

Makale Türü	Eylül 2023	Cilt	Sayı
Araştırma Makalesi	Başvuru Tarihi: 13.05.2023 Kabul Tarihi: 28.08.2023	3	2

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE EKO-ANKSİYETE DÜZEYİ VE BESLENME ALIŞKANLIKLARIYLA İLİŞKİSİ: ERCİYES ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ¹

Fatma Nur ORAL*

Hasan DURMUŞ**

Öz

Amaç: Bu çalışmada Erciyes Üniversitesi'nde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin eko-anksiyete düzeylerini saptamak ve beslenme alışkanlıklarıyla ilişkisini değerlendirmek amaçlanmıştır. **Gereç ve Yöntem:** Araştırma verileri yüz yüze anket yöntemiyle toplanmıştır. Eko-anksiyete düzeyini saptamak amacıyla Eko-anksiyete Ölçeği kullanılmıştır. Beslenme alışkanlıklarını değerlendirmek için de Beslenme Alışkanlıkları Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmadan elde edilen veriler SPSS 24.0 istatistik program ile değerlendirilmiştir. İstatistik testlerde anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir. Örneklem büyüklüğü EpiInfo programı ile hesaplanmıştır. Örneklem büyüklüğü 1107 olarak bulunmuştur. **Bulgular:** Öğrencilerin çoğunluğu normal BKİ grubundadır. Kadınlarda eko-anksiyete ölçeği puanı ortancası erkeklere göre yüksek bulunmuştur. Bireylerin kendi başlarına iklim değişikliğini etkileyebileceğine inanan öğrencilerin eko-anksiyete ölçeği puanı ortancaları inanmayan öğrencilerden yüksektir. Eko-anksiyete ölçeği puanı ortalaması 12,39; beslenme alışkanlıkları ölçeği puanı ortalaması 179,25'tir. **Sonuç:** Öğrencilerin büyük bir kısmı iklim değişikliği kavramına ve bireylerin kendilerinin iklim değişikliğini etkileyebileceğine inanmasına karşın iklim değişikliğinin önlenmesi konusunda bir etkinlikte bulunmamaktadır. Eko-anksiyete ölçeği ile beslenme alışkanlıkları ölçeği arasında çok zayıf bir ilişki saptanmıştır. Bu çalışma günümüzün en önemli güncel konularından birisi olan iklim krizi konusuna dikkat çekmek ve özellikle bu konuda endişeye sahip olduğu düşünülen genç kesimde durumun ne olduğunu göstermek için yapılmış bir çalışmadır.

Anahtar Kelimeler: Küresel İklim Değişikliği, Eko-Anksiyete, Beslenme Alışkanlıkları, Üniversite Öğrencileri, Çevresel Kaygı

ECO-ANXIETY LEVEL AND ITS RELATIONSHIP WITH NUTRITIONAL HABITS IN UNIVERSITY STUDENTS: ERCİYES UNIVERSITY EXAMPLE

Abstract

Objective: In this study, it was aimed to determine the eco-anxiety levels of university students studying at Erciyes University and to evaluate its relationship with their eating habits. **Material and Method:** Research data were collected by face-to-face survey method. The Eco-anxiety Scale was used to determine the level of eco-anxiety. The Nutritional Habits Scale was used to evaluate the eating habits. The data obtained from the study were evaluated with the SPSS 24.0 statistical program. In statistical tests, the level of significance was accepted as $p<0,05$. The sample size was calculated with the EpiInfo program. The sample size was found to be 1107. **Results:** The majority of the students are in the normal BMI group. The median of the eco-anxiety scale score was higher in women than in men. The median of eco-anxiety scale scores of students who believe that individuals can affect climate change on their own are higher than those who do not. The mean eco-anxiety scale score was 12,39; The mean score of the eating habits scale is 179,25. **Conclusion:** Although most of the students believe in the concept of climate change and that individuals themselves can affect climate change, they do not take any action on the prevention of climate change. A very weak correlation was found between the eco-anxiety scale and the eating habits scale. This study is a study conducted to draw attention to the climate crisis, one of the most important current issues of our time, and to show what the situation is especially among the young people who are thought to be concerned about this issue.

Keywords: Global climate change, eco-anxiety, nutrition habits, university students, environmental concern

¹ Tezden üretilmiş çalışmadır.

* Yüksek Lisans Öğrencisi, Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, fatmanuroral97@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0007-3181-4110>.

** Doçent Doktor, Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, hasandurmus@erciyes.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0001-5719-1475>

1. GİRİŞ

Sera gazlarının atmosferde kontrolsüz bir şekilde birikmesi daha çok güneş ışınlarının tutulmasıyla yeryüzünün ısınmasına neden olmaktadır. Sera etkisinin artması küresel ısınmaya ve iklim değişikliğine neden olmaktadır (Akçakaya et al., 2015). İklim krizi ise iklim değişikliğinin artık görmezden gelinemeyecek bir acil durum halini almasıdır (Arias et al., 2021).

