

COVID-19 Pandemisi Sürecinde Hemşirelik Öğrencilerinin Aile Bütünlük Duyguları ve Yeme Davranışları: Tanımlayıcı Araştırma

Family Integrity Senses and Eating Behaviors of Nursing Students During the COVID-19 Pandemic: Descriptive Research

¹ Ayşe DEMİRDEN^a, ² Gamze SARIKOÇ^b

^aHacettepe Üniversitesi Erişkin Hastanesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları ABD, Ankara, Türkiye

^bSağlık Bilimleri Üniversitesi Gülhane Hemşirelik Fakültesi, Psikiyatri Hemşireliği ABD, Ankara, Türkiye

ÖZET Amaç: Bu araştırma, koronavirüs hastalığı [coronavirus disease-2019 (COVID-19)] pandemisi sürecinde hemşirelik öğrencilerinin aile bütünlük duygularını ve yeme davranışları incelenmek amacıyla yürütülmüştür. **Gereç ve Yöntemler:** Tanımlayıcı nitelikteki bu araştırma, 2020-2021 eğitim öğretim yılında, Ankara'daki bir hemşirelik fakültesinde öğrenim gören ve araştırmaya katılmayı kabul eden 178 öğrenciyle yürütülmüştür. Verilerin toplanmasında; Katılımcı Veri Formu, Aile Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu Ölçeği Kısa Formu ve Üç Faktörlü Yeme Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistikler, Mann-Whitney U testi, Kruskal-Wallis testi, korelasyon analizleri kullanılmıştır. **Bulgular:** Öğrencilerin %65'inin pandemi döneminde kilo aldığı, %89,8'inin kaybı, %74,7'sinin umutsuzluk, %60,1'inin zorlanma ve %56,7'sinin çaresizlik duygusu yaşadığı, öğrencilerin beden kitle indeksleri arttıkça "Duygusal Yeme" alt boyutundan aldıkları puanların da arttığı, aile bütünlük duygusu toplam puanlarının yüksek olduğu, en çok kontrolsüz yeme ve duygusal yeme davranışları sergiledikleri saptanmıştır. Beden kitle indeksi düşük olan bireylerin, beden kitle indeksi yüksek olan bireylere göre bilişsel kısıtlama puan ortalamalarının daha düşük olduğu görülmüştür. **Sonuç:** COVID-19 pandemisi sürecinde üniversite öğrencilerinin yeme davranışları ve aile bütünlük duygusunun incelenmesinin amaçlandığı çalışmada; öğrencilerin yeme davranışlarının değiştiği, aile bütünlük duygusunun ortalamasının üzerinde olduğu, vücut ağırlıklarında değişme olduğu ve olumsuz duyguları sık yaşadıkları görülmüştür. Stresle başa çıkma, problem çözme, sağlıklı beslenme gibi konularda öğrencilere verilen eğitimlerin tekrarlanması ve öğrencilerin ruhsal ve bedensel sağlıklarını geliştirmeleri için desteklenmesi önerilmektedir.

ABSTRACT Objective: This study was conducted to determine university students' sense of family unity and eating behaviors in the coronavirus disease-2019 (COVID-19) pandemic process. **Material and Methods:** This descriptive study was conducted with 178 students studying at a nursing faculty in Ankara in the 2020-2021 academic year, who agreed to participate in the research. In the process of collecting data, Participant Information Form, the Turkish Short Version of The Family Sense of Coherence Scale and Three-Factor Eating Questionnaire were used. Descriptive statistics in data evaluation, Mann-Whitney U test, Kruskal-Wallis test, correlation analysis were used. **Results:** It was found that 65% of students gained weight, 89.8% anxiety, 74.7% hopelessness, 60.1% became desperate, and 56.7% felt compulsion in pandemic period. Also, as the body mass index of students increased, the score they got from "Emotional Eating" sub-dimension increased too. The total scores of family integrity sense were high and it was seen that students exhibited uncontrolled eating and emotional eating behaviors mostly. The individuals with low body mass index had lower cognitive restraint point means when compared with the ones with high body mass index. **Conclusion:** In this study, which aimed to examine the eating behaviors and sense of family unity of university students during the COVID-19 pandemic; it was observed that eating behaviors changed, students' sense of family unity was above the average, there was a change in their body weight and they experienced negative emotions frequently. It is recommended to repeat the training given to students on issues such as coping with stress, problem solving, and healthy nutrition, and to support students to improve their mental and physical health.

Anahtar Kelimeler: Aile; COVID-19; hemşirelik; yeme; hemşirelik öğrencisi

Keywords: Family; COVID-19; nursing; eating; nursing student

Koronavirüs hastalığı-2019 [coronavirus disease-2019 (COVID-19)], ilk olarak Çin'in Wuhan şehrinde ortaya çıkmış, küresel bir halk sağlığı sorunu hâline gelmiş, potansiyel olarak ölümcül bir hastalıktır.

İlk olarak Çin'de görülen hastalık, dünya çapında artan enfekte hasta sayısı ile hızla birçok ülkeye yayılmaktadır. İlk vakaların, Wuhan şehrinden enfekte kişilerden damlacıklar yoluyla hızla yayıldığı bilinmektedir.¹

Correspondence: Ayşe DEMİRDEN

Hacettepe Üniversitesi Erişkin Hastanesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları ABD, Ankara, Türkiye

E-mail: aysedmrden@gmail.com



Peer review under responsibility of Türkiye Klinikleri Journal of Nursing Sciences.

Received: 21 Feb 2022

Received in revised form: 23 Sep 2022

Accepted: 14 Oct 2022

Available online: 31 Oct 2022

2146-8893 / Copyright © 2023 by Türkiye Klinikleri. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Hastalığın klinik özellikleri incelendiğinde, çoğu insanda hafif semptomlar göstermekle birlikte bazı insanlarda hiç semptom görülmemektedir. Özellikle yaşlı ve kronik hastalığa sahip bireylerde ölümlere neden olduğu bilinmektedir. Dünyada hızla artan vaka ve ölüm sayısı ile birlikte pandemi ve pandemiye yönelik uygulanan önlemler insanlar üzerinde olumsuz psikolojik etkiler yaratmıştır. Virüsün belirsiz inkübasyon süresi, insanlar arasında olası asemptomatik bulaş, enfeksiyon bulaşma korkusu, salgına karşı koruyucu malzeme eksikliği, alınan sıkı karantina önlemleri nedeniyle bireyler özgürlük kaybı yaşamış ve sevdiklerinden ayrılmak zorunda kalmıştır. Diğer yandan, sosyal medyadaki yanlış bilgi fazlalığı, hastalığa ilişkin yetersiz bilgi ve belirsizlik, hastalığa yakalanan kişilerin damgalanması gibi birçok sorunla kısa sürede dünya çapında endişe yaşanmıştır. Oluşan bu sağlık krizi nedeni ile insanların ruh sağlığı üzerinde büyük risk oluşmuştur.² Pandeminin küresel etkilerinin değerlendirildiği bir çalışmada, pandemi süresinin uzamasıyla insanların varoluşsal kaygılarının arttığı, yoruldukları, bıkkınlık hissettikleri belirtilmiştir.³

