83
Eşli Ruminasyon Ölçeği	385	85,56	21,97	35	135
Yeme Tutum Testi	385	55,82	22,76	0	101

Tablo 3'te öğrencilerin Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarına ait tanımlayıcı istatistikler verilmiştir.

Tablo 3 incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği alt boyutları olan Beden kaygılarından ortalama $20,69 \pm 9,77$, minimum 7, maksimum 48 puan, Beden karşılaştırmasından ortalama $15,83 \pm 6,97$, minimum 6, maksimum 38 puan, Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçek genelinden ortalama $36,52 \pm 14,91$ minimum 13, maksimum 83 puan, Eşli Ruminasyon Ölçeğinden ortalama 85,56, minimum 35, maksimum 135 puan ve Yeme Tutum Testi ölçeğinden ortalama $55,82 \pm 22,76$, minimum 0, maksimum 101 puan aldıkları tespit edilmiştir.



Şekil II. Öğrencilerin yeme tutum bozukluğu olması durumuna göre dağılımı

Şekil II.'de verilen Öğrencilerin yeme tutum bozukluğu olması durumuna göre dağılımı incelendiğinde, öğrencilerin %15'inde yeme tutum bozukluğu (30'un altında puan alanlar) olduğu saptanmıştır.

Tablo 4.

Öğrencilerin cinsiyetlerine göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarının karşılaştırılması(n=385)

	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	s	t	p
Beden Kaygıları	Kadın	205	22,26	10,24	3,411	0,001*
	Erkek	180	18,91	8,90		
Beden karşılaştırılması	Kadın	205	16,88	7,30	3,180	0,002*
	Erkek	180	14,64	6,40		
Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği	Kadın	205	39,14	15,84	3,737	0,000*
	Erkek	180	33,54	13,20		
Eşli Ruminasyon Ölçeği	Kadın	205	88,36	21,71	2,690	0,007*
	Erkek	180	82,37	21,90		
Yeme Tutum Testi	Kadın	205	54,92	22,12	-0,833	0,405
	Erkek	180	56,86	23,50		

* $p<0,05$

Tablo 4'te öğrencilerin cinsiyetlerine göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanları bağımsız örneklem t testi kullanılarak karşılaştırılmıştır.

Tablo 4 incelendiğinde, araştırmaya dahil olan öğrencilerin cinsiyetlerine göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği alt boyutları olan Beden kaygıları ve Beden karşılaştırmaları alt boyutları ile Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçek genel puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Kadın katılımcıların Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçek genel puanları ile Beden kaygıları ve Beden karşılaştırmaları puanları, erkek katılımcıların puanlarından daha yüksek hesaplanmıştır ve cinsiyetler arasındaki puan farkı istatistiksel olarak anlamlı düzeydedir.

Katılımcıların cinsiyetlerine göre Eşli Ruminasyon Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardır ($p<0,05$). Kadın katılımcıların Eşli Ruminasyon Ölçek puanları, erkek katılımcıların puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin cinsiyetlerine göre Yeme Tutum Testi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur ($p>0,05$). Erkek öğrencilerin Yeme Tutum Testi puanları, kadın katılımcıların puanlarından daha yüksek hesaplanmasına karşın aralarındaki fark istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir.

Tablo 5.

Öğrencilerin yaş gruplarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarının karşılaştırılması (n=385)

	Yaş Grubu	n	$\bar{x}$	s	Min	Max	F	p	Fark
Beden Kaygıları	20 yaş ve altı	127	21,61	10,28	7	48	2,138	0,119	
	21-22 yaş arası	146	21,10	10,29	7	45			
	23 yaş ve üzeri	112	19,13	8,26	7	39			
Beden karşılaştırılması	20 yaş ve altı	127	16,18	7,10	6	35	1,300	0,274	
	21-22 yaş arası	146	16,21	7,57	6	38			
	23 yaş ve üzeri	112	14,94	5,93	6	34			
Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği	20 yaş ve altı	127	37,79	15,20	15	81	2,202	0,112	
	21-22 yaş arası	146	37,32	16,36	13	83			
	23 yaş ve üzeri	112	34,06	12,18	15	73			
Eşli Ruminasyon Ölçeği	20 yaş ve altı	127	87,83	21,24	45	130	1,027	0,359	
	21-22 yaş arası	146	84,64	20,40	38	125			
	23 yaş ve üzeri	112	84,17	24,62	35	135			
Yeme Tutum Testi	20 yaş ve altı	127	59,87	20,88	5	101	3,077	0,047*	1-3
	21-22 yaş arası	146	54,25	23,32	4	97			
	23 yaş ve üzeri	112	53,29	23,65	0	96			

* $p<0,05$

Tablo 5'te öğrencilerin yaş gruplarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarının karşılaştırılmasına dair ANOVA sonuçları gösterilmiştir.

Tablo 5 incelendiğinde, araştırmaya dahil edilen öğrencilerin yaş gruplarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği alt boyutları olan Beden kaygıları ve Beden karşılaştırmaları alt boyutları ile Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçek genel puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Yaş gruplarına bakılmaksızın katılımcılar ölçek genelinden ve ölçeğin alt boyutlarından benzer puanlar almışlardır.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin yaş gruplarına göre Eşli Ruminasyon Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur ($p>0,05$). 20 yaş ve altı yaş grubuna mensup katılımcıların Eşli Ruminasyon Ölçek puanları, 21-22 yaş arası ve 23 yaş ve üzeri yaş grubuna mensup katılımcıların puanlarından daha yüksek hesaplanmasına karşın yaş grupları arasındaki puan farkı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir.

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin yaş gruplarına göre Yeme Tutum Testi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). 20 yaş ve altı yaş grubuna mensup öğrencilerin Yeme Tutum Testi puanları, 21 yaş ve üzerinde olan katılımcıların puanlarından daha yüksek hesaplanmıştır ve yaş grupları arasındaki puan farkı istatistiksel olarak anlamlı düzeydedir.

Tablo 6.

Öğrencilerin uyruklarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarının karşılaştırılması(n=385)

	Uyruk	n	$\bar{x}$	s	t	p
Beden Kaygıları	KKTC	57	21,18	10,43	0,403	0,687
	TC	328	20,61	9,67		
Beden karşılaştırılması	KKTC	57	15,21	6,12	-0,727	0,467
	TC	328	15,94	7,12		
Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği	KKTC	57	36,39	15,84	-0,076	0,939
	TC	328	36,55	14,77		
Eşli Ruminasyon Ölçeği	KKTC	57	95,77	21,74	3,871	0,000*
	TC	328	83,78	21,56		
Yeme Tutum Testi	KKTC	57	56,51	23,23	0,246	0,806
	TC	328	55,70	22,72		

* $p<0,05$

Tablo 6'da öğrencilerin uyruklarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanları bağımsız örneklem t testi kullanılarak karşılaştırılmıştır.

Tablo 6 incelendiğinde, araştırmaya dahil olan öğrencilerin uyruklarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği alt boyutları olan Beden kaygıları ve Beden karşılaştırmaları alt boyutları ile Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçek genel puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). TC uyruklu öğrencilerin söz konusu ölçeklerden aldıkları puan ortalaması, KKTC uyruklu öğrencilerin puan ortalamasından daha yüksek bulunmasına karşın, uyruklar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir. Katılımcıların uyruklarına göre Eşli Ruminasyon Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). KKTC uyruklu katılımcıların Eşli Ruminasyon Ölçek puanları, TC uyruklu katılımcıların puanlarından daha yüksek bulunmuştur ve katılımcıların uyrukları arasındaki puan farkı istatistiksel olarak anlamlı düzeydedir.

Araştırmaya dahil olan öğrencilerin uyruklarına göre Yeme Tutum Testi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır ($p>0,05$). KKTC uyruklu öğrencilerin Yeme Tutum Testi puanları, TC uyruklu öğrencilerin puanlarından daha yüksek hesaplanmış olmasına karşın uyruklar arasındaki puan farkı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir.

Tablo 7.

Öğrencilerin sınıflarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarının karşılaştırılması(n=385)

	Sınıf	n	$\bar{x}$	s	Min	Max	F	p	Fark
Beden Kaygıları	I.'nci sınıf	77	21,71	11,11	7	48	0,621	0,601	
	II.'nci sınıf	79	19,84	8,54	7	43			
	III.'ncü sınıf	123	20,26	9,83	7	46			
	IV.'ncü sınıf	106	21,09	9,57	7	40			
Beden karşılaştırılması	I.'nci sınıf	77	15,13	7,19	6	35	1,141	0,332	
	II.'nci sınıf	79	17,00	6,52	6	33			
	III.'ncü sınıf	123	15,89	7,71	6	38			
	IV.'ncü sınıf	106	15,40	6,18	6	34			
Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği	I.'nci sınıf	77	36,84	16,01	15	81	0,048	0,986	
	II.'nci sınıf	79	36,84	13,91	15	75			
	III.'ncü sınıf	123	36,15	16,03	13	83			
	IV.'ncü sınıf	106	36,49	13,60	16	73			
Eşli Ruminasyon Ölçeği	I.'nci sınıf	77	93,01	21,75	59	130	5,892	0,001*	1-2
	II.'nci sınıf	79	86,35	20,89	38	128			1-3
	III.'ncü sınıf	123	79,95	21,30	35	123			1-4
	IV.'ncü sınıf	106	86,05	22,22	38	135			
Yeme Tutum Testi	I.'nci sınıf	77	62,55	20,14	22	92	3,214	0,023*	1-2
	II.'nci sınıf	79	54,71	22,44	0	101			1-3
	III.'ncü sınıf	123	52,54	22,46	9	96			1-4
	IV.'ncü sınıf	106	55,58	24,39	5	97			

* $p<0,05$

Tablo 7’de öğrencilerin sınıflarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarının karşılaştırılması verilmiştir. ANOVA testi kullanılarak karşılaştırılan öğrencilerin sınıflarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği alt boyutları olan Beden kaygıları ve Beden karşılaştırmaları alt boyutları ile Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçek genel puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı görülmüştür ($p>0,05$). Öğrencilerin sınıflarına bakılmaksızın söz konusu ölçeklerden benzer puanlar aldıkları görülmüştür.