İklim krizine karşı bazı bireyler olumsuz duygular hissedebilmektedir. Bu duygulardan biri anksiyetedir (Clayton & Karazsia, 2020). Eko-anksiyete dünyanın ve içinde barındırdığı canlıların geleceğiyle alakalı belirsizlik ve iklim krizi sonucu ortaya çıkabilecek felaketlerden endişe duyma olarak tanımlanabilir (Baudon & Jachens, 2021; Maria Ojala, 2007; Solomon & Stone, 2002). Ekolojik krizler bireylerde kontrol edilemezlik, ön görülemezlik ve belirsizlik duygularına sebep olabilmektedir (Yunus, 2022).

Afetler başta olmak üzere iklim krizi insanlarda sağlık durumunu olumsuz etkileyecek bir stres kaynağı olabileceği gibi ruhsal ve zihinsel sağlık problemleri de insanların uyku, egzersiz ve beslenme alışkanlıklarını değiştirerek fiziksel sağlık problemleri meydana getirebilmektedir (Clayton, Manning, Krygsman, & Speiser, 2017). Genetik özellikler, yaş, fiziksel aktivite, çalışma şartları, sosyal ve çevresel etmenler, stres gibi özelliklerin birleşmesi insanların beslenme durumunu açığa çıkartır (Pekcan, 2008). Anksiyete, öfke, yalnızlık gibi olumsuz duyguların duygusal yeme davranışını meydana getirdiği belirtilmektedir (Canetti, Bachar, & Berry, 2002). Stres, kaygı, güvensizlik ve yalnızlık gibi hisler de insanları psikolojik yönden etkilemekte ve bazı insanların daha çok yemek yemesine sebebiyet verebilmektedir. Bu gibi durumlar üniversite öğrencilerini de etkilemektedir. Yetersiz ve dengesiz beslenme sonucunda zayıflık ya da obezlik meydana gelebilmektedir. Bu dönemdeki beslenmenin ileri yaşlarındaki sağlıklarını etkileyeceği düşünüldüğünde bu durum daha çok önem kazanmaktadır (Sürücüoğlu, 1999).

Dünya genelinde tüm insanlığı ilgilendiren küresel iklim değişikliği konusuna dikkat çekmek ve Türkiye’de önemli bir nüfusa sahip üniversite öğrencilerinin bu konuda yaşadığı tahmin edilen kaygı düzeyini belirlemek bu çalışmanın temel amaçlarından biridir. Bunun yanında üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının ne yönde olduğu ve eko-anksiyete düzeyleri ile beslenme alışkanlıkları arasında bir ilişkinin kurulup kurulamayacağı diğer temel amaçları oluşturmaktadır.

2. YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Yeri ve Zamanı

Araştırma 2022-2023 Eğitim-Öğretim Yılı Güz Dönemi’nde Erciyes Üniversitesi’nde Kasım-Aralık 2022 tarihleri arasında yapılmıştır. Anket uygulama süreci 4 haftadır. Öğrencilerin anket formunu tamamlamaları yaklaşık 25 dakikadır.

2.2. Araştırmanın Tipi

Bu çalışma Erciyes Üniversitesi'nde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin eko-anksiyete düzeylerini belirlemek ve beslenme alışkanlıklarıyla ilişkilendirmek için kesitsel tipte planlanmış bir çalışmadır.

2.3. Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Erciyes Üniversitesi öğrenci sayısı 44976'dır, daha önce yapılmış bir çalışmada çevresel kaygının %59 olduğu görülmüştür (Hickman et al., 2021). Örneklem büyüklüğü EpiInfo programı ile hesaplanmıştır. Beklenen frekans %59, hata payı %5, güven düzeyi %95 ve desen etkisi 3 alınarak yapılan örneklem büyüklüğü 1107 olarak bulunmuştur. Kura ile sağlık, sosyal ve fen fakültelerinden bir fakülte seçilmiş ve sosyal bilimler için iletişim fakültesi, fen bilimleri için mühendislik fakültesi, sağlık bilimleri için sağlık bilimleri fakülteleri belirlenmiştir. Fakültelerdeki öğrenci sayısı ile örneklem büyüklüğü ağırlıklandırılmıştır ve fakültelerden en az ulaşılması hedeflenen öğrenci sayıları şu şekilde belirlenmiştir; mühendislik fakültesinden 747, sağlık bilimleri fakültesinden 191 ve iletişim fakültesinden 169.

