

T.C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

ERGENLERDE YEME TUTUMU İLE BAĞLANMA STİLLERİ,  
DÜRTÜSELLİK VE KAYGI DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
İNCELENMESİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan

Tuğçe ERTEKİN

Tez Danıőmanı

Doç. Dr. Elif MUTLU

İSTANBUL-2019



## TEZ TANITIM FORMU

- YAZAR ADI SOYADI** : Tuğçe ERTEKİN
- TEZİN DİLİ** : Türkçe
- TEZİN ADI** : Ergenlerde yeme tutumu ile bağlanma stilleri, dürtüsellik ve kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi
- ENSTİTÜ** : İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- ANABİLİM DALI** : Psikoloji
- TEZİN TÜRÜ** : Yüksek Lisans
- TEZİN TARİHİ** : 03.07.2019
- SAYFA SAYISI** : 79
- TEZ DANIŞMANLARI** : Doç. Dr. Elif MUTLU
- DİZİN TERİMLERİ** : Yeme Tutumu, Bağlanma Stilleri, Dürtüsellik, Kaygı
- TÜRKÇE ÖZET** : Yaptığımız araştırmanın amacı ergenlerde yeme tutumu ile bağlanma stilleri, dürtüsellik ve kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Yeme tutumları bazı demografik değişkenlere göre incelenmiştir.
- DAĞITIM LİSTESİ** : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsüne  
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

Tuğçe ERTEKİN

T.C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

ERGENLERDE YEME TUTUMU İLE BAĞLANMA STİLLERİ,  
DÜRTÜSELLİK VE KAYGI DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
İNCELENMESİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan

Tuğçe ERTEKİN

Tez Danıőmanı

Doç. Dr. Elif MUTLU

İSTANBUL-2019

## BEYAN

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının ederlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez olarak sunulmadığını beyan ederim.

Tuğçe ERTEKİN

./ ./2019



T.C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Tuğçe ERTEKİN 'in “Ergenlerde Yeme Tutumu İle Bağlanma Stilleri, Dürtüsellik ve Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan

*Doç. Dr. Elif MUTLU*

*(Danışman)*

Üye

*Dr. Öğr. Üyesi Fatih BAL*

Üye

*Dr. Öğr. Üyesi Hasan SEZEROĞLU*

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

.... / .... / 2019

*Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ*

Enstitü Müdürü

## ÖZET

**Giriş:** Yeme tutumu motor, bilişsel, sosyal, duygusal gelişimlerin merkezi ve çevresel faktörler tarafından düzenlenmesiyle oluşan kompleks bir fenomen olarak görülmektedir. Bağlanma, hayatın ilk günlerinden başlamakta olan ve çevre ile girilen iletişim neticesinde gelişmekte olup duygusal yanı ağırlıktaki bir durumu ifade etmektedir. Dürtüsellik, davranışsal, bilişsel ve nörofizyolojik bileşenleri içeren çok yönlü ve karmaşık bir kavramdır. Duygusal bir durum olan kaygı veya diğer yaygın kullanılan adıyla anksiyete bozukluğu, psikopatolojide pek çok ruh sağlığı sorununun temeli olarak nitelendirilmektedir.

**Amaç:** Ergenlerde yeme tutumu ile bağlanma stilleri, dürtüsellik ve kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi.

**Yöntem:** Yapılan bu çalışma ilişkisel tarama modeli ile yapılmıştır. Örneklem seçimi basit-rastgele örneklem türü ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evrenini İstanbul'da yaşayan lise öğrencilerinden oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise İstanbul'un Halkalı ilçesindeki bir lisede öğrenim gören 1. Sınıf, 2. Sınıf, 3. Sınıf, 4. Sınıf 350 öğrenciden oluşturmaktadır. Çalışmada kişisel bilgi formu, yeme tutumu testi, anne babaya bağlanma ölçeği ve Beck anksiyete envanteri kullanılmıştır.