Katılımcıların sınıflarına göre Eşli Ruminasyon Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardır ($p<0,05$). 1. Sınıfa olan öğrencilerin Eşli Ruminasyon Ölçek puanları, 2., 3. ve 4. Sınıfa giden öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin sınıflarına göre Yeme Tutum Testi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardır ($p<0,05$). 1. Sınıf olan öğrencilerin Yeme Tutum Testi puanları, 2., 3. ve 4. Sınıf olan öğrencilerin puanlarından daha yüksek hesaplanmıştır. Öğrencilerin sınıfları arasındaki puan farkı istatistiksel olarak anlamlı düzeydedir.

Tablo 8.

Öğrencilerin gelir durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarının karşılaştırılması (n=385)

	Gelir	n	$\bar{x}$	s	Min	Max	F	p	Fark
Beden Kaygıları	Gelir giderden az	67	22,01	9,42	7	43	1,448	0,236	
	Gelir gidere denk	267	20,13	9,70	7	48			
	Gelir giderden fazla	51	21,90	10,48	7	42			
Beden karşılaştırılması	Gelir giderden az	67	17,25	7,56	7	34	2,282	0,104	
	Gelir gidere denk	267	15,72	6,62	6	38			
	Gelir giderden fazla	51	14,57	7,79	6	33			
Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği	Gelir giderden az	67	39,27	15,63	18	75	1,414	0,244	
	Gelir gidere denk	267	35,85	14,48	13	83			
	Gelir giderden fazla	51	36,47	16,04	13	71			
Eşli Ruminasyon Ölçeği	Gelir giderden az	67	88,94	23,91	35	128	3,761	0,024*	1-3
	Gelir gidere denk	267	86,10	21,89	38	135			
	Gelir giderden fazla	51	78,24	18,27	43	116			
Yeme Tutum Testi	Gelir giderden az	67	55,25	24,16	5	94	0,192	0,826	
	Gelir gidere denk	267	56,27	21,61	0	101			
	Gelir giderden fazla	51	54,25	26,85	4	87			

* $p<0,05$

Tablo 8’de öğrencilerin gelir durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarının karşılaştırılmasına ait ANOVA sonuçları verilmiştir.

Öğrencilerin gelir durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği alt boyutları olan Beden kaygıları ve Beden karşılaştırmaları alt boyutları ile Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçek genel puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Geliri giderinden fazla olan katılımcıların söz konusu ölçeklerden aldıkları puanlar, diğerlerinden daha yüksek bulunmasına karşın, gelir durumları arasındaki puan farkı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin gelir durumlarına göre Eşli Ruminasyon Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Geliri giderinden az olan katılımcıların Eşli Ruminasyon Ölçek puanları, geliri giderinden fazla olan katılımcıların puanlarından daha yüksek hesaplanmıştır. Gelir durumları arasındaki puan farkı istatistiksel olarak anlamlı düzeydedir.

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin gelir durumlarına göre Yeme Tutum Testi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı görülmüştür ($p>0,05$). Geliri giderine denk olan öğrencilerin Yeme Tutum Testi puanları, diğer katılımcıların puanlarından daha yüksek hesaplanmasına karşın, gelir durumları arasındaki puan farkı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir.

Tablo 9.

Öğrencilerin sigara kullanma durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarının karşılaştırılması(n=385)

	Sigara kullanma durumu	n	$\bar{x}$	s	t	p
Beden Kaygıları	Kullanan	161	21,58	10,29	1,518	0,130
	Kullanmayan	224	20,05	9,35		
Beden karşılaştırılması	Kullanan	161	15,32	7,32	-1,213	0,226
	Kullanmayan	224	16,20	6,71		
Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği	Kullanan	161	36,91	15,87	0,426	0,670
	Kullanmayan	224	36,25	14,20		
Eşli Ruminasyon Ölçeği	Kullanan	161	86,75	23,25	0,900	0,369
	Kullanmayan	224	84,70	21,02		
Yeme Tutum Testi	Kullanan	161	56,68	23,06	0,628	0,530
	Kullanmayan	224	55,21	22,58		

Tablo 9’da öğrencilerin sigara kullanma durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarının karşılaştırılması bağımsız örneklem t testi kullanılarak verilmiştir.

Tablo 9 incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin sigara kullanma durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği alt boyutları olan Beden kaygıları ve Beden karşılaştırmaları alt boyutları ile Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçek genel puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Sigara kullanan ve kullanmayan katılımcıların söz konusu ölçeklerden aldıkları puanlar benzerlik göstermektedir.

Katılımcıların sigara kullanma durumlarına göre Eşli Ruminasyon Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı görülmüştür ($p>0,05$). Sigara kullanan katılımcıların Eşli Ruminasyon Ölçek puanları, sigara kullanmayan katılımcıların puanlarından daha yüksek bulunmasına karşın aralarındaki puan farkı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir.

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin sigara kullanma durumlarına göre Yeme Tutum Testi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur ($p>0,05$).

Sigara kullanan ve sigara kullanmayan katılımcılar Yeme Tutum Testi ölçeğinden benzer puanlar almışlardır.

Tablo 10.

Öğrencilerin alkol kullanma durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarının karşılaştırılması(n=385)

	Alkol kullanma durumu	n	$\bar{x}$	s	t	p
Beden Kaygıları	Kullanan	176	21,56	9,82	1,594	0,112
	Kullanmayan	209	19,97	9,70		
Beden karşılaştırılması	Kullanan	176	15,88	7,13	0,113	0,910
	Kullanmayan	209	15,79	6,86		
Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği	Kullanan	176	37,43	15,17	1,096	0,274
	Kullanmayan	209	35,76	14,68		
Eşli Ruminasyon Ölçeği	Kullanan	176	88,54	22,30	2,461	0,014*
	Kullanmayan	209	83,04	21,42		
Yeme Tutum Testi	Kullanan	176	54,99	22,49	-0,660	0,510
	Kullanmayan	209	56,53	23,02		

* $p<0,05$

Tablo 10'da öğrencilerin alkol kullanma durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarının karşılaştırılması bağımsız örneklem t testi kullanılarak verilmiştir.

Tablo 10 incelendiğinde, araştırma kapsamına alınan öğrencilerin alkol kullanma durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği alt boyutları olan Beden kaygıları ve Beden karşılaştırmaları alt boyutları ile Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçek genel puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Alkol kullanma durumlarına bakılmaksızın katılımcıların Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği ve ölçeğin alt boyutlarından aldıkları puanlar benzerdir.

Araştırmaya dahil olan öğrencilerin alkol kullanma durumlarına göre Eşli Ruminasyon Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Alkol kullanan katılımcıların Eşli Ruminasyon Ölçek

puanları, alkol kullanmayan katılımcıların puanlarından daha yüksek hesaplanmıştır. Öğrencilerin alkol kullanım durumlarına göre ölçekten aldıkları puanlar istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir.

Katılımcı öğrencilerin alkol kullanma durumlarına göre Yeme Tutum Testi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur ($p>0,05$). Alkol kullanmayan öğrencilerin Yeme Tutum Testi puanları, alkol kullanan öğrencilerin puanlarından daha yüksek bulunmasına karşın aralarındaki fark istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir.

Tablo 11.

Öğrencilerin spor yapma durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarının karşılaştırılması(n=385)

	Spor yapma durumu	n	$\bar{x}$	s	t	p
Beden Kaygıları	Yapan	158	20,42	9,83	-0,462	0,645
	Yapmayan	227	20,89	9,75		
Beden karşılaştırılması	Yapan	158	15,69	6,05	-0,331	0,741
	Yapmayan	227	15,93	7,56		
Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği	Yapan	158	36,11	14,10	-0,457	0,648
	Yapmayan	227	36,81	15,47		
Eşli Ruminasyon Ölçeği	Yapan	158	86,47	22,15	0,679	0,497
	Yapmayan	227	84,92	21,88		
Yeme Tutum Testi	Yapan	158	53,77	22,55	-1,477	0,140
	Yapmayan	227	57,25	22,85		

Tablo 11’de öğrencilerin spor yapma durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarının karşılaştırılması verilmiştir.

Bağımsız örneklem t testi kullanılarak karşılaştırılan öğrencilerin spor yapma durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği alt boyutları olan Beden kaygıları ve Beden karşılaştırmaları alt boyutları ile Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçek genel puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı

belirlenmiştir ($p>0,05$). Spor yapan ve spor yapmayan katılımcıların söz konusu ölçeklerden aldıkları puanlar benzerdir.

Katılımcıların spor yapma durumlarına göre Eşli Ruminasyon Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı görülmüştür ($p>0,05$). Spor yapan katılımcıların Eşli Ruminasyon Ölçek puanları, spor yapmayan katılımcıların puanlarından daha yüksek bulunmasına karşın aralarındaki puan farkı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir.

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin spor yapma durumlarına göre Yeme Tutum Testi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur ($p>0,05$). Spor yapan ve spor yapmayan katılımcılar Yeme Tutum Testi ölçeğinden aldıkları puanlar benzerdir.

Tablo 12.