2.4. Araştırma Verilerinin Toplanması

Araştırma verileri yüz yüze anket yöntemiyle toplanmıştır. Veriler toplanmadan önce Erciyes Üniversitesi Etik Kurul Onayı alınmıştır. Araştırmanın amacı ve içeriği öğrencilere anlatılmış, araştırmaya katılmayı kabul eden öğrencilere anket soruları yöneltilmiştir. Üniversite öğrencilerinin tanımlayıcı bilgileri için araştırmacı tarafından hazırlanan sorular sorulmuştur. Eko-anksiyete düzeyini saptamak amacıyla Eko-anksiyete Ölçeği kullanılmıştır. Eko-anksiyete Ölçeği kişilerin çevre sorunlarıyla karşılaştıkları zaman ortaya koydukları psikolojik tepkileri değerlendirmek amacıyla ortaya çıkmıştır. 4 alt boyuttan ve 13 sorudan oluşmaktadır. Ters puanlama yoktur. Ölçeğin toplam puanındaki ve alt boyutların ortalama puanındaki artış eko-anksiyete düzeyinin arttığını göstermektedir (Hogg, Stanley, O'Brien, Wilson, & Watsford, 2021). Beslenme alışkanlıklarını değerlendirmek için de Beslenme Alışkanlıkları Ölçeği kullanılmıştır. 4 alt boyut ve 65 sorudan oluşmaktadır. Alt boyutları ise şişmanlığa karşı ön yargılar, şişmanlığın getirdiği olumlu ve olumsuz düşünceler, şişmanlığa karşı kendilik algıları ve yemek yeme davranışlarıdır (Kundakçı, 2005).

2.5. İstatistik Değerlendirmeler

Çalışmadan elde edilen veriler SPSS 24.0 (Statistical Package for Social Science) istatistik program ile değerlendirilmiştir. Değişken olarak cinsiyet, BKİ gruplaması, eko-anksiyete düzeyi ve beslenme alışkanlıklarının ne yönde olduğu ele alınmıştır. Ölçek puanları için normalite testleri yapılmıştır. Burada skewness ve kurtosis değerleri bakılmıştır. Skewness/standart hata ve kurtosis/standart hata değeri hesaplanmıştır. Kolmogorov-smirnov testi sonucunda da p değeri 0,05'ten küçük çıktığı için verilerin normal dağılım göstermediği görülmüştür. Ölçek puanları ve sosyo demografik veriler arasındaki ilişki; verilerin normal dağılmaması durumundan dolayı Mann Whitney-U testi ve Kruskal Wallis

testi ile gösterilmiştir. Ölçek puanları arasındaki ilişki ise korelasyon analizi ile gösterilmiştir. İstatistik testlerde anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

2.6. Araştırmanın Kısıtlılıkları

Bu çalışmanın sınırlılıklarından birisi çalışmanın bulgular kısmının Eko-anksiyete Ölçeği ve Beslenme Alışkanlıkları Ölçeği'nin maddeleriyle sınırlı kalmasıdır.

Sınırlılıklarından diğeri ise verilerin çalışmaya katılan gönüllü üniversite öğrencilerinin verdikleri cevaplar neticesinde değerlendirilmiş olmasıdır.

3. BULGULAR

Bu bölümde Erciyes Üniversitesi öğrencilerinin demografik bilgileri, eko-anksiyete düzeyleri ve beslenme alışkanlıklarının araştırıldığı çalışmanın bulguları yer almaktadır. Bulgular tablolar halinde gösterilmiş ve tabloların açıklamaları verilmiştir.

Tablo 1. Üniversite öğrencilerinin demografik bilgileri

		SAYI (n)	YÜZDE (%)
CİNSİYET	Kadın	640	57,8
	Erkek	467	42,2
BKİ GRUBU	Zayıf	177	16,0
	Normal	663	59,9
	Kilolu	215	19,4
	Obez	52	4,7
FAKÜLTE	Mühendislik	747	67,4
	Sağlık Bilimleri	191	17,3
	İletişim	169	15,3
KALINAN YER	Ev	592	53,5
	Yurt	515	46,5
EKONOMİK GELİR	Gelir Giderden Az	207	18,7
	Gelir Gidere Denk	676	61,1
	Gelir Giderden Fazla	224	20,2
BAŞARI DURUMU	Düşük	102	9,2
	Orta	827	74,7
	Yüksek	178	16,1
TOPLAM		1107	100

Erciyes Üniversitesi öğrencilerinin demografik bilgileri verilmiştir. %57,8'i kadın, %42,2'si erkek olmak üzere toplam 1107 öğrenci ile çalışma yapılmıştır. BKİ sonuçları gruplandırıldığında öğrencilerin %16,0'sının zayıf, %59,9'unun normal, %19,4'ünün kilolu ve %4,7'sinin obez grubunda yer aldığı saptanmıştır. Öğrencilerin %67,5'i mühendislik fakültesi öğrencisi, %17,3'ü sağlık bilimleri fakültesi öğrencisi, %15,3'ü iletişim fakültesi öğrencisidir. Öğrencilerin kaldıkları yer sorgulandığında %53,5'inin evde, %46,5'inin yurttan kaldığı öğrenilmiştir. Ailelerinin ekonomik gelir sorusuna öğrencilerin %18,7'si gelir giderden az, %61,1'i gelir gidere denk, %20,2'si gelir giderden fazla cevabını vermiştir. Akademik başarı durumlarını öğrencilerin %9,2'si düşük, %74,7'si orta, %16,1'i yüksek olarak değerlendirmiştir.