**Bulgular:** Katılımcıların yeme tutumları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık elde edilmiştir. Kadınların yeme tutumu puanları erkeklere oranla daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca yordayıcı etkilere bakıldığı zaman; cinsiyetin yeme tutumunu yordamakta olduğu görülmektedir. Katılımcıların yeme tutumları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık elde edilmiştir. Kadınların yeme tutumu puanları erkeklere oranla daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca yordayıcı etkilere bakıldığı zaman; cinsiyetin yeme tutumunu yordamakta olduğu görülmektedir. Yeme tutumu, diyet, zayıflıkla aşır uğraş ile abur cubur vb yiyecekler yeme değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Abur cubur vb. yiyecekler yemeyen kişilerde Yeme tutumu, diyet, zayıflıkla aşırı uğraşın yüksek olduğu görülmektedir. Kadınların kilosu ile yeme tutumu ölçeği puanı arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Erkeklerin kilosu ile yeme tutumu ölçeği puanı arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Anneye bağlanma ile yeme tutumu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Anneye bağlanma artıkça, yeme tutumu azalmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Yeme Tutumu, Anne Babaya Bağlanma, Dürtüsellik, Kaygı

## SUMMARY

**Introduction:** The eating attitude is seen as a complex phenomenon formed by central and environmental factors of motor, cognitive, social and emotional development. Attachment expresses an emotional side of a situation which begins with the early days of life and develops through communication with the environment. Impulsivity is a multilateral and complex concept that includes behavioral, cognitive, and neurophysiological components. Anxiety, or widely used as anxiety disorder, is an emotional condition considered as the basis of many mental health problems in psychopathology.

**Objective:** The relationship between eating attitudes and attachment styles, impulsivity and anxiety levels for adolescents.

**Method:** This study was conducted by relational screening model. The selection of sampling was carried out by a simple-random sampling type. The (population / research) contains high school students living in Istanbul. Sampling of this study consists of 350 students from 1<sup>st</sup>, 2<sup>nd</sup>, 3<sup>rd</sup> and 4<sup>th</sup> grade at a high school located in Halkalı / Istanbul. This study has used the inventory of personal information form, eating attitude test, parental attachment scale and Beck anxiety.

**Findings:** A significant difference was achieved in between the participants' eating attitudes and gender variable. It has seen that the scores of women's eating attitude are higher than men. Furthermore, when the predictive variables are examined; it has seen that the gender is predicting the eating attitude. It is observed that there is a meaningful relationship between eating attitude, diet, hard-work for being slim and eating variable of food *i.e.* junk food. It has seen that the eating attitude, diet, hard-work for being slim are high for people who do not eat junk food *etc.* There isn't any significant correlation has been found between weight of women and eating attitude scale. There isn't any significant correlation has been found between weight of men and eating attitude scale. A significant negative correlation has been found in between attachment to mother and eating attitude. As attachment to the mother increases, eating attitudes decrease.

