

Genişletilmiş Özet

Yeme Davranışları, Beden Memnuniyeti, Problemleri İnternet Kullanımı ve Dürtüsellik Arasındaki İlişkiler: Farklı Yapısal Modellerin Denenmesi Üzerine Bir Araştırma

Giriş

Yaşamdaki değişimler sonucu birçok insan yemek yemede rahatsızlıklar göstermekte, olumsuz sağlık koşulları geliştirmelerine yol aşabilecek obezite veya yeme bozuklukları ile mücadele etmektedir. Çeşitli sağlık sorunlarını da beraberinde getiren yeme davranışında bozulmalarda tamamen iyileşmenin zor olduğu ve yüksek oranlarda rahatsızlığın tekrarladığı da bilinmektedir. Genç yetişkinlik dönemi, genellikle kilo ve görünüş kaygıları, yeme alışkanlıklarındaki değişiklikler ile dikkat çeken bir gelişimsel süreçtir. Genç yetişkinlik dönemi yeme bozukluğu geliştirme açasından riskli dönem olarak kabul edilmektedir. Yeme davranışları ile ilgili çalışmalarda yakın zamanda bir artış gözlemlenmiştir. Özellikle yeme bozuklukları görölme sıklığı yıllar içerisinde hem kadın hem erkeklerde giderek yükselmektedir.

Problemleri internet kullanımının yeme bozuklukları üzerindeki etkisi, uzun yıllar bilinmektedir. İnternet üzerindeki çeşitli sosyal ağların güzellik ve ideal beden formları konusundaki güçlendirmesi de giderek daha fazla bilgi kaynağı olarak kullanılmaktadır. Bu platformlarda, kullanıcılar kendi fiziksel özelliklerini gerçekçi olmayan ve ulaşılmaz vücut idealleri ile karşılaştırma eğiliminde olabilirler. İnternet ortamında özellikle ideal ve çekici bir vücuda ulaşma hedefiyle, sıkı egzersiz ve diyet yoluyla fiziksel olarak formda kalması için ilham vermeyi amaçlayan fotoğraflar, videolar, reklamlar bireylerde kısıtlayıcı yeme davranışları geliştirmelerine ve aşırı kilo kaybına neden olabilmektedir.

Dürtüsellik de son yıllarda yeme davranışları üzerinde önem kazanmıştır. Özellikle aşırı kilolu ve obez olarak sınıflandırılan kişilerde gıdaya özgü dürtü kontrolünde eksiklikler olduğu açıklanmaktadır. Dürtüsel bireylerin aceleci karar verme mekanizması yeme davranışları üzerinde bir risk faktörü olarak değerlendirilmektedir. Dürtüsel davranışlar anlık ödüllere odaklı eyleme yönlendirdiğinden, bu yönde dürtüsel eylemlerde bulunan bireylerde lezzetli yiyeceklere karşı daha duyarlı olma yüksektir ve bu yiyeceklerin genellikle şeker ve yağ içerikli olduğu söylenebilir.

Beden memnuniyetinin de dürtüsellik için oluşturabileceği olumsuz sonuçlardan etkilenebileceği düşünölmektedir. Dürtüsellik yüksek bireylerin beden memnuniyetsizliğinin fazla olduğu ve bu durumun yeme bozukluklarına neden olabileceği ifade edilmektedir. Sosyal medya sitelerinde idealize edilmiş beden görüntüleri izleme, genç kadınlar ve erkekler arasında artan beden memnuniyetsizliğine neden olmaktadır.

Genç yetişkinlerde problemleri internet kullanımı, beden memnuniyeti, dürtüsellik ile yeme davranışları arasındaki ilişki daha önce ortaya konmuş olsa da, bunun altında yatan mekanizmalar tam olarak açıklığa kavuşturulmamıştır. Mevcut çalışma tüm bu değişkenlerin farklı örnekleme gruplarında yapısal modeller oluşturarak incelenmesi yönüyle daha önce yapılan çalışmalardan farklılaşmaktadır.

Yöntem

Araştırmanın çalışma grubunu, 2022 – 2023 eğitim öğretim yılında öğrenimlerine devam eden, 18 – 35 yaş aralığındaki 828 genç yetişkin birey oluşturmuştur. Katılımcıların %70,4'ü kadın, %29,6'sı erkek, genel yaş ortalaması 21,08, vücut ağırlığı ortalaması (kg) 62,18, boy uzunluğu ortalaması (cm) 167,84'tür. Katılımcıların %14,6'sı "zayıf", %68,4'ü normal, %17'si ise yüksek BMI sahiptir. Mevcut araştırmada, yeme davranışları (YD), beden memnuniyeti (BM), problemleri internet kullanımı (PİK) ve dürtüsellik (D) arasındaki ilişkileri açıklamak için ilişkisel tarama modeli yöntemi kullanılmıştır. Ayrıca araştırmada test edilmek üzere Yapısal Eşitlik Modellemesi (YEM) oluşturulmuştur. Mevcut çalışmada YEM analizi AMOS 24 programı ile yapılmıştır. Araştırma kapsamında oluşturulan aracılılık modellerinin test edilebilmesi için bootstrapping (önyükleme) tekniğinden faydalanılmıştır.

Bulgular

Bu bölümde hipotetik modelde sırayla genel örnekleme, kadın- erkek örnekleminde, BKİ yüksek ve BKİ normal olan örnekleme için dürtüsellik için problemleri internet kullanımı ve beden memnuniyeti aracılığıyla yeme davranışları üzerindeki etkisi modeli test edilmiştir. Bu model kadın-erkek grubu, BKİ normal ve BKİ yüksek olan grupla karşılaştırılarak hangi çalışma grubunda bu modeli en iyi temsil ettiği ortaya çıkarılmıştır. Ardından genel örnekleme PİK ve BM'nin D aracılığıyla YD'yi etkilemesini test etmek amacıyla alternatif model test edilmiştir. Son olarak da bu iki farklı model karşılaştırılmıştır. Hipotetik modeller karşılaştırıldığında erkek örnekleme grubuna göre kadın örnekleme grubu, BKİ yüksek olan örnekleme grubuna göre BKİ normal olan örnekleme grubu bu modeli daha iyi temsil etmektedir. Alternatif model genel örnekleme grubu ile hipotetik model genel örnekleme grubu karşılaştırıldığında ise alternatif modelin genel örnekleme grubu daha iyi temsil ettiği gözlemlenmiştir.

Sonuç

Mevcut araştırmada hipotetik model denemesi genel örneklem, kadın örneklemleri ve BKİ normal olan gruptaki örneklemlerde uyum sağlamıştır. Bu araştırmada hem bağımsız hem de aracı değişken olarak dürtüsellik bir risk faktörü olarak kabul edilebilir. Özellikle farklı eğitim kademelerinde dürtüsellik yüksek olan genç yetişkin bireylerin belirlenmesinin problemleri internet kullanımı, beden memnuniyetsizliği ve bozulmuş yeme davranışlarına yönelik önleyici müdahalelere katkı sağlayacağı düşünölmektedir. Ayrıca aracı değişken olarak dürtüsellik, problemleri internet kullanımı gibi risk grubunda değerlendirilebilecek birçok davranış için de önemli belirtiler sunmaktadır. Bu yüzden risk grubundaki genç bireylerle yürütölecek çalışmalarda dürtüsellik de ayrı bir çalışma alanı olarak dahil edilmesinin daha işlevsel müdahalelere hizmet edebileceği düşünölmektedir.