Pandeminin yayılmasını önlemeye yönelik alınan acil önlemler kapsamında; başta Çin hükümeti olmak üzere birçok ülke, ülke çapında eğitim veren kurumların kapatılması ve eğitimlerin uzaktan yürütülmesi kararını almıştır.⁴ Alınan önlemler son derece önemli ve gerekli olmakla birlikte; alınan bu önlemlerin bazı olumsuz etkilere de yol açtığı bilinmektedir. Pandemi sürecinde karantina önlemleri nedeniyle üniversite öğrencileri arkadaşlarını görmeme ve onlarla vakit geçirememeye, eğitim sürecinde değişiklikler yaşanması, aile çatışması ve kısıtlamalar nedeniyle olumsuz etkilenmiş ve öğrenciler arasında stres, anksiyete ve depresyon gibi psikiyatrik belirtilerin oldukça yaygın olduğu görülmüştür.^{5,6} Birçok öğrencinin akademik gecikmelerle birlikte kaygı düzeyi de artmıştır.⁷

Pandemi sürecinde yaygın görülen psikiyatrik belirtilerin ve duygu etkileşiminin öğrencilerin yeme davranışlarını etkilediği düşünülmektedir.⁸ Literatürde, duygularla yeme davranışları arasındaki ilişkinin araştırıldığı birçok araştırma bulunmaktadır. Bireyler anksiyete, yalnızlık, umutsuzluk gibi olumsuz duygular karşısında yaşadıkları zor durumla başa

çıkma da besinler aracılığıyla dikkatini dağıtarak kaçınabilmektedir.^{8,9}

Pandemi döneminde öğrenciler ailelerinin yanına dönüp, eğitimlerine uzaktan erişimle devam etmek zorunda kalmıştır. Pandeminin yayılmasını önlemeye yönelik alınan tedbirlerden önemli bir sosyal destek olan arkadaşlarından uzakta kalma gibi durumlar sebebiyle üniversite öğrencileri psikolojik olarak olumsuz yönde etkilenmişlerdir.⁵

Pandemi sürecinde karantinanın bireylerin yeme davranışlarına etkisini inceleyen birçok araştırma, karantinanın bireylerin yeme davranışlarını, sağlık açısından riskli yönde değiştirdiğini göstermiştir.¹⁰⁻¹² Karantina döneminde bireylerin; sağlıksız yiyecek tüketimi, kontrolsüz yeme, ana öğünler arası atıştırma, tüketimi, ana öğün sayısında artmayla birlikte normalden fazla yemek yedikleri görülmüştür.¹³⁻¹⁶ Ayrıca bireylerin büyük çoğunluğu, kendilerini daha iyi hissetmek için besin tüketimini artırmaya ihtiyaç duyduğunu, bununla birlikte, değişen yeme alışkanlıklarından kaynaklanan endişeli duygular yaşadığını da bildirmiş; bununla birlikte yapılan çalışmalarda depresyon, anksiyete, stres gibi olumsuz duygular nedeniyle de yeme davranışlarının değiştiği de görülmüştür.^{10,17}

COVID-19; tüm gruplarda etkili olup, ciddi patoloji ve mortalite yaşlı bireylerde görülmektedir. Bununla birlikte 2 önemli risk faktörü obezite ve Tip 2 diyabettir.¹⁸ Bireylerin maruz kaldığı çevresel faktörler ve yaşadıkları duygusal durum gibi yeme davranışlarını etkileyen faktörlerin bir araya gelmesi, yeme davranışlarında bozukluklara yol açarak diyabet, kardiyovasküler hastalıklar, hipertansiyon ve obezite gibi hastalıkların oluşma riskini artırabilmekte; dolayısıyla COVID-19 hastalığına yakalanma riskini artırmakta ve iyileşmeyi geciktirebilmektedir.¹⁹ Bu nedenle pandeminin bireylere ruhsal ve bedensel etkilerinin saptanması önem taşımaktadır.

Pandemi sürecinde yeme davranışlarındaki değişimle birlikte aile içi ilişkilerde de değişim olduğu görülmektedir. Örneğin Koca'nın, COVID-19 pandemisi karantina süreçlerinin aile yapısına etkilerini incelediği çalışmada, aile yapısında aile içi iletişim ve dayanışma düzeyinin arttığı görülürken; Magson ve ark.nın yaptığı bir başka çalışmada ise karantina

döneminde aile içi çatışmanın arttığı görülmüştür.^{5,18} Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde, pandemi döneminde alınan önlemlerin öğrencilerin yeme davranışları üzerinde etkili olduğu bilinmekte; pandemi sürecinde aile içinde değişen duygusal, maddi ve fiziksel yetersizliklerin de aile bütünlük duygusu üzerinde etkili olacağı düşünülmektedir.²⁰

Aile bütünlük duygusu; ailenin olumsuz etkilenmediği stresli yaşam olayları karşısında “anlaşılabilir” ve “yönetilebilir” olma algısıdır. Aile içinde ve dışında gelişen her türlü stres, ailenin işleyişini etkilemekte ve uyum gerektirmektedir.²¹ Öğrencileri olumsuz etkileyen pandemi sürecinin yeme davranışlarına ve aile bütünlük duygusuna etkisinin ortaya koyulmasının önemli olacağı düşünülmektedir. Ayrıca literatürde konuyla ilgili çalışmaların sınırlı olması nedeniyle planlanan çalışmanın literatüre olumlu yönde katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırma, pandemi sürecinde hemşirelik öğrencilerinin aile bütünlük duyguları ve yeme davranışlarını belirlemek amacıyla yapılmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEMLER

ARAŞTIRMANIN TÜRÜ

Bu araştırma tanımlayıcı olarak yapılmıştır.