**Key Words:** Eating Attitude, Attachment to Mother and Father, Impulsivity, Anxiety



## İÇİNDEKİLER

### SAYFA

ÖZET.....	I
SUMMARY .....	II
İÇİNDEKİLER.....	III
KISALTMALAR LİSTESİ .....	VI
TABLolar LİSTESİ .....	VII
EKLER LİSTESİ.....	VIII
ÖNSÖZ.....	IX
GİRİŞ.....	1
<b>BİRİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>3</b>
1.1. ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ .....	3
1.2. ARAŞTIRMANIN HİPOTEZLERİ.....	3
1.3. ARAŞTIRMANIN AMACI.....	3
1.4. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ .....	3
1.5. ARAŞTIRMANIN SAYILTI LARI.....	4
1.6. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIK LARI .....	4
<b>İKİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>5</b>
<b>KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE</b> .....	<b>5</b>
2.1. YEME TUTUMLARI .....	5
2.1.1.Yeme Bozukluklarında Tıbbi Komplikasyonlar .....	8
2.1.2.Yetişkinlik Öncesi Yeme Tutumu ve Bağlanma Stilleri İlişkisi.....	8
2.1.3. Ergenlerde Yeme Tutumları.....	10
2.1.4.Yeme Bozuklarına Terapi Yaklaşımları.....	11
2.1.5.Yeme Tutumu İle İlgili Araştırmalar .....	11
2.2.BAĞLANMA KAVRAMI VE ÖNEMİ .....	13
2.2.1.Bağlanma Stilleri .....	13
2.2.1.1. Güvenli Bağlanma.....	13
2.2.1.2. Çelişik/Güvensiz Bağlanma .....	14
2.2.1.3 Saplantılı Bağlanma .....	14
2.2.1.4. Korkulu Bağlanma.....	15
2.2.1.5. Kayıtsız Bağlanma .....	15
2.2.1.6. Kaçınmalı/Güvensiz Bağlanma .....	15
2.2.2. Bağlanmanın Gelişimi.....	16
2.2.3.Bağlanmanın Nörobiyolojisi .....	16
2.2.4.Bağlanma Örüntüleri .....	17
2.2.5. Bağlanma Kuramları.....	17

2.2.5.1. Psikanalize göre Bağlanma Teorisi .....	17
2.2.5.2. Lorenz'in Bağlanma Teorisi.....	18
2.2.5.3. Harlow'un Bağlanma Teorisi .....	18
2.2.5.4. Bowlby'ın Bağlanma Teorisi .....	19
2.2.5.5. Ainsworth'un Bağlanma Kuramı .....	20
2.2.6. Bağlanma İle İlgili Yapılmış Araştırmalar .....	21
2.3. ERGENLİK DÖNEMİNDE BAĞLANMA .....	23
2.4. KAYGI.....	25
2.4.1. Kaygı Türleri.....	26
2.4.1.1. Sürekli Kaygı.....	27
2.4.1.2. Durumluk Kaygı .....	27
2.4.2. Kaygıyı Etkileyen Faktörler.....	28
2.4.3. Kaygı İle İlgili Kuramlar.....	28
2.4.3.1. Psikoanalitik Kuram .....	28
2.4.3.2. Davranışsal Kuram .....	29
2.4.3.3. Bilişsel Kuram .....	29
2.4.3.4. Hümanistik Yaklaşım .....	29
2.4.3.5. Biyolojik Yaklaşım .....	30
2.4.3.6. Varoluşçu Kuram .....	30
2.4.4. Ergenlik Döneminde Kaygı .....	30
2.5. DÜRTÜSELLİK .....	31
2.5.1. Dürtüselliğin Nörobiyolojisi.....	32
2.5.2. Dürtüsellik ve Nörobilişsel İşlevler .....	33
2.5.3. Ergenlerde Dürtüsellik .....	33
2.7. Yeme Tutumları ile Bağlanma Arasındaki İlişki .....	34
2.8. Yeme Tutumları ve Dürtüsellik .....	36
2.9. Yeme Tutumları ve Kaygı.....	38
<b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM .....</b>	<b>39</b>
<b>YÖNTEM VE TEKNİKLERİ .....</b>	<b>39</b>
3.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ .....	39
3.2. ARAŞTIRMANIN EVREN VE ÖRNEKLEMİ .....	39
3.3. ARAŞTIRMANIN VERİ TOPLAMA ARAÇLARI .....	39
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	39
3.3.2. Yeme Tutumları Testi .....	39
3.3.3. Barrat Dürtüsellik Testi .....	40
3.3.4. Anne Babaya Bağlanma Ölçeği.....	40
3.3.5. Beck Anksiyete Envanteri.....	41

3.4. VERİ ANALİZİ.....	41
<b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....</b>	<b>44</b>
<b>BULGULAR .....</b>	<b>44</b>
<b>BEŞİNCİ BÖLÜM.....</b>	<b>62</b>
<b>TARİTŞMA VE YORUM .....</b>	<b>62</b>
5.1. Yeme Tutumunun Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi .....	62
5.2. Yeme Tutumu İle Dürtüsellik Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	63
5.3. Yeme tutumu ile Anne Babaya Bağlanma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ..	64
5.4. Yeme Tutumu İle Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi .....	66
<b>ÖNERİLER.....</b>	<b>67</b>
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>68</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>-</b>