Öğrencilerin anne eğitim durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarının karşılaştırılması (n=385)

	Anne Eğt.	n	$\bar{x}$	s	Min	Max	F	p	Fark
Beden Kaygıları	İlköğretim ve altı	189	19,43	8,78	7	46	4,601	0,011*	1-2
	Lise	132	21,10	10,51	7	48			1-3
	Lisans/lisansüstü	64	23,59	10,43	8	45			
Beden karşılaştırılması	İlköğretim ve altı	189	16,06	6,91	6	36	2,571	0,078	
	Lise	132	14,86	6,36	6	33			
	Lisans/lisansüstü	64	17,16	8,11	6	38			
Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği	İlköğretim ve altı	189	35,49	13,88	13	80	3,155	0,044*	1-2
	Lise	132	35,95	15,38	13	81			2-3
	Lisans/lisansüstü	64	40,75	16,32	18	83			
Eşli Ruminasyon Ölçeği	İlköğretim ve altı	189	85,02	20,93	35	135	4,128	0,017*	1-2
	Lise	132	89,14	22,21	38	130			1-3
	Lisans/lisansüstü	64	79,73	23,41	38	129			
Yeme Tutum Testi	İlköğretim ve altı	189	54,08	22,71	0	97	1,206	0,301	
	Lise	132	56,96	21,61	9	97			
	Lisans/lisansüstü	64	58,63	25,07	11	101			

* $p<0,05$

Tablo 12’de öğrencilerin anne eğitim durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanları Anova testi kullanılarak karşılaştırılmış ve sonuçları verilmiştir.

Tablo 12 incelendiğinde, araştırma kapsamına alınan öğrencilerin anne eğitim durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği alt boyutu olan Beden kaygıları puanları ve Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçek genel puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Annesi lisans/lisansüstü mezunu olan katılımcıların Beden kaygıları puan ortalaması ve Olumsuz Beden konuşmaları ölçeği genel puan ortalaması anne eğitim durumu ilköğretim ve altı ile lise mezunu olan katılımcıların puan ortalamasından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği alt boyutu olan Beden karşılaştırması puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur ($p>0,05$). Anne eğitim durumlarına bakılmaksızın katılımcıların Beden karşılaştırma puanları benzerdir.

Katılımcıların anne eğitim durumlarına göre Eşli Ruminasyon Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardır ($p<0,05$). Annesi lise mezunu olan öğrencilerin Eşli Ruminasyon Ölçek puanları, diğerlerinden daha yüksektir ve anne eğitim durumları arasındaki puan farkı istatistiksel olarak anlamlı düzeydedir.

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin anne eğitim durumlarına göre Yeme Tutum Testi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır ($p>0,05$). Annesi lisans/lisansüstü mezunu olan katılımcıların söz konusu ölçekten aldıkları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksek hesaplanmıştır fakat aralarındaki fark istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir.

Tablo 13.

Öğrencilerin baba eğitim durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanlarının karşılaştırılması(n=385)

	Baba Eğt.	n	$\bar{x}$	s	Min	Max	F	p	Fark
Beden Kaygıları	İlköğretim ve altı	134	18,28	9,10	7	46	10,516	0,000*	1-2
	Lise	161	20,71	9,20	7	44			1-3
	Lisans/lisansüstü	90	24,24	10,70	7	48			
Beden karşılaştırılması	İlköğretim ve altı	134	15,37	6,90	6	35	4,712	0,010	1-3
	Lise	161	15,12	6,50	6	36			2-3
	Lisans/lisansüstü	90	17,78	7,59	6	38			
Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği	İlköğretim ve altı	134	33,66	14,10	13	75	9,140	0,000*	1-2
	Lise	161	35,84	14,11	15	80			1-3
	Lisans/lisansüstü	90	42,02	16,13	18	83			2-3
Eşli Ruminasyon Ölçeği	İlköğretim ve altı	134	85,55	19,11	42	125	0,006	0,994	
	Lise	161	85,67	25,37	35	135			
	Lisans/lisansüstü	90	85,36	19,51	43	129			
	İlköğretim ve altı	134	53,43	24,78	0	97	1,175	0,310	
Yeme Tutum Testi	Lise	161	56,80	22,09	9	94			
	Lisans/lisansüstü	90	57,64	20,68	13	101			

* $p<0,05$

Tablo 13'te öğrencilerin baba eğitim durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanları Anova testi kullanılarak karşılaştırılmış ve sonuçları verilmiştir.

Tablo 13 incelendiğinde, araştırmaya dahil edilen öğrencilerin baba eğitim durumlarına göre Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği alt boyutu olan Beden kaygıları puanları ve Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçek genel puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Babası lisans/lisansüstü mezunu olan katılımcıların Beden kaygıları puan ortalaması ve Olumsuz Beden konuşmaları ölçeği genel puanları, baba eğitim durumu ilköğretim ve altı ile lise mezunu olan katılımcıların puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksektir. Katılımcıların Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği alt boyutu olan Beden karşılaştırması puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur ($p>0,05$). Baba eğitim durumu Lisans/lisansüstü olan katılımcıların Beden karşılaştırması ölçeğinden aldıkları

puanlar daha yüksek bulunmasına karşın katılımcılar arasındaki puan farkı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir.

Katılımcıların baba eğitim durumlarına göre Eşli Ruminasyon Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur ($p>0,05$). Babası lisans/lisansüstü mezunu olan öğrencilerin Eşli Ruminasyon Ölçek puanları, diğerlerinden daha yüksek bulunmuştur fakat öğrencileri arasında tespit edilen puan farkı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir.

Araştırmaya dahil olan öğrencilerin baba eğitim durumlarına göre Yeme Tutum Testi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilememiştir ($p>0,05$). Baba eğitim durumlarına bakılmaksızın öğrencilerin ölçekten aldıkları puanlar benzerdir.

Tablo 14.

Öğrencilerin antropometrik ölçümleri ile Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanları arasındaki korelasyonlar($n=385$)

		Yaş	Vücut ağırlığı (kg)	Boy uzunluğu (cm)	BKI (kg/m ²)
Beden Kaygıları	r	-0,118	0,225	-0,170	0,378
	p	0,021*	0,000*	0,001*	0,000*
Beden karşılaştırılması	r	-0,079	-0,070	-0,197	0,039
	p	0,123	0,171	0,000*	0,441
Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği	r	-0,114	0,114	-0,204	0,266
	p	0,025*	0,025*	0,000*	0,000*
Eşli Ruminasyon Ölçeği	r	-0,085	-0,053	-0,092	-0,003
	p	0,096	0,297	0,071	0,955
Yeme Tutum Testi	r	-0,058	-0,080	0,043	-0,124
	p	0,255	0,115	0,402	0,015*

* $p<0,05$

Tablo 14'te öğrencilerin antropometrik ölçümleri ile Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanları arasındaki korelasyonlar verilmiştir.

Tablo 14 incelendiğinde, araştırmaya dahil edilen öğrencilerin antropometrik ölçümleri ile Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği genel puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde, pozitif yönlü ve güçlü korelasyon tespit edilmiştir. ($p<0,05$). Katılımcıların yaş, vücut ağırlığı, boy uzunluğu ve BKI değerleri arttıkça, Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeğinden aldıkları puanlarda da artış görülmektedir.

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin BKI değerleri ile Yeme tutum testi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde, negatif yönlü ve güçlü korelasyon saptanmıştır ($p<0,05$). Katılımcı öğrencilerin BKI değeri azaldıkça Yeme Tutum Testi puanlarında artış görülmektedir.

Tablo 15.

Öğrencilerin Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanları arasındaki korelasyonlar(n=385)

		Beden Kaygıları	Beden karşılaştırılması	Olumsuz Beden Konuşmaları	Eşli Ruminasyon Ölçeği	Yeme Tutum Testi
Beden Kaygıları	r	1,000				
	p					
Beden karşılaştırılması	r	0,574	1,000			
	p	0,000*				
Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği	r	0,924	0,844	1,000		
	p	0,000*	0,000*			
Eşli Ruminasyon Ölçeği	r	0,185	0,225	0,226	1,000	
	p	0,000*	0,000*	0,000*		
Yeme Tutum Testi	r	-0,239	-0,188	-0,245	-0,020	1,000
	p	0,000*	0,000*	0,000*	0,691	

* $p<0,05$

Tablo 15'te öğrencilerin antropometrik ölçümleri ile Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği, Eşli Ruminasyon Ölçeği ve Yeme Tutum Testi puanları arasındaki korelasyonlar verilmiştir.

Tablo 15 incelendiğinde, araştırma kapsamına alınan öğrencilerin Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği puanları ile Eşli Ruminasyon Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde, pozitif yönlü korelasyon tespit edilmiştir ($p<0,05$). Katılımcıların Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği puanları ve ölçeğe ait alt boyutlar olan Beden Kaygıları ve Beden karşılaştırması puanları arttıkça, Eşli Ruminasyon ölçeğinden aldıkları puanlarda da artış görülmektedir.

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği puanları ile Yeme Tutum testi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde, negatif yönlü korelasyon saptanmıştır ($p<0,05$). Katılımcıların Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği puanları ve ölçeğe ait alt boyutlar olan Beden Kaygıları ve Beden karşılaştırması puanları arttıkça, Yeme Tutum Testinden aldıkları puanlarda azalma görülmektedir.

Tablo 16.