ARAŞTIRMA EVREN VE ÖRNEKLEMİ

Araştırmanın evrenini Ankara’da bir hemşirelik fakültesinde öğrenim gören öğrenciler; örneklemini ise araştırmaya katılmayı isteyen 178 hemşirelik fakültesi öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma, 2020-2021 eğitim öğretim yılında, Ankara’da bir hemşirelik fakültesinde öğrenim gören 1, 2, 3 ve 4. sınıf öğrencileriyle yürütülmüştür.

VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Katılımcı Veri Formu

Katılımcının öğrenim gördüğü sınıf, beden kitle indeksi, hastalık varlığı, algılanan sosyal destek, salgın sürecindeki algılanan ruhsal iyilik hâli, kilo değişimi, ihtiyaç durumunda yardım istenilen yer ve pandemi sürecinde genellikle yaşanan duygulara yönelik soruları içeren, araştırmacılar tarafından geliştirilen bir ankettir.

Aile Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu Ölçeği Kısa Formu

İlk olarak, Antonovsky ve Sourani tarafından 26 madde olarak geliştirilmiş, 7’li Likert yapıda, öz bildirim tarzında bir ölçektir.²² Sagy (1998) tarafından ölçeğin 12 maddeli kısa formu oluşturulmuş; Çeçen tarafından da Türkçeye uyarlaması yapılmıştır.²⁰ “Anlamlılık”, “Yönetilebilirlik” ve “Anlaşılabilirlik” olmak üzere 3 alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçekten alınacak puanın yüksek olması, bireyin ailesine ilişkin bütünlük duygusunun yüksek olduğuna işaret etmektedir. Cronbach alfa güvenirlik katsayısı 0,80’dir.^{20,22} Bu çalışmada Cronbach alfa güvenirlik katsayısı 0,78’dir.

Üç Faktörlü Yeme Ölçeği

Ölçek; 1985 yılında Stunkard ve Messic tarafından geliştirilmiş 2 bölüm, 3 alt boyut ve 51 maddeden oluşturulmuştur. Yirmi bir maddelik Türk kültürüne uyarlaması ise Şeren Karakuş ve ark. tarafından yapılmıştır. Ölçek, bilişsel kısıtlama davranışı, duygusal yeme davranışı ve kontrolsüz yeme davranışı olmak üzere 3 alt boyuttan ve 21 maddeden oluşan, 4’lü Likert yapıda bir ölçektir. Alt ölçekler, yemenin bilişsel kısıtlanmasını, bireyin kendini kısıtlayamama davranışını ve açlık durumunu değerlendirmektedir. Cronbach alfa güvenirlik katsayısı alt gruplarda; bilişsel kısıtlama 0,80, duygusal yeme 0,87 ve kontrolsüz yeme 0,78’dir.²¹ Bu çalışmada Cronbach alfa güvenirlik katsayıları; bilişsel kısıtlama 0,90, kontrolsüz yeme 0,77, duygusal yeme 0,68 olarak bulunmuştur.

VERİ TOPLAMA ARAÇLARININ UYGULANMASI

Veriler, araştırmacı tarafından Google Formlar üzerinden “online” olarak uygulanmıştır. Katılımcılara, araştırma ile ilgili bilgi verdikten sonra katılmak isteyen öğrencilerin anket formunu doldurması sağlanmıştır. Sorunların cevaplanması toplanması yaklaşık 10-15 dk sürmüştür.

VERİLERİN ANALİZİ

Araştırma sonucunda elde edilen verilerin istatistiksel analizi için IBM Corp. Released 2012. IBM SPSS Statistics for Windows, Version 21.0. Armonk, NY: IBM Corp. programı kullanılmıştır. Sürekli değişkenler için aritmetik ortalama, standart sapma; kate-

gorik değişkenler için de sayı ve yüzde ifadeleri kullanılarak ifade edilmiştir. Verilerin normal dağılıma uyum sağlayıp sağlamadıklarını test etmek amacıyla Kolmogorov-Smirnov testinden yararlanılmıştır. Veri setinin normal dağılıma uyum göstermemesi nedeniyle Mann-Whitney U testi ve Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Veriler arasındaki ilişkilerin incelenmesi ise Spearman's correlation testi ile yapılmıştır. İstatistiksel anlamlılık $p=0,05$ olarak alınmıştır.

ARAŞTIRMANIN ETİK BOYUTU

Araştırma uygulanmadan önce bir Hacettepe Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan etik kurul onayı (tarih: 06.10.2020, no: 16969557-1556) ve araştırmanın yapıldığı kurum olan Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gülhane Hemşirelik Fakültesi'nden kurum izni (tarih: 14.08.2020 no: 66181794-900) alınmıştır. Araştırmaya katılan katılımcılara araştırma ile ilgili bilgilendirme yapılarak araştırmaya gönüllü olarak katıldıklarına dair onamları alınmıştır. Ayrıca araştırmada kullanılan ölçekler için kullanım izinleri de e-posta yoluyla ilgili yazarlardan alınmıştır. Araştırma sürecinde, Helsinki Deklarasyonu prensiplerine, bilimsel etik ve akade-

mik kurallara özenle riayet edilmiştir. Çalışmanın verileri, kişisel verilerin gizliliği ilkelerine uyularak yürütülmüştür.

BULGULAR

Araştırmaya katılan hemşirelik öğrencilerinin %50,2'si 2. Sınıfta öğrenim görmekte olup, %51,5'i algıladığı sosyal destek durumunu yetersiz bulmakta ve %67,7'sinin beden kitle indeksi 18,5-24,9 arasında yer almaktadır. Öğrencilerin %84,7'sinin de ek bir hastalığı bulunmamakta olup, %65'i pandemi döneminde kilo almıştır. Ayrıca %46'sı ihtiyaç durumunda aile desteği alabilmekte olup, %55,3'ünün algıladığı ruhsal iyilik durumu düşük düzeydedir (Tablo 1).

Araştırmaya katılan öğrencilerin Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği (ABDÖ) toplam puan ortalamaları $43,52 \pm 6,37$ olarak bulunmuştur (Tablo 2).

Hemşirelik öğrencilerinin öğrenim gördüğü sınıf, ek bir hastalığa sahip olma ve pandemi sürecindeki kilo değişim durumuna göre ABDÖ puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$). Algılanan sos-

TABLO 1: Öğrencilerin tanıtıcı bilgileri (n=178).