Tablo 2. Eko-anksiyete ölçeği puanının cinsiyet ve BKİ grubuyla ilişkisi

Eko-anksiyete Ölçeği Puanı				
CİNSİYET	n	Medyan (Min-Max)	U	p
Kadın	640	13,00 (1,00-36,00)	120108,500	<0,001
Erkek	467	11,00 (1,00-33,00)		
BKİ GRUBU	n	Medyan (Min-Max)	x ²	p
Zayıf	177	12,00 (1,00-31,00)	4,226	0,238
Normal	663	12,00 (1,00-36,00)		
Kilolu	215	12,00 (1,00-35,00)		
Obez	52	11,00 (2,00-31,00)		
TOPLAM	1107			

Bu tabloda eko-anksiyete ölçeği puanının cinsiyetle ilişkisine yer verilmiştir. Kadınlarda eko-anksiyete ölçeği puanı ortancası 13 bulunmuştur. Minimum 1, maksimum 36 puan görülmüştür. Erkeklerde eko-anksiyete ölçeği puanı ortancası 11 bulunmuştur. Minimum 1, maksimum 33 puan görülmüştür. Burada p değeri 0,000'dır. Kadınların erkeklere göre daha yüksek bir ölçek puanına sahip olduğu, eko-anksiyetelerinin daha fazla olduğu görülmektedir.

Eko-anksiyete ölçeği puanının BKİ grubuyla ilişkisinde zayıf BKİ grubunda eko-anksiyete ölçeği puanı ortancası 12, normal BKİ grubunda 12, kilolu BKİ grubunda 12 ve obez BKİ grubunda 11 bulunmuştur. Burada anlamlı bir farktan söz edilemez(p>0,05).

Tablo 3. Eko-anksiyete ölçeği puanının iklim değişikliğine yönelik değişkenlerle ilişkisi

Eko-anksiyete Ölçeği Puanı				
	n	Medyan (Min-Max)	U	p
İklim değişikliği kavramına inanma				
Evet	1085	12,00 (1,00-36,00)	8851,500	0,103
Hayır	22	9,00 (1,00-27,00)		
Bireylerin kendi başlarına iklim değişikliğini etkileyebileceğine inanma				
Evet	774	12,00 (1,00-36,00)	111181,000	0,013
Hayır	333	9,00 (1,00-27,00)		
İklim değişikliğinin önlenmesi konusunda etkinliklerde bulunma				
Evet	269	12,00 (1,00-36,00)	103043,000	0,139
Hayır	838	9,00 (1,00-27,00)		
TOPLAM	1107			

Bu tabloda eko-anksiyete ölçeği puanının öğrencilere yöneltilen iklim değişikliğine ilişkin sorularla ilişkisi verilmiştir. İklim değişikliğine inanan öğrencilerin eko-anksiyete ölçeği puanı ortancaları 12 bulunmuştur. İklim değişikliğine inanmayan öğrencilerin eko-anksiyete ölçeği puanı ortancaları 9'dur. Burada p>0,05 olduğu için anlamlı bir farklılıktan söz edilemez. Bireylerin kendi başlarına iklim değişikliğini etkileyebileceğine inanan öğrencilerin eko-anksiyete ölçeği puanı ortancaları 12'dir. Minimum 1, maksimum 36 puan ölçülmüştür. İnanmayan öğrencilerin eko-anksiyete ölçeği puanı ortancaları 9'dur. Minimum 1, maksimum 27 puan ölçülmüştür. Burada p<0,05 olduğu için anlamlı bir fark vardır. Öğrenciler kendilerinin iklim değişikliğini etkileyebildiğine inandıklarında daha yüksek puan almışlardır. Eko-anksiyeteleri bu anlamda artmaktadır. İklim değişikliğinin önlenmesi konusunda etkinliklerde bulunan öğrencilerin eko-anksiyete ölçeği puanı ortancaları 12, bulunmayan öğrencilerin eko-anksiyete ölçeği puanı ortancaları 9 bulunmuştur. Burada p>0,05 olduğu için anlamlı bir farklılıktan söz edilemez.