Öğrencilerin Yaş, Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği ve Eşli Ruminasyon Ölçeği puanlarının Yeme Tutum Testi puanlarını yordama durumu (n=385)

	Standardize Olmayan		Standardize		
	Katsayılar		Katsayılar	t	Sig.
	β	SE	Beta		
(Sabit)	83,26	10,81		7,704	0,000
Beden Kaygıları	-0,48	0,14	-0,21	-3,416	0,001*
Beden karşılaştırılması	-0,27	0,20	-0,08	-1,346	0,179
Eşli Ruminasyon Ölçeği	0,03	0,05	0,03	0,573	0,567
Yaş	-0,73	0,42	-0,09	-1,734	0,084

* $p<0,05$, $R^2=0,070$

Tablo 16.'da verilen, öğrencilerin Yaş, Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği ve Eşli Ruminasyon Ölçeği puanlarının Yeme Tutum Testi puanlarını yordama durumuna ilişkin yapılan regresyon analizi sonuçları incelendiğinde, oluşturulan regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($p<0,05$) ve Yeme Tutum Testi puanlarındaki varyansın %7'sinin açıklandığı görülmüştür.

Öğrencilerin Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeğinde bulunan yaşlarının, beden karşılaştırılması alt boyutundan ve eşli ruminasyon ölçeğinden aldıkları puanların Yeme Tutum Testi puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Öğrencilerin Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeğinde bulunan beden kaygıları alt boyutundan aldıkları puanlar Yeme Tutum Testi puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordamaktadır ($p<0,05$). Buna göre öğrencilerin Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeğinde bulunan beden kaygıları alt boyutundan aldıkları puanların 1 birim artması, Yeme Tutum Testi puanlarını 0,46 birim azaltmaktadır. Başka bir ifadeyle öğrencilerin beden kaygıları alt boyutundan aldıkları puanların artması yeme tutum bozukluğunu artırmaktadır.

5. BÖLÜM

TARTIŞMA

Araştırmanın amacı olumsuz beden konuşmalarının (kilo konuşmaları) ve eşli ruminatif düşünce tarzının yeme tutumu üzerindeki etkisini incelemektir.

Olumsuz beden konuşmaları ölçeği ve alt ölçekleri olan beden kaygısı ve beden karşılaştırmaları ölçekleri ile kadın bireylerin erkek bireylere oranla daha fazla kilo konuşması gerçekleştiği saptanmıştır. Vega ve ark. (2014) kadın bireylerin erkek bireylere oranla daha fazla beden ve kilo kaygısı yaşadığını, sosyal olarak dayatılan estetik arketiplerinden daha fazla etkilendiğini bulmuştur. Olumsuz beden konuşması ölçeği ve alt ölçeği olan beden kaygısı puanları anne babalarının eğitimi yüksek olanlarda tespit edilmiştir. Beden karşılaştırmaları puanları ise yüksek eğitimli babaya sahip katılımcılarda bulunmuştur. Yapılan daha önceki araştırmalarda böyle bir ayırıcı özellik kontrol edilmediğinden eğitim düzeyi yüksek ebeveynlerin eleştirisel anlamda daha fazla yorum yapabildiği, bedensel görünüme eğitim düzeyi düşük bireylerden daha fazla önem verdikleri düşünülmektedir.

Katılımcıların bedensel özellikleri ve beden kaygıları ölçeği karşılaştırıldığında boy uzunluğu ve yaş arttıkça beden kaygılarının azaldığı bulunmuştur. Engeln ve Salk (2014); yaptıkları araştırmada 20 yaş altı bireylerin ergenliğe bağlı olarak daha fazla olumsuz beden konuşmaları yaptığını tespit etmişlerdir. Ayrıca 45 yaş ve üzeri kadın ve erkek bireyler ile yapılan bir araştırmada kilo konuşması arasında düşük-negatif yönde bir ilişki bulunmuştur (Martz vd. 2009). Aynı zamanda yaş arttıkça kişilerin bedensel görünümüne düşkünlüğünün azabileceğini varsayımlayabiliriz. Vücut ağırlığı ve beden kitle indeksi arttıkça beden kaygısının da arttığı ve ayrıca bedensel kitle indeksine bağlı olarak boy uzunluğu arttıkça azaldığı tespit edilmiştir.

Chow ve Tan 2014; bireylerin bedensel kitle indeksi puanlarının arttıkça bedensel görünümlerinden daha az memnun olduğunu saptamışlardır.

Bu tespite bağlı olarak bedensel kitle indeksinin de beden kaygısı yaratabileceği ve aynı zamanda boy uzunluğu arttıkça alınan kilolar fazla çok göze batmayacağından kaygının az olabileceği düşünebiliriz. Çalışmada bedensel kitle indeksi ile yeme tutumu arasında ilişki bulunamamıştır.

Eşli Ruminasyon ölçeği puanı ile kadın birey, KKTC uyruklu, geliri giderden az, alkol kullanan, anne eğitimi lise olan katılımcılarda daha yüksek olarak saptanmıştır. Düşüncelerini ve davranışlarını değiştirmek için bir başkasının kavramsallaştırılmış zorlayışı (eşli ruminasyon), bedensel memnuniyetsizliğin azaldığı ile ilişkilendiği öngörülmüştür. Farklı beden şekli ve beden ölçülerine sahip kadınlar da dahil olmak üzere kadınlar arasında vücut memnuniyetsizliği yaygın bulunmuştur (Garner, 2004).

Bu çalışmada yeme tutumu ölçeği puanları ve sosyodemografik özellikler karşılaştırıldığında 25 yaş ve üzeri bireylerde düşük bulunmuştur. 25 yaş ve üzeri bireylerde yeme tutumuna bağlı olarak yeme bozuklukları görülebilir. Literatüre bakıldığında Chow ve Tan 2014; yaş arttıkça yeme tutumu test puanlarında arttığını bulmuştur. Yeme tutumunun yaş ve cinsiyet açısından inceleyen başka bir çalışmada 18-34 yaş arası kadınların yeme bozuklukları için risk oluşturduğu bulunmuştur (Johnson ve Bedford, 2004).

Olumsuz beden konuşmaları ölçeği ve alt ölçekleri olan beden kaygısı ve beden karşılaştırmaları ölçekleri ile yeme tutumu arasında düşük düzeyde negatif bir ilişki tespit edilmiştir. Beden kaygısı beden karşılaştırmaları arttıkça katılımcıların yeme tutumları ölçeğinde azalma görülmektedir. Bu azalma ile bireylerde yeme tutum bozuklukları ve bu bozukluklara bağlı olarak zihinsel sağlık sorunları oluşabileceği düşünülmektedir. Arroyo ve Harwood 2012, buna benzer bir bulgu elde etmişlerdir, olumsuz beden konuşmalarının; vücut kaygıları ve zihinsel sağlık sorunları arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini saptamışlardır. Bununla birlikte Nichter (2000), toplumsal bir konuşma olarak olumsuz beden konuşmalarına odaklanmış olsa da kilo konuşması, daha problemlili benlik algısı ve davranışların (depresyon gibi) belirtisi olabileceğini öngörmüştür.

Bu bulgularla beraber olumsuz beden konuşmalarının (kilo konuşmalarının) kişi içi değişkenler (anoreksiya, bulimiya, kaygı bozukluğu, düşük benlik saygısı, depresyon gibi) tarafından yönlenebileceğini ve olumsuz beden konuşmalarının kişinin içsel düzeyde sonuçlara yol açabileceği ima edilmiştir. Araştırmada eşli ruminasyon ile olumsuz beden konuşmaları alt ölçekleri olan beden kaygısı ve beden karşılaştırması arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki bulunmuştur. Doyle (2013) bedene özgü yapılan eşli ruminasyon, bedensel kaygı ile pozitif, benlik saygısı ile negatif ve beden memnuniyetsizliği ile pozitif bir yönde ilişki saptamıştır. Bu çalışmamızdaki kilo konuşmalarıyla eşli ruminasyonun pozitif ilişkisini desteklemektedir.

Yeme tutumu yordamaya yönelik yapılan regresyon modelinde beden kaygısının yordayıcı en önemli faktör olduğu bulunmuştur. (Karaköse ve Baykara, 2017) yeme tutumu ile beden kaygısı arasında önemli derecede ilişki bulmuşlardır. Yeme tutumunun değişmesi ile beden kaygısı ve kişi içi değişkenlik (depresyon, kaygı gibi) sorunlarına neden olabileceğini, bedensel görünüm ve bedensel ağırlığı ile ilgili düşüncelerin yoğun olabileceğini düşünmektedirler.

6. BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinde olumsuz beden konuşmaları, eşli ruminatif düşünce tarzı ve bunların yeme tutumuna etkisini araştırılmasıdır.

Yeme tutumu ölçeği puanları ve sosyo demografik özellikler karşılaştırıldığında 1. Sınıf ve 20 yaş ve altı öğrencilerde yeme tutumu puanları daha yüksek bulunmuştur. Cinsiyet açısından herhangi bir fark bulunamamıştır.

Olumsuz beden konuşması ölçeği ve alt ölçekleri olan beden kaygısı ve beden karşılaştırması puanları kadınlarda erkeklere göre daha fazla bulunmuştur.

Olumsuz beden konuşması ölçeği ve alt ölçeği olan beden kaygısı puanları anne babalarının eğitimi yüksek olanlarda tespit edilmiştir. Beden karşılaştırması puanları ise yüksek eğitilmiş babaya sahip katılımcılarda bulunulmuştur.

Eşli ruminasyon ölçeği puanı kadın bireylerde ve KKTC uyruklu, geliri giderden az, alkol kullanan, anne eğitimi lise olan katılımcılarda daha yüksek olarak bulunmuştur.

Katılımcıların bedensel özellikleri ve beden kaygıları ölçeği karşılaştırıldığında boy uzunluğu ve yaş arttıkça beden kaygılarının azaldığı bulunmuştur. Vücut ağırlığı ve beden kitle indeksi arttıkça beden kaygısının da arttığı tespit edilmiştir.