Tanıtıcı bilgiler		n	%
Öğrenim görülen sınıf	1	36	20,4
	2	90	50,8
	3	34	19,2
	4	17	9,6
Beden kitle indeksi	<18,49 (ideal kilonun altı)	24	13,5
	18,5-24,9 (ideal kilo)	120	67,7
	25-29,9 (ideal kilonun üzeri)	22	12,5
	>30 (ideal kilonun çok üzeri)	11	6,3
Ek hastalığa sahip olma durumu	Var	27	15,3
	Yok	150	84,7
Algılanan sosyal destek durumu	Yeterli	91	51,5
	Yetersiz	86	48,5
Pandemi öncesi ve sonrası kilo değişimi	(-20)-(-1)	62	35
	(0)-(+20)	115	65
Algılanan ruhsal iyilik durumu	0-3 (düşük)	98	55,3
	4-7 (orta)	63	35,5
	8-10 (yüksek)	16	9,2
İhtiyaç durumunda yardım istenen yer	Ruh sağlığı profesyoneli	5	2,8
	Aile	82	46
	Arkadaş	52	29,2
	Hiç kimse	39	21,9

TABLO 2: Öğrencilerin ABDÖ ve TFEQ-Tr21 alt boyut puan ortalamaları (n=178).

Ölçek ve alt ölçekler	Ortalama	Standart sapma
Anlamlılık	11,77	3,19
Yönetilebilirlik	15,86	3,54
Anlaşılabilirlik	15,88	2,96
ABDÖ toplam puanı	43,52	6,37
Kontrolsüz yeme	20,39	6,54
Duyusal yeme	13,13	6,45
Bilişsel kısıtlama	12,22	4,69

ABDÖ: Aile Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu Ölçeği; TFEQ-Tr21: Üç Faktörlü Yeme Ölçeği.

yal düzeyi yeterli olan öğrencilerin “Anlamlılık” alt ölçeği puan ortalamalarının, yetersiz bulan öğrencilerden yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p \leq 0,05$). Beden kitle indeksi >30 (ideal kilonun çok üzeri) olan öğrencilerin “Yönetilebilirlik” alt ölçeği puan ortalamaları $<18,49$ (ideal kilonun altı) ($Z=-2,19$, $p=0,02$), $18,5-24,9$ (ideal kilo) ($Z=-2,67$, $p=0,00$) ve $25-29,9$ (ideal kilonun üzeri) ($Z=-2,73$, $p=0,00$) olanlarından; ABDÖ puan ortalamaları ise $18,5-24,9$ (ideal

kilo) ($Z=-2,66$, $p=0,00$) ve $25-29,9$ (ideal kilonun üzeri) ($Z=-2,66$, $p=0,00$) olanlarından yüksek bulunmuştur ($p \leq 0,05$). Beden kitle indeksi $<18,49$ (İdeal kilonun altı) ve >30 (ideal kilonun çok üzeri) olan öğrencilerin “Anlamlılık” alt ölçeği puan ortalamaları, $18,5-24,9$ (ideal kilo) olanlar ($Z=-2,31$, $p=0,02$; $Z=-2,36$, $p=0,01$) ve $25-29,9$ (ideal kilonun üzeri) olanlarından ($Z=-2,43$, $p=0,01$; $Z=-2,63$, $p=0,00$) yüksek bulunmuştur ($p \leq 0,05$). Algılanan ruhsal iyilik hâli düşük olan öğrencilerin ABDÖ puan ortalamaları ile “Yönetilebilirlik” ve “Anlamlılık” alt ölçeği puan ortalamaları, orta ve yüksek düzeyde olan öğrencilerinkinden düşük bulunmuştur (Tablo 3).

Hemşirelik öğrencilerinin öğrenim gördüğü sınıf, ek bir hastalığa sahip olma durumuna göre Üç Faktörlü Yeme Ölçeği [Three Factor Eating Questionnaire (TFEQ-Tr21)] puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p > 0,05$). Algıladığı sosyal destek durumu yetersiz olan öğrencilerin “Duyusal Yeme” alt ölçeği puan ortalamaları, yeterli olan öğrencilerinkinden

TABLO 3: Tanıtıcı bilgilere göre öğrencilerin ABDÖ ve TFEQ-Tr21 puan ortalamaları (n=178).

		Anlamlılık Alt Ölçeği	Yönetilebilirlik Alt Ölçeği	Anlaşılabilirlik Alt Ölçeği	Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği	Kontrolsüz Yeme Alt Ölçeği	Duyusal Yeme Alt Ölçeği	Bilişsel Kısıtlama Alt Ölçeği
Öğrenim gördüğü sınıf	1							
	2	$X^2=2,623$	$X^2=2,393$	$X^2=1,940$	$X^2=4,004$	$X^2=4,870$	$X^2=1,503$	$X^2=1,568$
	3	$p=0,453$	$p=0,495$	$p=0,585$	$p=0,261$	$p=0,182$	$p=0,682$	$p=0,667$
	4							
Beden kitle indeksi	$<18,49$							
	$18,5-24,9$	$X^2=11,875$	$X^2=7,992$	$X^2=1,033$	$X^2=10,659$	$X^2=7,945$	$X^2=25,850$	$X^2=14,560$
	25-29,9	$p=0,008$	$p=0,046$	$p=0,793$	$p=0,014$	$p=0,046$	$p=0,000$	$p=0,002$
	>30							
Ek bir hastalığa sahip olma durumu	Var	$Z=-0,898$	$Z=-0,541$	$Z=-0,545$	$Z=-0,002$	$Z=-0,525$	$Z=-0,692$	$Z=-0,761$
	Yok	$p=0,369$	$p=0,589$	$p=0,586$	$p=0,998$	$p=0,599$	$p=0,489$	$p=0,446$
Algıladığı sosyal destek durumu	Yeterli	$Z=-2,191$	$Z=-1,776$	$Z=-0,035$	$Z=-1,514$	$Z=-1,335$	$Z=-2,61$	$Z=-1,932$
	Yetersiz	$p=0,028$	$p=0,076$	$p=0,972$	$p=0,130$	$p=0,182$	$p=0,007$	$p=0,053$
Pandemide kilo değişim durumu	$(-20)-(-1)$ kilo	$Z=-0,748$	$Z=-0,213$	$Z=-0,806$	$Z=-0,832$	$Z=-2,815$	$Z=-2,686$	$Z=-0,719$
	$(0)-(+20)$ kilo	$p=0,455$	$p=0,831$	$p=0,420$	$p=0,406$	$p=0,005$	$p=0,007$	$p=0,472$
Algılanan ruhsal iyilik hâli	Düşük							
	Orta	$X^2=11,701$	$X^2=6,596$	$X^2=6,949$	$X^2=13,161$	$X^2=1,992$	$X^2=2,756$	$X^2=2,368$
	Yüksek	$p=0,003$	$p=0,037$	$p=0,031$	$p=0,001$	$p=0,369$	$p=0,252$	$p=0,306$
İhtiyaç durumunda yardım istenen yer	Ruh sağlığı profesyoneli							
	Aile	$X^2=3,725$	$X^2=0,124$	$X^2=0,566$	$X^2=0,141$	$X^2=0,458$	$X^2=0,552$	$X^2=2,724$
	Arkadaş	$p=0,155$	$p=0,940$	$p=0,753$	$p=0,932$	$p=0,795$	$p=0,759$	$p=0,2563$
	Hiç kimse							