## KISALTMALAR LİSTESİ

- A.G.E.** : Adı Geçen Eser  
**V.D.** : Ve Diğerleri  
**Y.B.** : Yeme Bozukluğu  
**B.A.I.** :Beck Anxiety Inventory



## TABLolar LİSTESİ

TABLO	SAYFA
<b>Tablo 4.1</b> Örneklem Grubunun Demografik Değişkenlere Göre Dağılım .....	44
<b>Tablo 4.2</b> Örneklem Grubunun Demografik Değişkenlere Göre Dağılım .....	46
<b>Tablo 4.3</b> Barratt Dürtüsellik Ölçeği ve Alt Boyutlarının Betimsel İstatistikleri .....	48
<b>Tablo 4.4</b> Yeme Tutumu Ölçeği ve Alt Boyutlarının Betimsel İstatistikleri .....	49
<b>Tablo 4.5</b> Beck Anksiyete Ölçeğinin Betimsel İstatistikleri .....	49
<b>Tablo 4.6</b> Ana Babaya Bağlanma Ölçeği ve Alt Boyutlarının Betimsel İstatistikleri .....	49
<b>Tablo 4.7</b> Örneklem Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Yeme Tutumu Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları .....	50
<b>Tablo 4.8</b> Örneklem Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Beck Anksiyete Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları .....	51
<b>Tablo 4.9</b> Örneklem Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Ana Babaya Bağlanma Ölçeği-Baba ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları .....	52
<b>Tablo 4.10</b> Örneklem Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Barratt Dürtüsellik Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları .....	53
<b>Tablo 4.11</b> Barratt Dürtüsellik Ölçeği ve Alt Boyutları Puanlarıyla Yeme Tutumu Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları .....	54
<b>Tablo 4.12</b> Yeme Tutumu Ölçeği ve Alt Boyutları Puanlarıyla Anne-Babaya Bağlanma Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları .....	56
<b>Tablo 4.13</b> Yeme Tutumu Ölçeği ve Alt Boyutları Puanlarıyla Beck Anksiyete Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları .....	58
<b>Tablo 4.14</b> Barratt Dürtüsellik Ölçeğinin Yeme Tutumuna Etkisi .....	59
<b>Tablo 4.15</b> Beck Anksiyetenin Yeme Tutumuna Etkisi .....	60
<b>Tablo 4.16</b> Anne-Babaya Bağlanmanın Yeme Tutumuna Etkisi .....	60

## EKLER LİSTESİ

- EK-A:** Kişisel Bilgi Formu
- EK-B:** Yeme Tutumu Testi
- EK-C:** Barrat Dürtüsellik Testi
- EK-D:** Anne Babaya Bağlanma Ölçeği
- EK-E:** Beck Anksiyete Envanteri



## ÖNSÖZ

Bu tez çalışmasının hazırlanması sürecinde, tez yazım sürecinin bütün aşamalarında desteğini esirgemeyen tez danışmanım Doç. Dr. Elif MUTLU'a , İstanbul Gelişim Üniversitesi hocalarıma, anket çalışmamı uygulamamda yardımcı olan Özel Küçükçekmece Halkalı Okyanus Anadolu Lisesi müdürü Mehmet HANÇER'e ve bu süreçte desteğini her zaman hissettiğim aileme teşekkürlerimi sunarım.