Tablo 4. Cinsiyetin ve BKİ grubunun beslenme alışkanlıkları ölçeği puanıyla ilişkisi

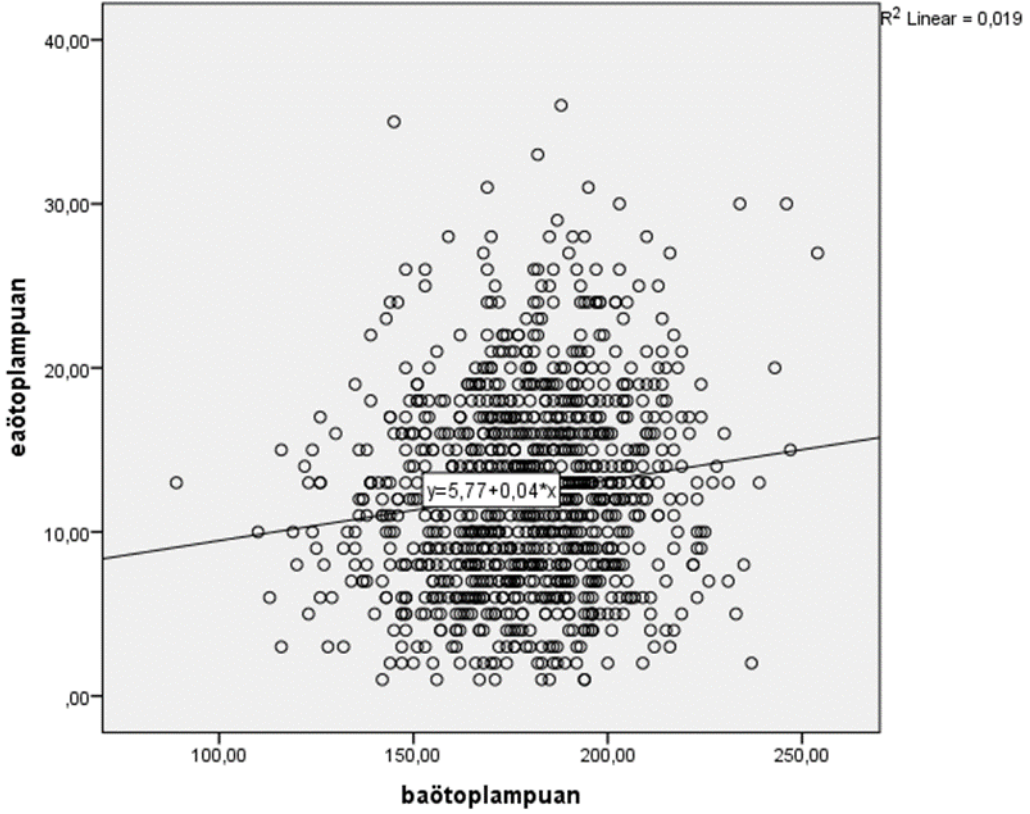
		Beslenme Alışkanlıkları Ölçeği Puanı		
CİNSİYET	n	Medyan (Min-Max)	U	p
Kadın	640	179,00 (89,00-254,00)	138119,000	0,031
Erkek	467	181,00 (119,00-243,00)		
BKİ GRUP	n	Medyan (Min- Max)	x²	p
Zayıf	177	170,00 (116,00-254,00)	70,840	<0,001
Normal	663	179,00 (89,00-246,00)		
Kilolu	215	186,00 (138,00-243,00)		
Obez	52	193,00 (119,00-226,00)		
TOPLAM	1107			

Bu tabloda beslenme alışkanlıkları ölçeği puanının cinsiyetle ilişkisine yer verilmiştir. Kadınlarda beslenme alışkanlıkları ölçeği puanı ortancası 179 olarak bulunmuştur. Minimum 89, maksimum 254 puan görülmüştür. Erkeklerde beslenme alışkanlıkları ölçeği puanı ortancası 181 olarak bulunmuştur. Minimum 119, maksimum 243 puan görülmüştür. Erkeklerin beslenme alışkanlıkları ölçeği puanı ortancası kadınlarınkine göre daha büyüktür ($p<0,05$).

Zayıf BKİ grubunda olan öğrencilerin beslenme alışkanlıkları ölçeği puanı ortancası 170'tir. Minimum 116, maksimum 254 puan alınmıştır. Normal BKİ grubunda olan öğrencilerin beslenme alışkanlıkları ölçeği puanı ortancası 179'tur. Minimum 89, maksimum 246 puan alınmıştır. Kilolu BKİ grubunda olan öğrencilerin beslenme alışkanlıkları ölçeği puanı ortancası 186'dır. Minimum 138, maksimum 243 puan alınmıştır. Obez BKİ grubunda olan öğrencilerin beslenme alışkanlıkları ölçeği puanı ortancası 193'tür. Minimum 119, maksimum 226 puan alınmıştır. Zayıf BKİ grubundan obez BKİ grubuna doğru gidildikçe beslenme alışkanlıkları ölçeği puanı ortancası artmaktadır ($p<0,05$).

3.1. Eko-anksiyete Ölçeği Puanı ile Beslenme Alışkanlıkları Ölçeği Puanının Korelasyonu

Bu bölümde çalışmada kullanılan iki ölçeğin, eko-anksiyete ve beslenme alışkanlıkları ölçeklerinin korelasyon analizinin sonuçları verilmiştir. Eko-anksiyete ölçeği puanı ortalaması 12,39; beslenme alışkanlıkları ölçeği puanı ortalaması 179,25'tir. Burada korelasyon katsayısının gücü 0,131 bulunmuştur ve eko-anksiyete ile beslenme alışkanlıkları ölçeği puanı arasında çok zayıf bir ilişkinin olduğunu göstermektedir.