* $p \leq 0,05$; Z: Mann-Whitney U testi, X²: Kruskal Wallis testi; ABDÖ: Aile Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu Ölçeği; TFEQ-Tr21: Üç Faktörlü Yeme Ölçeği.

yüksek bulunmuştur ($p \leq 0,05$). Beden kitle indeksi $<18,49$ (ideal kilonun altı) olan öğrencilerin “Duygusal Yeme” alt ölçeği puan ortalamaları $18,5-24,9$ (ideal kilo) ($Z=-3,28$, $p=0,00$), $25-29,9$ (ideal kilonun üzeri) ($Z=-2,99$, $p=0,00$) ve >30 (ideal kilonun çok üzeri) ($Z=-3,73$, $p=0,00$) olanlarından; $18,5-24,9$ (ideal kilo) ($Z=-3,67$, $p=0,00$) ve $25-29,9$ (ideal kilonun üzeri) ($Z=-2,12$, $p=0,03$) olanların “Duygusal Yeme” alt ölçeği puan ortalamalarının ise >30 (ideal kilonun çok üzeri) olan öğrencilerinkinden düşük olduğu bulunmuştur ($p \leq 0,05$). Ayrıca $<18,49$ (ideal kilonun altı) olan öğrencilerin “Bilişsel Kısıtlama” alt ölçeği puan ortalamaları, $18,5-24,9$ (ideal kilo) ($Z=-2,38$, $p=0,01$) ve $25-29,9$ (ideal kilonun üzeri) ($Z=-3,44$, $p=0,00$) olanlarından düşük bulunmuştur ($p \leq 0,05$) (Tablo 3).

Öğrencilerin pandemi sürecinde genellikle hangi duyguları yaşadığıyla ilgili ifadeleri incelendiğinde; %89,8’inin kaygı, %74,7’sinin umutsuzluk, %60,1’inin zorlanma, %56,7’sinin çaresizlik duygusu yaşadığı görülmüştür (Tablo 4).

Duygular	n*	%
Kaygı	160	89,8
Umutsuzluk	133	74,
Zorlanma	107	60,1
Çaresizlik	101	56,7
Korku	93	52,2
Suçluluk	38	21,3
Utanç	13	7,3
Toplam	178	100

*n katlanmıştır.

Hemşirelik öğrencilerinin “Kontrolsüz Yeme Alt Ölçeği”, “Duygusal Yeme Alt Ölçeği”, “Bilişsel Kısıtlama Alt Ölçeği” puan ortalamaları ile “ABDÖ” ve alt ölçekleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p > 0,05$) (Tablo 5).

TARTIŞMA

COVID-19 pandemisi sürecinde hemşirelik öğrencilerinin yeme davranışları ve aile bütünlük duygusunu belirlemek amacıyla yürütülen bu çalışmada, öğrencilerin aile bütünlük duygusu toplam puanlarının ortalamasının üzerinde olduğu görülmektedir. Aile bütünlük duygusunun yüksekliği, öğrencilerin pandemi döneminde aile ilişkilerinin de iyi olduğunu, pandemi sebebiyle dışarı çıkamama ve birlikte yaşamının aile ilişkilerine olumlu katkıları olduğunu düşündürmektedir.

Öğrencilerin “Yönetilebilirlik” alt boyut puanları ortalamasının üzerindedir. Yönetilebilirlik, bireyin karşılaştığı stresörler karşısında birinin başa çıkma konusunda kullanacağı araçların varlığına sahip olduğuna inandığı kaynaklardır. Birey stresli durumları yönetebilir olarak algıladığında, stresli durumu kontrol edebilme kapasitesine sahip olduğu duygusunu hissedecektir.²⁰ Rafaelli ve ark.nın ergen bireylerle yaptığı çalışmada, aile desteğinin stresin olumsuz etkilerini azaltmada etkili olduğu gösterilmiştir.²³ Araştırma bulgularımızda, öğrencilerin ihtiyaç durumlarında %46’sının ailesine destek için başvurduğu görülmüştür. Öğrencilerin yönetilebilirlik durumlarının yüksek olması; ailelerini sosyal destek olarak algılayıp, stresle başa çıkma konusunda ailelerini kaynak ve destekleyici olarak görmelerini ve bu durumun da karşılaştığı stresörlerle baş edebilmelerine olan inançlarını güçlendirdiğini düşündürmektedir.

	Bilişsel Kısıtlama Alt Ölçeği	Duygusal Yeme Alt Ölçeği	Kontrolsüz Yeme Alt Ölçeği
Anlamlılık	$r=-0,032$, $p=0,672$	$r=0,023$, $p=0,766$	$r=0,049$, $p=0,515$
Yönetilebilirlik	$r=0,110$, $p=0,148$	$r=0,052$, $p=0,494$	$r=0,099$, $p=0,192$
Anlaşılabilirlik	$r=0,063$, $p=0,403$	$r=0,147$, $p=0,051$	$r=0,116$, $p=0,123$
ABDÖ toplam puanı	$r=0,059$, $p=0,439$	$r=0,139$, $p=0,065$	$r=0,147$, $p=0,051$

* $p \leq 0,05$; ABDÖ: Aile Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu Ölçeği.

Öğrencilerin “Anlaşılabilirlik” alt boyut puan ortalamaları ortalamanın üzerindedir. Anlaşılabilirlik, bireyin içindeki durumu ve gelecekte karşısına çıkabilecek uyarıları anlaşılabilir ve tahmin edilebilir olarak algılamasını ifade eder. Bireylerin stresle etkili şekilde başa çıkmada ne yapacaklarına ilişkin, konuyu anladıklarına dair duyguya sahip olmalarıdır.²⁰ Christensen ve ark.nın erişkin bireylerde yaptığı çalışmada, orta eğitim düzeyine sahip bireylerin stresle etkisiz şekilde başa çıkabildikleri görülmüştür.²⁴ Araştırmamızda, öğrencilerin içinde buldukları durumu ve stresli durumlar karşısında nasıl bir yol izleyeceklerine yönelik anlaşılabilirlik puanlarının yüksek olmasının, eğitim düzeylerinin yüksek olmasından da kaynaklandığı düşünülebilir.