TUĞÇE ERTEKİN



## GİRİŞ

Yeme tutumu motor, bilişsel, sosyal, duygusal gelişimlerin merkezi ve çevresel faktörler tarafından düzenlenmesiyle oluşan kompleks bir fenomen olarak görülmektedir. Doğumla başlayan anne bebek ilişkisinden itibaren bütün sosyal ilişkilerin oluşumuyla da ilgilidir. Yeme davranışı çeşitli haz ve acı verici yaşantılarla ilişkilendirilmektedir.<sup>1</sup> Yeme tutumuna getirilen başka bir kavramsal bakış açısı, yeme tutumlarının çocukluktan itibaren ailesel, sosyal faktörlere ve öğrenmeye bağlı geliştiği; ayrıca kişilerin neyi yemeleri konusunda seçimlerini kapsadığı yönündedir.<sup>2</sup> Kişinin ne yiyeceği, ne zaman yiyeceği, nasıl yiyeceği, ne kadar yiyeceği ve kiminle yiyeceği gibi seçimlerini kapsayan yeme tutumu, yalnızca biyolojik gelişim ve fizyolojik ihtiyaçlar çerçevesinde sınırlı kalmayan, psikolojik ve toplumsal değişkenlere bağlı olarak değişebilen bir kavramdır.<sup>3</sup>

Bağlanma, hayatın ilk günlerinden başlamakta olan ve çevre ile girilen iletişim neticesinde gelişmekte olup duygusal yanı ağırlıktaki bir durumu ifade etmektedir. Bunun yanında bağlanma bakıcı ve çocuk arasında gelişmekte olan, çocukların kendilerine bakan kişileri aramaları ve yakınlık arayışlarıyla kendini göstermekte olan, bilhassa stres halinde daha belirgin olan, devamlılığı bulunan ve dayanıklı bir duygusal bağ biçiminde de ifade edilmektedir.<sup>4</sup>

Ergenlik çağında sosyal, mental ve biyolojik değişim öne çıkmakta ve başkalarıyla ilişkilerde kendilik son derece önemli hale gelmektedir. Bu dönem son derece mühim bir geçiş dönemi olmaktadır. Bu dönem içerisinde ergenlerin bağlanma örüntülerinde ergen anne-babanın arasında olan ilişkide temel birtakım dönüşümler yaşanmakta ve bağlanma nitelikleri de revize edilmektedir. Aileye güvenli bağlanma, ergenlerin özerklik ve kimlik gelişimlerine yardım edecektir. Kişilerin bağlanma örüntüleri ailelerin çocukları yetiştirme biçimlerine göre şekillenmektedir.

Kaygı, sağlıklı bireylerde de görülebilen bir durum ve bireyin çevreye uyum sağlamasını kolaylaştıran bir savunma çeşidi olarak nitelendirilmiştir.<sup>5</sup> Bu bağlamda bireyin günlük davranışlarında sıklıkla gözlemlenebilen bir durum olarak görülmektedir.<sup>6</sup> Bu şekilde bakıldığında kavramın tanımlanmasından ziyade kaygının, bireyin davranışlarında gözlemlenebilen bir duygu durumu olduğuna dikkat

<sup>1</sup> Roz Shafran ve Paul Robinson, *Thought-shape fusion in eating disorders*, British Journal of Clinical Psychology, 43(4), 2004, s.399-408.

<sup>2</sup> Shafran ve Robinson, a.g.e., s.399-408

<sup>3</sup> Shafran ve Robinson, a.g.e., s.399-408

<sup>4</sup> Mary Ainsworth, *The personal origins of attachment theory*, An interview with Mary Salter Ainsworth. Interview by Peter L. Rudnytsky. Psychoanal Study Child, 52, 1997, s.386

<sup>5</sup> Adnan Ziyalar, *Erişkin Psikopatolojisi*, Yüve Yayın Dağıtım, İstanbul, 2006, s.34-36.

<sup>6</sup> Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı*, 7. Baskı, Remzi Kitapevi, İstanbul, 1998, s.74-86.