Şekil 1: Eko-anksiyete Ölçeğinin Beslenme Alışkanlıkları Ölçeği ile Korelasyonu

4. TARTIŞMA

Yaptığımız bu çalışma ile küresel olarak dünyamızı etkileyen en güncel durumlardan biri olan küresel iklim değişikliği ile ilgili üniversite öğrencilerinin bu konudaki genel görüşlerini öğrenmek ve bu konuya yönelik kaygı düzeylerini belirlemek aynı zamanda eko-anksiyete düzeyleri ile beslenme alışkanlıkları arasında bir ilişki var mıdır sorusuna cevap aramak amaçlanmaktadır. Çalışmanın bu bölümünde bulgular kısmında elde edilmiş verilerin literatürdeki benzer çalışmalarla göstermiş olduğu benzer ve farklı sonuçlar ele alınacaktır.

Tablo 1’de görüldüğü üzere bu çalışma için 1107 Erciyes Üniversitesi öğrencisi ile anket çalışması yapılmıştır. Kız öğrenciler erkek öğrencilerden fazladır. Ailelerinin ekonomik durumları sorgulandığında öğrencilerin çoğu gelir gidere denk cevabını vermiştir. Öğrencilerin %74,7’si akademik başarısını orta olarak değerlendirmiştir. Öğrencilerin BKİ’leri hesaplanmış ve hangi BKİ grubunda olduğu belirtilmiştir. Buna göre öğrencilerin %59,9’u normal BKİ, %19,4’ü kilolu BKİ, %16,0’sı zayıf BKİ ve %4,7’si obez BKİ grubundadır. Kız öğrencilerin %62,0’si normal, %21,7’si zayıf, %13,6’sı kilolu ve %2,7’si obez grubundadır. Erkek öğrencilerin %57,0’si normal, %27,4’ü kilolu, %8,1’i zayıf ve %7,5’i obez grubundadır.

Süleyman Demirel Üniversitesi öğrencileri ile yapılan çalışmada öğrencilerin BKİ’lerinin genel olarak normal aralıkta olduğu bulunmuştur. Kadınların %17,4’ünün zayıf olduğu belirtilmiştir (SAYGIN et al., 2011). Üniversite öğrencileri ile yapılan bir başka çalışmada kız öğrencilerin %7,9’unun; erkek öğrencilerin %26,5’inin kilolu veya obez oldukları sonucuna ulaşılmıştır (Arslan, Daşkapan, & Çakır, 2016). Ankara Üniversitesi’nde yapılan bir çalışmada kızların

%84,2'sinin; erkeklerin %71,4'ünün normal BKİ aralığında olduğu ayrıca erkeklerde zayıflığın görülmediği; kızların %10'unda görüldüğü saptanmıştır (Faydaoğlu, Energin, & Sürücüoğlu, 2013). Literatürdeki bu çalışmalarla Erciyes Üniversitesi öğrencileri ile yapılan çalışmanın sonuçları benzerlik göstermektedir. Öğrencilerin geneli normal BKİ grubunda bulunmaktadır. Zayıf BKİ grubunda kız öğrencilerin, kilolu ve obez BKİ grubunda erkek öğrencilerin çoğunlukta olduğu görülmektedir. Bu durum kız öğrencilerin beslenme konusunda daha dikkatli olması ve dış görünüşlerine daha çok önem vermesi ile açıklanabilir (Zemzemoğlu, Sinem, Uludağ, & Sevda, 2019).

Erciyes Üniversitesi öğrencilerine 13 soruluk eko-anksiyete ölçeği uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda kız öğrencilerde ölçek puanı erkek öğrencilerinkine göre daha yüksektir. Bu da kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek eko-anksiyete düzeyine sahip olduklarını göstermektedir (Tablo 2). Eko-anksiyete ölçeği puanı ile iklim değişikliği ile alakalı soruların ilişkisine bakılmıştır. Öğrencilerin iklim değişikliği konusunda bireysel etkilerinin olduğuna inandıklarında daha yüksek eko-anksiyete düzeyine sahip oldukları görülmektedir (Tablo 3).

Yapılan bir çalışma kadınların erkeklerden daha yüksek eko-anksiyete yaşadıklarını göstermektedir. Bir felaket durumunda travma sonrası stres bozukluğu yaşama oranı kadınlarda daha yüksektir (Doherty & Clayton, 2011). Bir diğer çalışma da iklim değişikliğini doğrudan deneyimleyen katılımcıların daha yüksek eko-anksiyete düzeyine sahip olduklarını göstermiştir. Kadınlar erkeklere göre travma öncesi ve sonrasında daha yüksek oranda stres yaşadıklarını bildirmişlerdir (Patrick et al., 2022). Literatürdeki bu çalışmaların sonuçları ile yaptığımız çalışmanın sonuçları paralellik göstermektedir. Kadınlar erkeklerden daha yüksek düzeyde eko-anksiyete yaşamaktadırlar.