Öğrencilerin “Anlamlılık” alt boyut puanları ortalamaya yakın düzeydedir. Anlamlılık, motivasyonel bir unsur gösterir. Güçlü tutarlılık duygusuna sahip insanlar yaşamlarında her zaman anlamlı alanlara sahiptir.²⁰ Bireylerin olumsuz durumlar ve olaylar karşısında olumsuzluklara yönelik görüşlerini sağlık, birliktelik ve tutarlılık duygusunu geliştirecek şekilde değiştirebildiklerinde, yani durumları “anlamlandırabildiklerinde” ailelerin uyum düzeyleri artmaktadır.²⁵

Öğrencilerin %75,1’i ihtiyaç duyduğunda arkadaşları ya da ailesinden destek alabildiğini, %51,5’i ise sosyal desteğinin yeterli olduğunu bildirmiştir. Algıladığı sosyal destek düzeyi yüksek olan öğrencilerin anlamlılık alt ölçeği puanları da yüksektir. Bu kapsamda, öğrencilerin aile bütünlük duygusunun yüksek olmasının, öğrencilerin aldıkları sosyal desteğin iyi düzeyde olmasından kaynaklanabileceğini düşündürmektedir. Araştırma bulgumuza benzer şekilde, Koca’nın COVID-19 pandemisinin aile yapısına etkisini araştırdığı çalışmada, karantina sürecinde bir arada oluşun yüksek olmasından dolayı aile içinde dayanışmanın arttığı görülmüştür.¹⁸

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin en çok kontrolsüz yeme ve duygusal yeme davranışları sergiledikleri görülmüştür. Kontrolsüz yeme, normalden daha fazla yemek yeme davranışıdır.¹⁹ Duygusal yeme ise depresyon, kaygı gibi negatif duyguların ve duygu değişimlerinin yaşandığı süreçteki sürekli yeme davranışıdır.²⁶ Duygusal yeme ve kontrolsüz

yeme davranışı, bireylerin içinde buldukları sürece kolayca uyum sağlayamadıklarını göstermektedir. Akfırat ve Kılçık’ın yaptığı çalışmada; COVID-19 salgını döneminde bireylerin sürdürdükleri veya geliştirdikleri duygusal yeme davranışı incelenmiş; bireylerdeki duygusal yeme davranışının yaş ve depresyon düzeyi ile anlamlı bir ilişki içinde olduğu saptanmıştır.²⁷ Elmacıoğlu ve ark.nın yaptığı çalışmada da COVID-19 salgın sürecinin bireylerin duygusal yeme ve kontrolsüz yeme davranışında artmaya neden olduğu görülmüştür. Literatürdeki çalışmaların bulguları araştırma bulgularımızı destekler niteliktedir.²⁸

Beden kitle indeksi düşük olan öğrencilerin bilişsel kısıtlama puan ortalamaları, beden kitle indeksi ideal olan ve ideal kilonun üzeri olanlara göre daha düşüktür. Kilosu yüksek olanlar, vücut ağırlıklarını korumak için zayıf olanlara göre yeme davranışlarını daha fazla kısıtlayabilmektedir. Nalçacı İkiz’in çalışmasında da, normal ve fazla kilolu bireylerin zayıf bireylere göre bilişsel kısıtlama boyutundan daha yüksek puanlar aldığı saptanmıştır.²⁹

Öğrencilerin beden kitle indeksleri arttıkça “Duygusal Yeme” alt boyutundan aldıkları puanların da arttığı görülmüştür. Yüksek kilolu bireylerin zayıf bireylere göre daha fazla dürtüsel davranışlar sergiledikleri; yeme davranışlarının kontrollerini sağlayamadıkları, lezzetli ve yüksek kalorili besinlere daha fazla ilgilerinin olduğu, bu nedenle duygusal yemenin fazla kilolu ve obezitesi olan kişilerde daha yaygın olduğu bilinmektedir.^{26,30,31} Akfırat ve Kılçık’ın yaptığı çalışmada da katılımcıların beden kitle indekslerine göre obez olan bireylerin duygusal yeme puanının, beden kitle indeksine göre normal kiloda olan bireylerinkinden daha yüksek olduğu görülmüştür.²⁷ Araştırma bulgularımız literatürle uyumludur.

Araştırmada algılanan sosyal destek durumu yetersiz olan öğrencilerin “Duygusal Yeme” alt boyut puan ortalamasının daha yüksek olduğu görülmüştür. Duygusal yeme alt boyutu, olumsuz ruh hâliyle yeme davranışı arasındaki ilişkiyi ölçmektedir.²¹ Araştırma bulgumuza benzer şekilde, yeme bozukluğu belirtileri olan bireylerin, yeme bozukluğu belirtisi olmayan bireylere göre sosyal destek düzeylerinin daha düşük olduğu bilinmektedir.³² Ayrıca Annagür ve

ark.nın yaptığı bir araştırmada da algılanan uyumsuz sosyal ilişkilerin daha fazla bulimik semptomlarla ilişkili olduğu görülmüştür.³³

Öğrencilerin %65'inin pandemi sürecinde kilo artışı olduğu saptanmıştır. Literatürde yapılan birçok çalışmada da araştırma bulgumuza benzer şekilde, öğrencilerin okula gitmedikleri dönemlerde sağlıklı bir şekilde kilo aldıkları görülmüştür.^{26,32,33} Ayrıca COVID-19 pandemisi sürecinde; bireylerin kontrol dışı yemek tüketme, öğünler arası atıştırmalıklar tüketme ve ara öğün sayısının daha sağlıklı olduğu, gün içinde tüketilen öğün ve atıştırmalık sayısının arttığı belirtilmektedir.^{14,15}

Öğrencilerin %55,3'ünün algıladığı ruhsal iyilik durumunun orta düzeyde olduğu saptanmıştır. Algıladığı ruhsal iyilik hâli düşük olan bireylerin ABDÖ puan ortalamalarının da düşük olduğu saptanmıştır. Aile destek düzeyinin ve anne babadan görülen ilgi arttıkça bireylerin iyilik hâli düzeyinin de arttığı bilinmektedir.^{32,34}