çekilmektedir. Özellikle sağlıklı bireylerde zaman zaman görülen kaygının, bireyin çevresine uyumu kolaylaştıran bir savunma mekanizması olarak nitelendirilmesi, hatta belli düzeydeki kaygının bireyler açısından olumlu etkisinin olduğu ifade edilmesi, kaygının tanımlanmasından ziyade, etkilerinin değerlendirilmesidir denilebilir. Nitekim zaman zaman duyulan kaygının bireyler açısından olağan olduğu “kaygı, tehlikeyle baş etmek için uyum sağlayıcı bir mekanizma, temel bir insan duygusu ve çok yönlü bir duygu durumudur” ifadelerinden de anlaşılmaktadır.<sup>7</sup>

Dürtüsellik, davranışsal, bilişsel ve nörofizyolojik bileşenleri içeren çok yönlü ve karmaşık bir kavramdır.<sup>8</sup> Yazında, dürtüsellüğün farklı yönlerini içeren çeşitli tanımlara rastlanmaktadır.<sup>9</sup> Dürtüsellik kavramının tanımı ‘yetersiz olarak tasarlanmış, zamanından önce ortaya konulan, aşırı derecede riskli ya da duruma uygun olmayan ve çoğunlukla istenmeyen sonuçlar doğuran davranışlar’ olarak tanımlanmaktadır.<sup>10</sup>

Beslenme, yaşamın devamlılığını sağlayan dürtüsel bir ihtiyaçtır. Bu dürtüsel ihtiyaç doğumla birlikte ilk olarak anne ve bebek arasındaki psikolojik ilişki ile başlar; emme ve emzirme davranışı ile de beslenme sürecine girer. Bu şekilde başlayan yeme süreci, ilişki ile desteklenerek tekrarlılık, süreklilik kazanır. Birey tarafından öznelleşerek, kişinin takındığı davranış biçimi olarak “tutum” şekline dönüşür. Yapılan bu çalışmada ergenlerde yeme tutumu ile anne baba bağlanma stilleri, dürtüsellik ve anksiyete arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

---

<sup>7</sup> Şeniz Özusta, **Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması**, Türk Psikoloji Dergisi, 34 (10), 1995, s.32-44.

<sup>8</sup> Gerard Moeller vd., **Psychiatric aspects of impulsivity**, American journal of psychiatry, 158(11), 2001, s.1783-1793.

<sup>9</sup> Stephen Strakowski vd., **Characterizing impulsivity in mania**, Bipolar Disorders, 11(1), 2009, s.41-51.

<sup>10</sup> John Evenden, **Varieties of impulsivity**, Psychopharmacology, 146(4), 1999, s.348-361.

## BİRİNCİ BÖLÜM

### 1.1. ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ

Ergenlerde yeme tutumu ile anne baba bağlanma stilleri, dürtüsellik ve anksiyete arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

#### Alt Problemler

1. Katılımcıların yeme tutumu ile dürtüsellik düzeyi arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
2. Katılımcıların dürtüsellik düzeyi ile kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
3. Katılımcıların yeme tutumları ile anne babaya bağlanma tarzları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
4. Cinsiyet değişkenine göre katılımcıların yeme tutumu ile aralarında anlamlı bir farklılık var mıdır?

### 1.2. ARAŞTIRMANIN HİPOTEZLERİ

1. Katılımcıların yeme tutumu ile dürtüsellik düzeyi arasında anlamlı bir farklılık vardır.
2. Katılımcıların dürtüsellik düzeyi ile kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık vardır.
3. Katılımcıların yeme tutumları ile anne babaya bağlanma tarzları arasında anlamlı bir farklılık vardır.
4. Cinsiyet değişkenine göre katılımcıların yeme tutumu ile aralarında anlamlı bir farklılık vardır.

### 1.3. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu çalışmanın amacı, ergenlerde yeme tutumu ile anne baba bağlanma stilleri, dürtüsellik ve anksiyete arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu doğrultuda, bağlanma stillerinin dürtüsellik, anksiyetenin ve çeşitli değişkenlerin ergenlerin yeme tutumuna yordayıcılığı incelenmesidir.