Literatüre bakıldığında eko-anksiyete düzeyi ile çevre yanlısı davranış geliştirme pozitif olarak ilişkili bulunmuştur (Ballman, 2020; M Ojala, 2008). Buna karşın çevre yanlısı davranışlarda bulunmak eko-anksiyeteyi olumsuz olarak da etkileyebilir. İnsanlar iklim değişikliğinin etkilerini azaltmada bireysel davranışlarının yeterli olmadığını fark edebilirler ve bunun sonucunda hayal kırıklığı ve umutsuzluk duyguları artabilir (Helm, Kemper, & White, 2021; Schneider-Mayerson & Leong, 2020). Yaptığımız çalışmada öğrencilerin eko-anksiyete düzeyleri ile iklim değişikliğinin önlenmesi konusunda bir etkinlikte bulunup bulunmadıklarının ilişkisine bakılmıştır. Öğrencilerin eko-anksiyete yaşasalar bile bu durumun önlenmesi konusunda bir çalışmada bulunmadıkları görülmüştür. Olayın farkında olmalarına rağmen çözüm noktasında sorumluluk almadıkları görülmektedir.

Tuğay (2019), çalışmasında beslenme alışkanlıkları ölçeği kullanmış ve ölçek puanı ile cinsiyet ve BKİ grubunun ilişkisine bakmıştır. Öğrencilerin beslenme alışkanlıkları puanı ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Ancak öğrencilerin beslenme alışkanlıkları puanı ile BKİ grupları analiz edildiğinde $p < 0,05$ çıkmıştır ve anlamlı bir fark vardır. Bu çalışmada ve yaptığımız çalışmada kız ve erkek öğrencilerin yüzde olarak birbirine yakın olmasına rağmen beslenme alışkanlıkları ölçeği ile cinsiyet farklı sonuç oluşturmaktadır. Bu konuda daha fazla

çalışmaya ihtiyaç olduğu ve bunun neticesinde daha güvenilir sonuçlara ulaşılabileceği açıktır.

Yaptığımız çalışmada eko-anksiyete ölçeği ve beslenme alışkanlıkları ölçeği olmak üzere iki ölçek kullanılmıştır. Bu iki ölçekten alınan ölçek puanlarının korelasyonuna bakıldığında çok zayıf bir ilişki olduğu görülmüştür. Sonuçta eko-anksiyete düzeyi arttıkça beslenme düzeyleri de artmaktadır.

Yapılan bir çalışmada iklim değişikliği endişesi ile yeme ile ilgili eko-anksiyete arasında büyük ve anlamlı bir korelasyon bulunmuştur. İklim değişikliği endişesi arttığında yeme ile ilgili eko-anksiyete de artmaktadır (Qi et al., 2022). Yaptığımız çalışmada eko-anksiyete arttıkça yemek yeme davranışlarının arttığı görülmüştür. Öğrenciler endişeliyse yemek yemeleri artmıştır. Bir çalışmada duygusal olarak kendini iyi hissetmediği zamanlarda sıklıkla ve çok sıklıkla daha çok yerim ifadesini işaretleyenler katılımcıların %41,6'sını oluşturmaktadır (Arıkan, 2015). Yaptığımız çalışmada da bu durum desteklenmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak üniversite öğrencilerinin çoğunluğu normal BKİ grubundadır. Kız öğrenciler erkek öğrencilere göre daha yüksek eko-anksiyete düzeyine sahiptir. Öğrenciler kendilerinin iklim değişikliğini etkileyebileceğine inandıklarında daha yüksek eko-anksiyete düzeyine sahip olmuşlardır. Eko-anksiyete ölçeği ile beslenme alışkanlıkları ölçeği arasında çok zayıf bir ilişki saptanmıştır. Bu sonuçlar neticesinde çalışmanın yapılma amaçlarından üniversite öğrencilerinin eko-anksiyete düzeylerini saptamak ve beslenme alışkanlıklarıyla bir ilişki gösterip göstermediği bulunmak istenmiştir. Öğrencilerin iklim krizinin varlığını kabul ettiği ancak önlenmesi konusunda geri planda kaldıkları görülmüştür. Gerek üniversitelerde gerekse başka ortamlarda iklim krizinin önlenmesi konusunda bireysel ve toplumsal bazda ne gibi adımların atılabileceği öğretilmelidir. Ülkemizde ve dünyada bu konuda bir bilinç oluşturulmalıdır.