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin, pandemi sürecinde genellikle hangi duyguları yaşadığına yönelik ifadeleri incelendiğinde; %89,8'inin kaygı, %74,7'sinin umutsuzluk, %60,1'inin zorlanma, %56,7'sinin çaresizlik ve %52,2'sinin korku yaşadığı saptanmıştır. Negatif duyguların öğrencilerde sık görüldüğü saptanmış olup, literatürdeki araştırmalar da incelendiğinde, pandemi sürecinde üniversite öğrencileri arasında negatif duyguların arttığı görülmüştür.^{6,13} Duygusal yeme, negatif duygularla başa çıkmada bir psikolojik destek olarak görülebilmektedir. Bireyler, içinde buldukları zorlayıcı durumlardan besinler aracılığıyla kaçınma davranışı gösterebilmektedir. Yapılan araştırmalarda da duygularla ilişkili zorluklar yaşamaları durumunun yeme ataklarını etkileyebileceği görülmüştür.^{8,9} Yeme bozuklukları ve obezitenin stresli durumlardan kaynaklanabileceği, bireylerin stresli durumlar karşısında tepki olarak yiyecekleri rahatlatıcı bir araç olarak kullandıkları ve kendilerini iyi hissetmek için yiyecek alımlarını artırmaya eğilimli oldukları bilinmektedir.^{26,31} Evers ve ark.nın yaptığı çalışmada da üzgün duygudurumun mutluluk hâline göre besin alımını daha fazla tetiklediği saptanmıştır.³⁵ Öğrencilerin pandemi sürecinde kontrolsüz yeme ve duygusal

yeme davranışlarının fazla olmasının nedeninin, negatif duyguları sık yaşamalarından kaynaklandığını düşündürmektedir.

ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Araştırma, tek merkezli gerçekleştirildiği için araştırma sonuçları yalnızca bu örneklem grubuna dâhil edilebilir. Ayrıca katılımcıların cinsiyete göre dağılımlarının araştırılmaması bu araştırmanın kısıtlılıklarındandır. Bununla birlikte, sınıflara göre araştırmaya katılan öğrenci sayısındaki farklılıklar da araştırmanın kısıtlılıklarından biridir. Bu kısıtlılığın pandemi döneminde gerek öğrencilere ulaşma sürecinde yaşanan güçlükler gerekse öğrencilerin bu süreçte araştırmaya katılma düzeyinin düşük olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

SONUÇ

COVID-19 pandemisi sürecinde üniversite öğrencilerinin yeme davranışları ve aile bütünlük duygusunun incelenmesinin amaçlandığı çalışmada; öğrencilerin yeme davranışlarının değiştiği, aile bütünlük duygusunun ortalamasının üzerinde olduğu, vücut ağırlıklarında değişme olduğu ve olumsuz duyguları sık yaşadıkları görülmüştür. Bu araştırmanın, pandeminin olumsuz etkilerini ortaya koyarak literatüre katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca pandeminin öğrenciler üzerinde olumsuz ve yıkıcı etkisini ortaya koyarak öğrencilerin ruh sağlığının geliştirilmesine katkı sağlanması konusunda yol gösterici olabileceği düşünülmektedir. Stresle başa çıkma, problem çözme, sağlıklı beslenme gibi konularda öğrencilere verilen eğitimlerin tekrarlanması ve öğrencilerin ruhsal ve bedensel sağlıklarını geliştirmeleri için desteklenmesi önerilmektedir. Bununla birlikte araştırma bulgularında, pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin yeme davranışlarında değişiklik olduğu ve olumsuz duyguları sıklıkla yaşadığı görülmüştür, bu 2 değişkenin birbirini etkilemiş olabileceği de düşünülmektedir. Aile bütünlük duygusu yüksek ve düşük olan gruplarda yeme davranışlarının farklı araştırma yöntemleriyle araştırılması ve farklı örneklem gruplarında aile bütünlük duygusu ile yeme davranışları arasındaki ilişkiyi inceleyen ileri düzey araştırmaların yapılması önerilmektedir.

Finansal Kaynak

Bu çalışma sırasında, yapılan araştırma konusu ile ilgili doğrudan bağlantısı bulunan herhangi bir ilaç firmasından, tıbbi alet, gereç ve malzeme sağlayan ve/veya üreten bir firma veya herhangi bir ticari firmadan, çalışmanın değerlendirme sürecinde, çalışma ile ilgili verilecek kararı olumsuz etkileyebilecek maddi ve/veya manevi herhangi bir destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması

Bu çalışma ile ilgili olarak yazarların ve/veya aile bireylerinin çıkar çatışması potansiyeli olabilecek bilimsel ve tıbbi komite üyeliği veya üyeleri ile ilişkisi, danışmanlık, bilirkişilik, herhangi bir firmada çalışma durumu, hissedarlık ve benzer durumları yoktur.

Yazar Katkıları

Bu çalışma hazırlanırken tüm yazarlar eşit katkı sağlamıştır.