### 1.4. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Ergenlerin yeme tutumu özellikle son yıllara bakıldığında oldukça önemli bir konu haline gelmiştir. Konu ile ilgili çalışmalara bakıldığında, yeme tutumlarından kaynaklı çeşitli psikolojik ve fiziksel rahatsızlıklar ortaya çıktığı görülmüştür. Ayrıca bu duruma ek olarak, ergenlerin yeme tutumu tek başına bir problem olmadığından

çeşitli değişkenlerde bu durumu etkilemektedir. Bu çalışmada bu değişkenlerden ergenlerin bağlanma stilleri, dürtüsellik ve kaygı düzeyleri ele alınacaktır. Çalışma ile bu değişkenlerin ergenlerin yeme tutumu ile ilişkisi incelenecektir. Ergenlerde yeme tutumunu belirleyen çeşitli değişkenler bulunmaktadır. Bu değişkenler ele alınarak incelendiğinde ergenlerin bağlanma stilleri, dürtüsellik ve kaygı düzeyi değişkenler arasında önemli bir yere sahiptir. Bu çalışma, toplanan veriler doğrultusunda bu üç değişkenin, ergenlerin yeme tutumunu hangi düzeyde etkilediğinin ortaya konması açısından önemlidir.

### **1.5. ARAŞTIRMANIN SAYILTILARI**

Araştırmamızın varsayımları;

1. Araştırmaya katılacak kişilerin soruları içtenlikle cevaplayacakları varsayılmaktadır.
2. Araştırmamızın evrenini İstanbul ilindeki lise öğrencilerinden meydana gelmektedir.
3. Araştırmamızın ölçekleri kişisel bilgi formu, yeme tutumları testi, Barrat dürtüsellik testi, anne babaya bağlanma ölçeği, Beck anksiyete envanteri, değişkenler geçerli ve güvenilir olarak ölçmektedir.

### **1.6. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI**

1. Bu araştırmanın evreni İstanbul ilindeki lise öğrencileri ile sınırlıdır.
2. Araştırmada kullanılan ölçekler, kişisel bilgi formu, yeme tutumları testi, Barrat dürtüsellik testi, anne babaya bağlanma, Beck anksiyete envanteri, ölçeği ile sınırlıdır.

## İKİNCİ BÖLÜM

### KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

#### 2.1. YEME TUTUMLARI

Tutum psikoloji literatüründe bireye yüklenen, duygu, düşünce ve davranışlarını meydana getiren durum olarak tanımlanmaktadır. Bu şekilde değerlendirildiği zaman tutumlar, bireyler tarafından sergilenmiş olan davranışların soyut eğilimleri olduğu düşünülmektedir. Bu kavram yeme tutumu ile bir arada incelenecek olursa, Yeme tutumunun kişinin yeme ve yeme alışkanlıkları ile alakalı duyguları, düşünceleri ve davranışlarını oluşturan eğilim olarak tanımlanabilmektedir.<sup>11</sup>

Yeme tutumu kişide motor beceriler, sosyal ve duygusal gelişimlerinin merkezi ve çevresel etmenler aracılığı düzenlenmesi ile oluşmaktadır. Doğumdan itibaren bütün sosyal ilişkilerle ilişkilidir. Bireylerde yeme davranışı haz ve acı verici yaşantılarla bağlantılıdır.<sup>12</sup>

Yeme tutumu ile alakalı bir başka bakış açısı ise şu şekildedir. Yeme tutumları çocuk çağlarda başlayıp aile ve sosyal etmenlere ve öğrenmeye dayalı bir gelişim gösterdiği ayrıca bu durumun kişilerin isteklerini de barındırdığı yönündedir.<sup>13</sup> Kişinin neyi ne zaman nerede kiminle yiyeceği şeklindeki seçimleri barındıran yeme tutumu biyolojik ve fizyolojik ihtiyaçlar dışında psikolojik ve toplumsal değişkenlerle de alakalı olarak değişim gösterebilen bir kavramdır.<sup>14</sup>