Beden karşılaştırmaları boy uzunluğu arttıkça azaldığı tespit edilmiştir.

Olumsuz beden konuşmaları ölçeği ve alt ölçekleri olan beden kaygısı ve beden karşılaştırmaları ölçekleri ile yeme tutumu arasında düşük düzeyde negatif bir

ilişki tespit edilmiştir. Beden kaygısı beden karşılaştırması arttıkça katılımcıların yeme tutumları ölçeğinde azalma görülmektedir.

Eşli ruminasyon ile beden kaygısı ve beden karşılaştırması arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki bulunmuştur.

Yeme tutumu yordamaya yönelik yapılan regresyon modelinde beden kaygısının yordayıcı en önemli faktör olduğu bulunmuştur. Yeme tutumu ile bedensel özellikler arasında ilişki bulunamamıştır.

6.2. Öneriler

Bu çalışmada 18 yaş ve üzeri üniversite öğrencileri ile yapılması çalışmanın genç nüfus ile yapıldığı için genç nüfusa uygun bir çalışma olmuştur. Yapılacak bir sonraki araştırmalarda araştırmacıların yaş olarak daha yüksek yaş aralığını kapsayıcı bir evren kullanmaları önerilir.

Yeme tutumu ölçeği ve sosyo demografik ölçek karşılaştırmasında cinsiyet açısından fark bulunamadığından ve beden karşılaştırmaları boy uzunluğu arttıkça azaldığı tespit edildiğinden daha fazla evren örnekleme ve daha fazla zaman aralığında anketlerin yapılması önerilir.

Araştırma yalnızca Yakın Doğu Üniversite öğrencileri ile gerçekleştirildiğinden daha kapsamlı bir evren seçilmesi ileriki araştırmalar için önerilir.

İleriki araştırmalar için olumsuz beden konuşmaları ve eşli ruminasyonun birbiriyle etkileşimini daha kapsamlı ölçüle bilinmesi için katılımcılarla görüşme yapılması önerilebilir.

KAYNAKÇA

- Arroyo A., Segrin C., Harwood J. & Bonito J. A., (2017) Co- Rumination of Fat Talk and Weight Control Practices: An Application of Confirmation Theory, *Health Communication*, 32:4, 438-450, DOI: 10.1080/10410236.2016.1140263
- Arroyo, A., & Harwood, J. (2012). Exploring the causes and consequences of engaging in fat talk. *Journal of Applied Communication Research*, 40, 167–187. doi:10.1080/00909882.2012.654500
- Ata, R. N., Ludden, A. B., & Lally, M. M. (2007). The effects of gender and family, friend, and media influences on eating behaviors and body image during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 36, 1024–1037. doi:10.1007/s10964-006-9159-x
- Becker, C. B., Diedrichs, P. C., Jankowski, G., & Werchan, C. (2013). I'm not just fat, I'm old: Has the study of body image overlooked "old talk"? *Journal of Eating Disorders*, 1, 1–12.
- Bem, D. J. (1967). Self-perception: An alternative interpretation of cognitive dissonance phenomena. *Psychological Review*, 74, 183–200. doi:10.1037/h0024835
- Breines, J. G., Crocker, J., & Garcia, J. A. (2008). Self-objectification and well-being in women's daily lives. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34, 583-598. doi:10.1177/0146167207313727
- Buber, M. (1965). *The knowledge of man*. New York, NY: Harper & Row.
- Byrd-Craven, J., Geary, D. C., Rose, A. J., & Ponzi, D. (2008). Co-ruminating increases stress hormone levels in women. *Hormones and Behavior*, 53(3), 489-492. doi:10.1016/j.yhbeh.2007.12.002
- Calmes, C. A., & Roberts, J. E. (2008). Rumination in interpersonal relationships: Does co-rumination explain gender differences in emotional distress and

relationship satisfaction among college students? *Cognitive Therapy and Research*, 32, 577–590.

Chow CM and Buhrmester D (2011) Interdependent patterns of coping and support among close friends. *Journal of Social and Personal Relationships* 28: 684–705.

Chow CM and Tan CC (2014) Weight status, negative body talk, and body dissatisfaction: A dyadic analysis of male friends. DOI: 10.1177/1359105314559621 hpq.sagepub.com

Chow CM, Roelse HB, Buhrmester D, et al. (2011) Transformations in friend relationships across the transition into adulthood. In: Laursen B and Collins WA (eds) *Relationship Pathways: From Adolescence to Young Adulthood*. Thousand Oaks, CA: SAGE, pp. 91–113. *discontent. Nebraska Symposium on Motivation*, 32, 267–307.

Clausen, L., Rosenvinge, J. H., Friborg, O., & Rokkendaal, K. (2011). Validating the Eating Disorder Inventory-3 (EDI-3): A comparison between 561 female eating disorders patients and 878 females from the general population. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 33, 101–110.

Culbert, K. M., Racine, S. E., & Klump, K. L. (2015). Research review: What we have learned about the causes of eating disorders - a synthesis of sociocultural, psychological, and biological research. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 56(11), 1141–1164. doi:10.1111/jcpp.12441

Dailey, R. M., Richards, A. A., & Romo, L. K. (2010). Communication with significant others about weight management: The role of confirmation in weight management attitudes and behaviors. *Communication Research*, 37, 644–673. doi:10.1177/0093650210362688

Dailey, R. M., Romo, L. K., & McCracken, A. A. (2010). Messages about weight management: An examination of how acceptance and challenge are related to message effectiveness. *Western Journal of C*

- Dailey, R. M., Romo, L. K., & Thompson, C. M. (2011). Confirmation in couples' communication about weight management: An analysis of how both partners contribute to individuals' health behaviors and conversational outcomes. *Human Communication Research*, 37, 553– 582. doi:10.1111/hcre.2011.37.issue-4ommunication, 74, 457–483. doi:10.1080/10570314.2010.512279
- Delinsky, S. S. (2011). Body image and anorexia nervosa. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body Image: A handbook of science, practice, and prevention* (pp. 279-287). New York, NY: The Guilford Press.
- Doyle, K., (2013). A thesis presented to the faculty of The University of North Carolina at Chapel Hill in partial fulfillment of the requirements for the Bachelor of Arts degree with Honors in Psychology 5(1), 28.
- Doyle, K. (2013). Body-specific Co-rumination: Relationship with Anxiety, Self-esteem, and Body Dissatisfaction in College Women. The University of North Carolina at Chapel Hill.
- Engeln, R., & Salk, R. H., (2014). The demographics of fat talk in adult women: Age, body size, and ethnicity. *Journal of Health Psychology* 1-10. Doi: 10.1177/1359105314560918 hpq.sagepub.com
- Festinger L (1954) A theory of social comparison processes. *Human Relations* 7: 117–140.
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 173 – 206.
- Fredrickson, B. L., Roberts, T., Noll, S. M., Quinn, D. M., & Twenge, J. M. (1998). That swimsuit becomes you: Sex differences in self-objectification, restrained eating, and math performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 269-284. doi:10.1037/0022-3514.75.1.269

- Gapinski, K. D., Brownell, K. D., & LaFrance, M. (2003). Body objectification and “fat talk”: Effects on emotion, motivation, and cognitive performance. *Sex Roles*, 48, 377–388. doi:10.1023/A:1023516209973
- Garner, D. M. (2004). *Eating Disorder Inventory - Third Edition (EDI-3)*. Lutz, FL: Psychological Assessment Resources.
- Harrison, K., Taylor, L. D., & Marske, A. L. (2006). Women’s and men’s eating behavior following exposure to ideal-body images and text. *Communication Research*, 33, 507–529.
- Jarry JL.(1998). The meaning of body image for women with eating disorders. *Can J Psychiatry*; 43:367-374.
- Johnson, C. S., and Berford J.(2004). Eating attitudes across age and gender groups: A Canadian study
- Johnson, F., & Wardle, J. (2005). Dietary restraint, body dissatisfaction, and psychological distress: A prospective analysis. *Journal of Abnormal Psychology*, 114, 119-125. doi:10.1037/0021-843X.114.1.119
- Juarascio, A. S., Forman, E. M. ., Timko, C. A., Herbert, J. D., Butryn, M., & Lowe, M. (2011). Implicit internalization of the thin ideal as a predictor of increases in weight, body dissatisfaction, and disordered eating. *Eating Behaviors*, 12(3), 207–213. doi:10.1016/j.eatbeh.2011.04.004
- Karaköse, T., Baykara, B. (2017). Kilo Konuşmalarının Psikolojik Faktörler Üzerindeki Etkisi: Pilot Çalışma. *Türk Aile Hek Derg* 2017; 21 (1): 26-33. doi: 10.15511/tahd.17.00126
- Köknel Ö. (1981) *Cumhuriyet Gençliği ve Sorunları*. İkinci basım, İstanbul: Cem Yayınevi.
- Lin L., Soby M. (2016). Is listening to fat talk the same as participating in fat talk? *Eating Disorders*, DOI: 10.1080/10640266.2016.1255106

- Markey C. and Markey P. (2011) Romantic partners, weight status, and weight concerns: An examination using the Actor–Partner Interdependence Model. *Journal of Health Psychology* 16: 217–225.
- Martz, D. M., Petroff, A. B., Curtin, L., & Bazzini, D. G. (2009). Gender differences in fat talk among American adults: Results from the psychology of size survey. *Sex Roles*, 61(1-2), 34-41. doi:10.1007/s11199-009-9587-7
- McCarthy, M. (1990). The thin ideal, depression, and eating disorders in women. *Behavioral Research and Therapy*, 28, 205–218.
- Mori, D., Chaiken, S., & Pliner, P. (1987). “Eating lightly” and the self presentation of femininity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 693-702.
- Neumark-Sztainer, D., Bauer, K. W., Friend, S., Hannan, P. J., Story, M., & Berge, J. M. (2010). Family weight talk and dieting: How much do they matter for body dissatisfaction and disordered eating behaviors in adolescent girls? *Journal of Adolescent Health*, 47, 270–276. doi:10.1016/j.jadohealth.2010.02.001
- Nichter, M. (2000). *Fat talk*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Nichter, M., & Vuckovic, N. (1994). *Fat talk: Body image among adolescent girls*. In N. Sault (Ed.), *Many mirrors: Body image and social relations* (pp. 109-131). New Brunswick, NJ: Rutgers University Press.
- Nolen-Hoeksema, S. (1987). Sex differences in unipolar depression: evidence and theory. *Psychological bulletin*, 101(2), 259-282.
- Nolen-Hoeksema, S. ve Morrow, J. (1991). A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: The 1989 Loma Prieta Earthquake. *Journal of personality and social psychology*, 61(1), 115.
- North, R. J., & Swann, Jr., W. B. (2009). Self-verification 360°: Illuminating the light and dark sides. *Self and Identity*, 8, 131–146.