KAYNAKLAR

- Rothan HA, Byrareddy SN. The epidemiology and pathogenesis of coronavirus disease (COVID-19) outbreak. *J Autoimmun.* 2020;109:102433. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet.* 2020;395(10227):912-20. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Ataman K, Bozkurt V, Göka E, İlhan MN, Yıldırım N, Çiftçi E, et al. COVID-19 küresel salgınının toplumsal etkileri [The social effects of COVID-19 pandemic]. *Türk Hij Den Biyol Dergisi.* 2021;78(3):235-48. [Crossref]
- Ministry of education: national elementary and middle school network cloud platform opens for free use today [Internet]. ©1999-2022 chinanews.com. 2021 [Cited: February 17, 2021]. Available from: [Link]
- Magson NR, Freeman JYA, Rapee RM, Richardson CE, Oar EL, Fardouly J. Risk and protective factors for prospective changes in adolescent mental health during the COVID-19 pandemic. *J Youth Adolesc.* 2021;50(1):44-57. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Sun S, Goldberg SB, Lin D, Qiao S, Operario D. Psychiatric symptoms, risk, and protective factors among university students in quarantine during the COVID-19 pandemic in China. *Global Health.* 2021;17(1):15. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Liu X, Liu J, Zhong X. Psychological state of college students during Covid-19 epidemic. *SSRN.* 2020. [Crossref]
- Whiteside U, Chen E, Neighbors C, Hunter D, Lo T, Larimer M. Difficulties regulating emotions: do binge eaters have fewer strategies to modulate and tolerate negative affect? *Eat Behav.* 2007;8(2):162-9. [Crossref] [PubMed]
- Kriaucioniene V, Bagdonaviciene L, Rodríguez-Pérez C, Petkeviciene J. Associations between Changes in Health Behaviours and Body Weight during the COVID-19 Quarantine in Lithuania: The Lithuanian COVIDiet Study. *Nutrients.* 2020;12(10):3119. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Özkan Y, Danışmaz Sevin M, Avcı ÜE. Buzdolabında aranan mutluluk: covid-19 küresel salgın sürecinde depresyon, anksiyete ve stresin duygusal yeme bozukluğuna etkisi [Happiness in the refrigerator: the effects of depression, anxiety and stress on emotional eating disorder in the whole Covid-19 pandemic]. *Journal of Society & Social Work.* 2020;32(5):183-200. [Crossref]
- Özer S, Okat Ç. Yeni koronavirüs (Covid-19) günlerinde bireylerin yeme tutumlarının incelenmesi [Investigation of individuals' eating attitudes during the novel coronavirus (Covid-19) day]. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi.* 2021;5(1):84-102. [Crossref]
- Dilber A, Dilber F. Koronavirüs (COVID-19) salgınının bireylerin beslenme alışkanlıkları üzerindeki etkisi: Karaman ili örneği [The effect of coronavirus (COVID-19) disease on the nutritional habits of individuals: the case of Karaman province]. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies.* 2020;8(3):2144-62. [Crossref]
- Błaszczuk-Bebenek E, Jagielski P, Boleslawska I, Jagielska A, Nitsch-Osuch A, Kawalec P. Nutrition Behaviors in Polish Adults before and during COVID-19 Lockdown. *Nutrients.* 2020;12(10):3084. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Phillipou A, Meyer D, Neill E, Tan EJ, Toh WL, Van Rheenen TE, et al. Eating and exercise behaviors in eating disorders and the general population during the COVID-19 pandemic in Australia: initial results from the COLLATE project. *Int J Eat Disord.* 2020;53(7):1158-65. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Di Renzo L, Gualtieri P, Cinelli G, Bigioni G, Soldati L, Attinà A, et al. Psychological aspects and eating habits during COVID-19 home confinement: results of EHLCOVID-19 Italian online survey. *Nutrients.* 2020;12(7):2152. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Dietz W, Santos-Burgoa C. Obesity and its Implications for COVID-19 Mortality. *Obesity (Silver Spring).* 2020;28(6):1005. [Crossref] [PubMed]
- Butler MJ, Barrientos RM. The impact of nutrition on COVID-19 susceptibility and long-term consequences. *Brain Behav Immun.* 2020;87:53-54. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Koca ŞN. Covid-19 salgınının aile yapısına etkileri [Effects of Covid-19 outbreak on family structure]. *Journal of Bitlis Eren University Humanities and Social Sciences.* 2021;1(1):18-38. [Link]
- Ergül B, Yılmaz V. Covid-19 salgını süresince aile içi ilişkilerin doğrulayıcı faktör analizi ile incelenmesi [Investigation of family relations with confirmatory factor analysis during the COVID-19 outbreak]. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi.* 2020;38-51. [Crossref]
- Çeçen AZ. The Turkish Version of the Family Sense of Coherence Scale-Short Form (FSOC-S): Initial Development and Validation. *Educational Sciences: Theory & Practice.* 2007;7(3):1199-220. [Crossref]
- Şeren Karakuş S, Yıldırım H, Büyüköztürk Ş. Adaptation of three factor eating questionnaire (TFEQ-R21) into Turkish culture: a validity and reliability study. *TAF Preventive Medicine Bulletin.* 2016;15(3):229-37. [Crossref]
- Antonovsky A, Sourani T. Family sense of coherence and family adaptation. *J Marriage Fam.* 1988;50(1):79-92. [Crossref]
- Raffaelli M, Andrade FC, Wiley AR, Sanchez-Armass O, Edwards LL, Aradillas-Garcia C. Stress, social support, and depression: a test of the stress-buffering hypothesis in a Mexican sample. *J Res Adolesc.* 2013;23(2):283-9. [Crossref]

24. Christensen U, Schmidt L, Kriegbaum M, Hougaard CØ, Holstein BE. Coping with unemployment: does educational attainment make any difference? *Scand J Public Health*. 2006;34(4):363-70. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
25. Wickens L, Greeff AP. Sense of family coherence and the utilization of resources by first-year students. *The American Journal of Family Therapy*. 2005;33(5):427-41. [[Crossref](#)]
26. Wang YC, Vine S, Hsiao A, Rundle A, Goldsmith J. Weight-related behaviors when children are in school versus on summer breaks: does income matter? *J Sch Health*. 2015;85(7):458-66. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
27. Akfırat ON, Kılçık DG. Covid-19 salgın dönemi duygusal yeme davranışının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Milli Eğitim Özel Eğitim ve Rehberlik Dergisi*. 2021;1(2):240-68. [[Link](#)]
28. Elmacıoğlu F, Emiroğlu E, Ülker MT, Özyılmaz Kırcalı B, Oruç S. Evaluation of nutritional behaviour related to COVID-19. *Public Health Nutr*. 2021;24(3):512-8. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
29. Nalçacı İkiz A. TFEQ-R21 ile üniversite öğrencilerinin yeme davranışlarının incelenmesi [Examination of eating behaviors of university students with TFEQ-R21]. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*. 2019;7(2):968-79. [[Crossref](#)]
30. von Hippel PT, Workman J. From kindergarten through second grade, U.S. children'S obesity prevalence grows only during summer vacations. *Obesity (Silver Spring)*. 2016;24(11):2296-300. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
31. Nishitani N, Sakakibara H. Relationship of obesity to job stress and eating behavior in male Japanese workers. *Int J Obes (Lond)*. 2006;30(3):528-33. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
32. Deveci B, Deveci B, Avcıkurt C. Yeme davranışı: gastronomi ve mutfak sanatları öğrencileri üzerine bir araştırma [Eating behavior: an investigation on gastronomy and culinary arts pupils]. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*. 2017;118-34. [[Crossref](#)]
33. Annagür BB, Orhan FÖ, Özer A, Tamam L. Obezitede dürtüsel-lik ve emosyonel faktörler: bir ön çalışma [Impulsivity and emotional factors in obesity: a preliminary study]. *Noro Psikiyatı Ars*. 2012;49(1):14-9. [[Link](#)]
34. Herzog DB, Norman DK, Rigotti NA, Pepose M. Frequency of bulimic behaviors and associated social maladjustment in female graduate students. *J Psychiat Res*. 1986;20(4):355-61. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
35. Evers C, Adriaanse M, de Ridder DT, de Witt Huberts JC. Good mood food. Positive emotion as a neglected trigger for food intake. *Appetite*. 2013;68:1-7. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]