Kaynakça

- Akçakaya, A., Sümer, U., Demircan, M., Demir, Ö., Atay, H., Eskiöglü, O., & Çukurçayır, F. (2015). Yeni senaryolar ile türkiye iklim projeksiyonları ve iklim değişikliği. *Ankara: Meteoroloji Genel Müdürlüğü*.
- Arias, P., Bellouin, N., Coppola, E., Jones, R., Krinner, G., Marotzke, J., . . . Rogelj, J. (2021). Climate Change 2021: the physical science basis. Contribution of Working Group I to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change; technical summary.
- Arıkan, Z. (2015). Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları: Dumlupınar Üniversitesi Örneği. *Fen Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Kütahya*.
- Arslan, S. A., Daşkapan, A., & Çakır, B. (2016). Üniversite öğrencilerinin beslenme ve fiziksel aktivite alışkanlıklarının belirlenmesi. *TAF Preventive Medicine Bulletin, 15(3)*, 171-180.

- Ballman, C. J. (2020). *Emotions and actions: eco-anxiety and pro-environmental behaviours*. Faculty of Arts, University of Regina.
- Baudon, P., & Jachens, L. (2021). A scoping review of interventions for the treatment of eco-anxiety. *International journal of environmental research and public health*, 18(18), 9636.
- Canetti, L., Bachar, E., & Berry, E. M. (2002). Food and emotion. *Behavioural processes*, 60(2), 157-164.
- Clayton, S., & Karazsia, B. T. (2020). Development and validation of a measure of climate change anxiety. *Journal of Environmental Psychology*, 69, 101434.
- Clayton, S., Manning, C., Krygsman, K., & Speiser, M. (2017). *Mental health and our changing climate: Impacts, implications, and guidance*. Washington, DC: American Psychological Association and ecoAmerica.
- Doherty, T. J., & Clayton, S. (2011). The psychological impacts of global climate change. *American Psychologist*, 66, 265-276. doi: 10.1037/a0023141
- Faydaoğlu, E., Energin, E., & Sürücüoğlu, M. S. (2013). Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesinde okuyan öğrencilerin kahvaltı yapma alışkanlıklarının saptanması. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(3), 299-311.
- Helm, S., Kemper, J. A., & White, S. K. (2021). No future, no kids—no kids, no future? An exploration of motivations to remain childfree in times of climate change. *Population and Environment*, 43, 108-129.
- Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E. E., . . . van Susteren, L. (2021). Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey. *The Lancet Planetary Health*, 5(12), e863-e873.
- Hogg, T. L., Stanley, S. K., O'Brien, L. V., Wilson, M. S., & Watsford, C. R. (2021). The Hogg Eco-Anxiety Scale: Development and validation of a multidimensional scale. *Global Environmental Change*, 71, 102391.
- Kundakçı, A. H. (2005). *Üniversite öğrencilerinin yeme tutumları, benlik algısı, vücut algısı ve stres belirtileri açısından karşılaştırılması*. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ojala, M. (2007). *Hope and worry: Exploring young people's values, emotions, and behavior regarding global environmental problems*. Örebro universitetsbibliotek.
- Ojala, M. (2008). Analyses of household recycling among young adults recycling and ambivalence: quantitative and qualitative. *Environment and Behaviour*, 40(6), 777-797.
- Patrick, R., Snell, T., Gunasiri, H., Garad, R., Meadows, G., & Enticott, J. (2022). Prevalence and determinants of mental health related to climate change in Australia. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 00048674221107872.
- Pekcan, G. (2008). Beslenme durumunun saptanması. *Diyet El Kitabı*, 726, 67-141.
- Qi, B., Presseller, E. K., Cooper, G. E., Kapadia, A., Dumain, A. S., Jayawickreme, S. M., . . . Bulik, C. M. (2022). Development and Validation of an Eating-Related Eco-Concern Questionnaire. *Nutrients*, 14(21), 4517.

- SAYGIN, M., Öngel, K., ÇALIŞKAN, S., YAĞLI, M., Has, M., Gonca, T., & Yücel, K. (2011). Süleyman Demirel Üniversitesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları. *SDÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 18(2), 43-47.
- Schneider-Mayerson, M., & Leong, K. L. (2020). Eco-reproductive concerns in the age of climate change. *Climatic Change*, 163(2), 1007-1023.
- Solomon, R. C., & Stone, L. D. (2002). On "positive" and "negative" emotions. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 32, 417-435. doi: 10.1111/1468-5914.00196
- Sürücüoğlu, M. S. (1999). Beslenme ve sağlığımız. *Standard*, 38(448), 40-52.
- Tuğay, E. (2019). *Üniversite öğrencilerinin yaşam kalitesi beden algısı ve beslenme durumunun saptanması*. Biruni Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Yunus, K. (2022). Ekolojik kriz ve anksiyete: Yeni bir kavram olarak eko-anksiyete. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 24(2), 891-908.
- Zemzemoğlu, T. E. A., Sinem, E., Uludağ, E., & Sevda, U. (2019). Sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının belirlenmesi. *Food and Health*, 5(3), 185-196.