- O'Dougherty, M., Schmitz, K. H., Hearst, M. O., Covelli, M., & Kurzer, M. S. (2011). Dual conversations: Body talk among young women and their social contacts. *Qualitative Health Research*, 21, 1191–1204. doi:10.1177/1049732311405804
- Ousley, L., Cordero, E. D., & White, S. (2008). Fat talk among college students: How undergraduates communication regarding food and body weight, shape and appearance. *Eating Disorders*, 16, 73-84.
- Paxton, S. J., Neumark-Sztainer, D., Hannan, P. J., Eisenberg, M. E. (2006). Body dissatisfaction prospectively predicts depressive mood and low self-esteem in adolescent girls and boys. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 35, 539-549. doi:10.1207/s15374424jccp3504_5
- Paxton, S.J., Schutz, H.K., Wertheim, E.H., & Muir, S.L. (1999). Friendship clique and peer influences on body image concerns, dietary restraint, extreme weight-loss behaviors, and binge eating in adolescent girls. *Journal of Abnormal Psychology*, 108, 255–266.
- Pujols, Y., Meston, C. M., & Seal, B. N. (2010). The association between sexual satisfaction and body image in women. *The Journal of Sexual Medicine*, 7(2), 905–916. doi:10.1111/j.1743-6109.2009.01604.x
- Rodin, J., Silberstein, L., & Striegel-Moore, R. (1984). Women and weight: A normative
- Rose, A. J. (2002). Co-rumination in the friendships of girls and boys. *Child development*, 73(6), 1830-1843.
- Rose, A. J., Carlson, W., & Waller, E. M. (2007). Prospective associations of co-rumination with friendship and emotional adjustment: Considering the socioemotional trade-offs of co-rumination. *Developmental Psychology*, 43, 1019-1031. doi:10.1037/0012-1649.43.4.1019
- Salk, R. H. & Renee Engeln-Maddox, R. (2011a). “If you’re fat, then I’m humongous!”: Frequency, content, and impact of fat talk among college women. *Psychology of Women Quarterly*, 35, 18-28.

- Salk, R. H., & Engeln-Maddox, R. (2011b). Fat talk among college women is both contagious and harmful. *Sex Roles*, 66, 636–645. doi:10.1007/s11199-011-0050-1
- Salk, R. H., & Renee Engeln-Maddox, R. (2011a). “If you’re fat, then I’m humongous!”: Frequency, content, and impact of fat talk among college women. *Psychology of Women Quarterly*, 35, 18–28. doi:10.1177/0361684310384107
- Schwartz-Mette, R. A., & Rose, A. J. (2012). Co-rumination mediates contagion of internalizing symptoms within youths' friendships. *Developmental Psychology*, 48, 1355-1365. doi:10.1037/a0027484
- Shannon A, Mills JS. Correlates, causes, and consequences of fat talk: A review. *Body image* 2015; 15: 158-72.
- Shomaker LB and Furman W (2009) Interpersonal influences on late adolescent girls' and boys' dis- ordered eating. *Eating behaviors* 10(2): 97–106.
- Starr, L. R., & Davila, J. (2009). Clarifying co-rumination: Associations with internalizing symptoms and romantic involvement among adolescent girls. *Journal of Adolescence*, 32, 19–37.
- Stice, E. (2001). A prospective test of the dual pathway model of bulimic pathology: Mediating effects of dieting and negative affect. *Journal of Abnormal Psychology*, 110, 124–135.
- Stice, E. (2002). Risk and maintenance factors for eating pathology: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 128, 825-848. doi:10.1037/0033-2909.128.5.825
- Stice, E., & Bearman, S. K. (2001). Body-image and eating disturbances prospectively predict increases in depressive symptoms in adolescent girls: A growth curve analysis. *Developmental Psychology*, 37, 597-607. doi:10.1037/0012-1649.37.5.597

- Stice, E., Maxfeld, J., & Wells, T. (2003). Adverse affects of social pressure to be thin on young women: An experimental investigation of the effects of “fat talk.” *International Journal of Eating Disorders*, 34, 108– 117. doi:10.1002/eat.10171
- Striegel-Moore, R. H., Rosselli, F., Perrin, N., DeBar, L., Wilson, G. T., May, A., & Kraemer, H. C. (2009). Gender differences in the prevalence of eating disorder symptoms. *International Journal of Eating Disorders*, 42, 471-474. doi:10.1002/eat.20625
- Striegel-Moore, R.H., Silberstein, L.R., & Rodin, J. (1986). Toward an understanding of risk factors for bulimia. *American Psychologist*, 41, 246–263.
- Swann, Jr., W. B. (1983). Self-verification: Bringing social reality into harmony with the self. In J. Suls & A. G. Greenwald (Eds.), *Social psychological perspectives on the self* (Vol. 2, pp. 33–66). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M., & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting Beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance*. Washington DC: American Psychological Association.
- Tompkins, T. L., Hockett, A. R., Abraibesh, N., & Witt, J. L. (2011). A closer look at co- rumination: Gender, coping, peer functioning and internalizing/externalizing problems. *Journal of Adolescence*, 34, 801-811. doi:10.1016/j.adolescence.2011.02.005
- Tucker KL, Martz DM, Curtin LA, Bazzini DG. Examining fat talk experimentally in a female dyad: How are women influenced by an- other woman’s body presentation style? *Body Image* 2007; 4:157–64.
- Vega, H.B., Chávez, J.F.A., Rodríguez-Villalobos, J.M., Ornelas, J.R.B. and López, H.L.M. (2014) Body Image Anxiety on University Students (Differences between Men and Women). *Open Journal of Medical Psychology*, 3, 348- 354. <http://dx.doi.org/10.4236/ojmp.2014.35036>

- Wang SS, Houshyar S and Prinstein MJ (2006) Adolescent girls' and boys' weight-related health behaviors and cognitions: Associations with reputation-and preference-based peer status. *Health Psychology* 25: 658–663.
- White, M. E., & Shih, J. H. (2012). A daily diary study of co-rumination, stressful life events, and depressed mood in late adolescents. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 41, 598–610.
- Woertman, L., & van den Brink, F. (2012). Body image and female sexual functioning and behavior: A review. *Journal of Sex Research*, 49, 184–211. doi:10.1080/00224499.2012.658586

EKLER**Ek- 1 Aydınlatılmış Onam Formu****BİLGİLENDİRME FORMU**

Bu çalışma Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans tez çalışmasının bir parçasıdır. Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin olumsuz beden konuşmaları, eşli ruminatif düşünce tarzı ve yeme tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmaktadır. Bu çalışmada size bir demografik bilgi formu ve bir dizi ölçek sunduk. Ölçeklerde ve görüşmelerde verilen cevaplar kesinlikle gizli kalacaktır. Anket formunda kimlik bilgileriniz istenmemektedir. Çalışmaya katılmak gönüllülük esasına dayalıdır. Anket tamamen bilimsel amaçlar için düzenlenmiştir. Yanıtlarınızın içten ve doğru olması bu anket sonuçlarının toplum için yararlı bilgi olarak kullanılmasını sağlayacaktır. Eğer çalışma ile ilgili herhangi bir şikayet görüş veya sorunuz varsa bu çalışmanın araştırmacısı olan Büşra Akgün ile iletişime geçmekten çekinmeyiniz.

Yardımlarınız için teşekkür ederim.

**Psk. Büşra
Akgün**

Yakın Doğu Üniversitesi
Yüksek Lisans Öğrencisi
e-mail: bsrkg@hotmail.com

Ek- 2 Bilgilendirme Formu**ANKET FORMU**

Sayın Katılımcı,

Bu anket, üniversite öğrencilerinin olumsuz beden konuşmaları, eşli ruminatif düşünce tarzı ve yeme tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan bir araştırma için uygulanmaktadır. Sizden beklenen soruları dikkatlice okuyup içtenlikle cevaplamanızdır. Verdiğiniz cevaplar sadece bilimsel amaçlı kullanılacaktır. Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederiz.

Psk. Büşra Akgün
Yakın Doğu Üniversitesi
Yüksek Lisans Öğrencisi

Ek- 3 Sosyo Demografik Bilgi Formu

BÖLÜM I. KİŞİSEL BİLGİLER

1. Cinsiyetiniz: ()1. Kadın ()2. Erkek

2.Yaşınız :

3. Uyruk ()1.KKTC ()2.TC ()3.KKTC/TC ()4. Diğer:

4. Sınıfınız ()1.Birinci sınıf ()2.İkinci sınıf ()3.Üçüncü sınıf
()4. Dördüncü sınıf

5. Gelir durumu:()1. Gelir giderden az ()2. Gelir gidere denk ()3.Gelir giderden fazla

6. Vücut ağırlığınız: (kg)

7. Boy uzunluğunuz : (kg)

8.Sigara kullanımı : ()1.Kullanan ()2.Kullanmayan

9.Alkol kullanımı : ()1.Kullanan ()2.Kullanmayan

10. Spor yapma durumu : ()1.Yapan ()2.Yapmayan

11.Anne eğitim durumu : ()1. İlköğretim ve altı ()2.Lise ()3.Lisans/Lisansüstü

12. Baba eğitim durumu : ()1. İlköğretim ve altı ()2.Lise ()3.Lisans/Lisansüstü

Ek- 4 Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği

BÖLÜM II. OLUMSUZ BEDEN KONUŞMALARI ÖLÇEĞİ

Bu ölçeğe aşağıdaki düşünceleri ne sıklıkla düşündüğünüz yerine, bu tür düşünceleri arkadaşlarınız ile konuşurken ne sıklıkla dile getirdiğiniz değerlendirilmektedir. Lütfen, arkadaşlarınız ile sohbet ederken aşağıdaki ifadeleri ne sıklıkla kullandığınızı

1 Asla, 2 Nadiren, 3 Ara sıra, 4 Kararsızım, 5 Sıklıkla, 6 Çoğunlukla, 7 Her zaman şeklinde derecelendiriniz.

	Asla	Nadiren	Ara sıra	Kararsızım	Sıklıkla	Çoğunlukla	Her zaman
1.Keşke onun gibi bir bedenim olsaydı.	()	()	()	()	()	()	()
2.Diyete başlamalıyım.	()	()	()	()	()	()	()
3.Kendimi kilolu hissediyorum.	()	()	()	()	()	()	()
4.Kusursuz bir bel ölçüsü var.	()	()	()	()	()	()	()
5.Bu kıyafet beni kilolu gösteriyor	()	()	()	()	()	()	()
6.Benim bedenim neden onunki gibi	()	()	()	()	()	()	()
7.Onun mükemmel bir bedeni var.	()	()	()	()	()	()	()
8.Yediklerime dikkat etmeye başlamam	()	()	()	()	()	()	()
9.O oldukça formda.	()	()	()	()	()	()	()
10.Keşke daha zayıf olsaydım.	()	()	()	()	()	()	()
11.Bedenimin onunki gibi görünmesini	()	()	()	()	()	()	()
12.Gittikçe kilo aldığımı düşünüyorum.	()	()	()	()	()	()	()
13.Sen hiçbir zaman kilo alma konusunda	()	()	()	()	()	()	()

Ek- 5 Eşli Ruminasyon Ölçeği

BÖLÜM III. ERA

Aşağıda ki cümleleri **sizinle aynı cinsiyetten olan** dostlarınızı ya da **en yakın arkadaşlarınızı düşünerek** okuyunuz ve aşağıda tarif edilen duruma genellikle nasıl tepki verdiğinizi en iyi tanımlayan sayıyı verilen boşluğa (aşağıdaki 5’li değerlendirme ölçeğine göre) yazınız.

1	2	3	4	5
Hiç doğru değil	Biraz doğru	Kısmen doğru	Büyük ölçüde doğru	Tam anlamıyla doğru

Sorunlarımızı konuşurken

1. ___ Birlikte olduğumuz zamanın çoğunu benim ya da arkadaşımın sorunlarını konuşarak geçiririz.
2. ___ Eğer birimizin bir sorunu varsa başka bir konu hakkında konuşmak ya da başka bir şey yapmak yerine o sorun hakkında konuşuruz.
3. ___ Arkadaşım bana bir sorunundan bahsederse konuyu hep tekrar oraya getirip problemle ilgili daha çok konuşturmaya çalışırım.
4. ___ Bir sorunum olduğunda, arkadaşım o sorun hakkında konuşmam için mutlaka ısrar eder.
5. ___ İkimizden birinin bir sorunu olduğunda o sorun hakkında uzun uzun konuşuruz.
6. ___ Başka bir şey yapmak için buluşmuş olsak bile, ikimizden birinin bir sorunu varsa buluştuğumuzda sorun hakkında konuşuruz.
7. ___ Arkadaşımın bir sorunu olduğunda, ilgili bütün detayları anlatması için çaba sarf ederim.
8. ___ Arkadaşıma bir sorunumu anlattığımda, arkadaşım beni hep o sorunum hakkında konuşturmaya çalışır.
9. ___ Arkadaşımla neredeyse her buluşmamızda ya onun ya da benim sorunlarımız hakkında konuşuruz.
10. ___ İkimizden birinin bir sorunu varsa yapabileceğimiz başka bir şey olsa bile vaktimizi o sorun hakkında konuşarak geçiririz.
11. ___ Arkadaşımın bir sorunu olduğunda o sorun hakkında konuşması için mutlaka ısrar ederim.
12. ___ Bir sorunum olduğunda arkadaşım o sorun hakkındaki bütün detayları anlatmam için çabalar.

İkimizden birinin sorunu hakkında konuşurken...

13. ___ İkimiz de diyet/egzersiz veya kilo problemlerimizin hakkında tüm detayları konuşmuş olsak da konuyla ilgili konuşmaya devam ederiz.
14. ___ İkimizde diyet/egzersiz veya kilo problemlerimizin nereden kaynaklanmış olabileceğini anlamak için bütün olasılıklar hakkında uzun uzun konuşuruz.
15. ___ İkimizde diyet/egzersiz veya kilo problemlerimizin nedeniyle ortaya çıkabilecek tüm olası kötü sonuçları bulmaya çalışırız.
16. ___ İkimizde diyet/egzersiz veya kilo problemlerimizin anlayamadığımız kısımlarını anlayabilmek için uzun zaman harcarız.
17. ___ İkimizde diyet/egzersiz veya kilo problemlerimizin sorunları olanın ne kadar kötü hissettiğiyle ilgili uzun uzun konuşuruz.

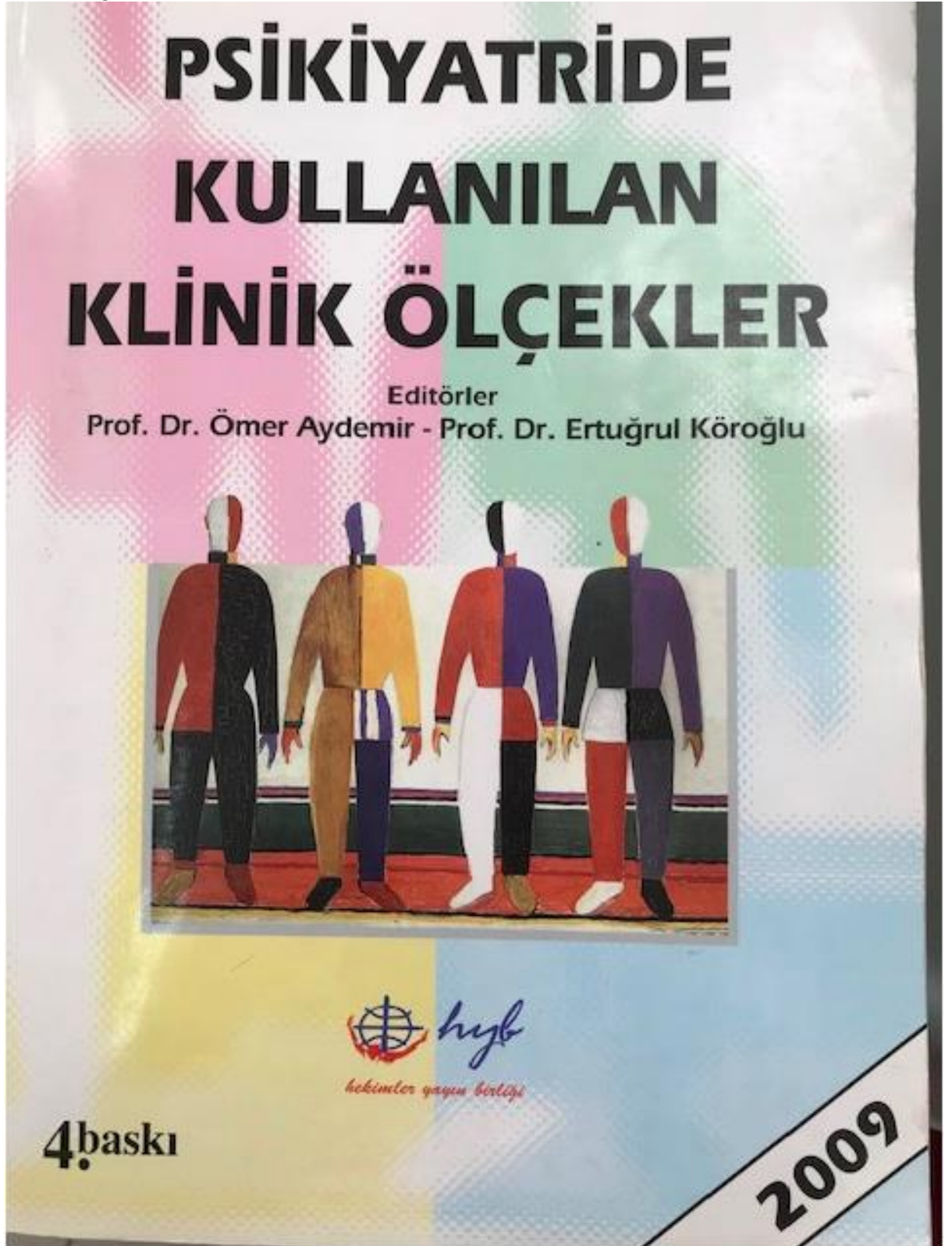
18. ____ İkimizde diyet/egzersiz veya kilo problemlerimizin sorunlarının bütün detaylarını defalarca konuşuruz.
19. ____ İkimizde diyet/egzersiz veya kilo problemlerimizin sorunlarının neden ortaya çıktığını anlamak için sorun hakkında uzun uzun konuşuruz.
20. ____ İkimizde diyet/egzersiz veya kilo problemlerimizin sorunlarının neden olabileceği kötü durumlar hakkında uzun uzun konuşuruz.
21. ____ İkimizde diyet/egzersiz veya kilo problemlerimizin sorunlarını anlayamadığımız kısımları hakkında uzun uzun konuşuruz.
22. ____ İkimizde diyet/egzersiz veya kilo problemlerimizin sorunlarından dolayı ne kadar üzgün olduğumuzla ilgili uzun uzun konuşuruz.
23. ____ İkimizde diyet/egzersiz veya kilo problemlerimizin sorunlarıyla ilgili yeni bir gelişme olmasa bile sorunlar hakkında genellikle her gün konuşuruz.
24. ____ İkimizde diyet/egzersiz veya kilo problemlerimizin bu sorunlara yol açmış olabilecek tüm sebepleri konuşuruz.
25. ____ İkimizde diyet/egzersiz veya kilo problemlerimizin sorunlarının neden olacağı tüm kötü şeyler üzerinde uzun uzun konuşuruz.
26. ____ İkimizde diyet/egzersiz veya kilo problemlerimizin bazı parçalarının hiçbir zaman tam olarak anlaşılması mümkün olmasa da, diyet/egzersiz veya kilo problemlerimiz ile ilgili her şeyi anlamaya çalışırız.
27. ____ İkimizde diyet/egzersiz veya kilo problemlerimizin sorunlarını yaşayan kişinin ne kadar üzgün veya kızgın olduğuyla ilgili uzun uzun konuşuruz.

Ek- 6 Yeme Tutumu Testi**BÖLÜM IV. YEME TUTUMU TESTİ**

Bu anket sizin yeme alışkanlıklarınızla ilgilidir. Lütfen her bir soruyu dikkatlice okuyunuz ve size uygun gelen kutunun içine **X** işareti koyunuz.

	Daima	Çok Sık	Sık Sık	Bazen	Nadiren	Hiç
1. Başkaları ile birlikte yemek yemekten hoşlanırım	()	()	()	()	()	()
2. Başkaları için yemek pişiririm, fakat pişirdiğim	()	()	()	()	()	()
3. Yemekten önce sıkıntılı olurum.	()	()	()	()	()	()
4. Şişmanlamaktan ödüm kopar.	()	()	()	()	()	()
5. Acıktığımda yemek yememeğe çalışırım.	()	()	()	()	()	()
6. Aklım fikrim yemektedir.	()	()	()	()	()	()
7. Yemek yemeyi durduramadığım zamanlar olur.	()	()	()	()	()	()
8. Yiyeceğimi küçük küçük parçalara bölerim.	()	()	()	()	()	()
9. Yediğim yiyeceğin kalorisini bilirim.	()	()	()	()	()	()
10. Ekmek, patates, pirinç gibi yüksek kalorili	()	()	()	()	()	()
11. Yemeklerden sonra şişkinlik hissederim.	()	()	()	()	()	()
12. Ailem fazla yememi bekler.	()	()	()	()	()	()
13. Yemek yedikten sona kusarım.	()	()	()	()	()	()
14. Yemek yedikten sonra aşırı suçluluk duyarım.	()	()	()	()	()	()
15. Tek düşüncem daha zayıf olmaktır.	()	()	()	()	()	()
16. Aldığım kalorileri yakmak için yorulana dek	()	()	()	()	()	()
17. Günde birkaç kere 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	()	()	()	()	()	()
23. Adetlerim düzenlidir.	()	()	()	()	()	()
24. Başkaları çok zayıf olduğumu düşünür.	()	()	()	()	()	()
25. Şişmanlama (vücudumun yağ toplayacağı)	()	()	()	()	()	()
26. Yemeklerimi yemek başkalarınınkinden daha	()	()	()	()	()	()
27. Lokantada yemek yemeyi severim.	()	()	()	()	()	()
28. Müshil 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	()	()	()	()	()	()
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- 7 Ölçek Kullanım İzinleri
Yeme Tutum Testi Psikiyatride Kullanılan Klinik Ölçekler Kitabından
edinilmiştir.



Ek- 8 Ölçek Kullanım İzinleri

Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği İzni

Ahmet Akın

Ynt: Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği

Kime: Busra Akgun

16 Kasım 2017 13:18

AA

Merhabalar ölçek ektedir iyi çalışmalar dilerim.

Prof. Dr. Ahmet Akın
İstanbul Medeniyet Üniversitesi
Eğitim Bilimleri Fakültesi
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilimdalı

16 Kas 2017 13:14 tarihinde "Busra Akgun" <bsrakg@hotmail.com> yazdı:
Merhabalar Ahmet Bey;

Yakın Doğu Üniversitesi Klinik Psikoloji master programı son sınıf öğrencisiyim. Üniversite Öğrencilerinde Rüminatif Düşünce Tarzı, Olumsuz Beden Konuşmaları ve Yeme Tutumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi adlı tez çalışmam için geçerlilik ve güvenilirliğini yaptığınız Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeğini çalışmamda kullanmak istiyorum ve tarafınızdan onay almak istiyorum. Uygun görürseniz ölçeği ve puanlamasını tarafınızdan arz ediyorum. Şimdiden çok teşekkür ederim. Saygılarımla.

Büşra AKGÜN



90. Olumsuz
beden...eği.doc
42 KB / 42 KB

Ek- 9 Ölçek Kullanım İzinleri Eşli Ruminasyon Ölçeği İzni

aslı bugay

Eşli rumunasyon ölçeği hakkında

Kime: Busra Akgun

Gelen Kutusu - Hotmail 1 Aralık 2017 13:38

AB

🗑️ ↩️ ⏪ ⏩ ✎ 2

Merhaba Büşra Hanım,

Ölçeği kullanmanızdan mutluluk duyarız. Ekte ölçeği ve ölçeğe ait bilgileri içeren makale çalışmasını bulabilirsiniz.

Sevgiler,
Aslı

--

Aslı Bugay, Ph.D.

Associate Professor of Counseling

Middle East Technical University

Northern Cyprus Campus

Guidance and Psychological Counseling Program

Guzelyurt, KKTC, via Mersin 10 Turkey

Email: abugay@metu.edu.tr

Web: <http://aslibugay.com>

ÖZGEÇMİŞ

Adı: Büşra

Soyadı: Akgün

Doğum Tarihi: 15.02.1993

E-mail: bsrakg@hotmail.com

Adres: Lefkoşa- Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti

Girne Amerikan Üniversitesi Psikoloji 1 yıllık hazırlık + 4 sene lisans olan bölümümü hazırlığı başarılı bir şekilde atlayarak 3.5 sene içerisinde mezun oldum. Yakın Doğu Üniversitesi klinik yüksek lisans programında mezun durumundayım ortalama 3.29. İngilizcem iyi seviyede ve güncel olarak tüm gelişmeleri takip etmekteyim. Mesleki kitaplar okumaktayım. MMPI tecrubeliyim. İş olarak eğitim hayatım boyunca sürekli aktif olarak çalıştım. Çocuk Resimlerinin Psiko-pedagojik Analizi ve Çocuk Testleri Uygulayıcı sertifikam mevcuttur. (Gesell Gelişim Testi, Goodenough Harris Bir İnsan Çiz Testi, Draw A Person, Koppitz İnsan Çizim Testi, Aile Çiz Testi, Ağaç Testi, Bahçe Testi, Catell 2A Testi, Peabody Kelime Testi, Metropolitan Okul Olgunluğu Testi, Ankara Gelişim Envanteri, Çocuklar için Depresyon Ölçeği/ Anksiyete Ölçeği/ Dehb Ölçeği / Sosyal Fobi Ölçeği).

İNTİHAL RAPORU

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN OLUMSUZ BEDEN
KONUŞMALARI, EŞLİ RUMİNATİF DÜŞÜNCE TARZI VE YEME
TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

ORJİNALLIK RAPORU

% 13	% 12	% 4	%
BENZERLİK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	docs.neu.edu.tr İnternet Kaynağı	% 6
2	www.scribd.com İnternet Kaynağı	% 2
3	www.sporbilimleri.org.tr İnternet Kaynağı	<% 1
4	www.turkailehekderg.org İnternet Kaynağı	<% 1
5	afyonluoglu.org İnternet Kaynağı	<% 1
6	library.neu.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
7	AĞAÇDİKEN ALKAN, SEVAL, ÖZDELİKARA, AFİTAP and MUMCU BOĞA, NURAN. "Hemşirelik Öğrencilerinin Yeme Tutumunun Belirlenmesi", Hemşirelikte Eğitim ve	<% 1

ETİK KURULU ONAYI

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ

BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

04.01.2019

Sayın Büşra Akgün

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğunuz YDÜ/SB/2018/296 proje numaralı ve "Üniversite öğrencilerinin olumsuz beden konuşmaları, eşli ruminatif düşünce tarzı ve yeme tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi" başlıklı proje önerisi kurulumuzca değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu yazı ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

Doçent Doktor Direnç Kanol

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Raportörü

Not: Eğer bir kuruma resmi bir kabul yazısı sunmak istiyorsanız, Yakın Doğu Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na bu yazı ile başvurup, kurulun başkanının imzasını taşıyan resmi bir yazı temin edebilirsiniz.