Yeme bozukluğu yeme davranışının şiddetli bozukluklarla kendisini göstermesidir. Kendi vücut ağırlığını kabullenmeme ya da ya da egzersiz yaparak kilo almaktan kaçınmak gibi davranışların sergilenmesidir. Ayrıca kilo almamak için kendisini kusturma yöntemi uygulayan bireylerde mevcuttur. Vücut ağırlığı üzerindeki kontrolü sağlayamama hissi de bu durumlardan biridir.<sup>15</sup> Yeme bozuklukları bireylerin bilişsel seviyede beden algılarını da etkilemektedir, bireyler vücutlarını olduğundan daha kilolu ya da biçimsiz, zayıf olarak görmektedir. Bu sebepten ötürü yeme alışkanlıklarında farklılıklar meydana gelip yeme davranışında bozulmalarının oluşmasına yol açmaktadır. Bu durumu yaşayan bireyler yiyeceklerini

---

<sup>11</sup> Sibel Arkonaç, *Sosyal psikolojide insanları anlamak: Deneysel ve eleştirel yaklaşımlar*, Nobel Yayın Dağıtım, İstanbul, 2008.

<sup>12</sup> Shafran ve Robinson, a.g.e., s.399-408.

<sup>13</sup> Shafran ve Robinson, a.g.e., s.399-408

<sup>14</sup> Shafran ve Robinson, a.g.e., s.399-408

<sup>15</sup> Amerikan Psikiyatri Birliği, *Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı*, Çev. Ertuğrul Koroğlu, Hekimler Yayın Birliği, Ankara

kısıtlamaktadırlar veya kilo almamak için kendilerini kusturmaya yönelik hareketlerde bulunurlar ya da egzersizler yaparlar.<sup>16</sup>

Davranış bozuklukları olarak kabul edilen yeme bozuklukları, tıbbi yönden, psikolojik ve sosyal açıdan oluşan sorunlarla beliren yeme tutumuyla ilişkili bir bozukluktur.<sup>17</sup> Beynin farklı bölgeleri, yemek yeme ve iştah gibi davranışların da kontrolünü sağlar. Yeme içme gibi davranışların oluşumu bu merkezde denetlenir.<sup>18</sup> Yeme bozukluğu kişilerde az rastlanabilir ancak olduğu zamanda kontrol altına alınmadığı durumlarda ölüm ile sonuçlanabilen psikiyatrik hastalık grubu içerisinde yer alır.<sup>19</sup> <sup>20</sup> Yeme davranışları bireylerin yeme tutumu ile alakalıdır. Tutumlar bireylerde somut davranışlar olarak değil davranışlara zemin hazırlayan soyut eğilimler olarak nitelenmektedir.<sup>21</sup>

Modern psikodinamik görüşlere bu tutumun açıklanmasında nesne ilişkileri kuramından faydalanmaktadır. Bu kurama göre; kişinin yaşamının ilk dönemlerinde birbiri ile bağlantılı önemli iki süreç bulunmaktadır. Bu süreçler şu şekilde açıklanmaktadır; Diğer insanların görülmesi ve kişinin kendisini onlardan ayrı olduğunu kabullenmesi ve bu ayrı olma durumunun katlanılabilir hale gelmesi şeklinde açıklanmaktadır. Bu kurma göre yeme bozukluğundan muzdarip olan kişiler yaşamlarını psikolojik ve bedensel olarak idame ettiremeyeceklerine dair yanlış inançlara sahiplerdir. Kişiler benlik kavramlarında iyi ve kötü yönlerinin olmadığına inandıklarından dolayı tamamen iyi olmaya çalışmaktadırlar. Aksi olarak tam anlamıyla kötü olabileceklerine dair inançları daha güçlüdür.<sup>22</sup>

Yeme tutumu ve davranışlarda meydana gelen olumsuz süreç yeme bozukluklarını oluşturan temel yapı taşlarından biridir.<sup>23</sup> Yapılmış olan çalışmaların sonucu yeme

---

<sup>16</sup> Bircan Ulaş vd., **Sağlık yüksekokulu öğrencilerinde olası yeme bozukluğu sıklığı ve etkileyen faktörler**, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 2(2), 2013, s.15-22.

<sup>17</sup> Christopher Fairburn ve Harrison PJ, **Eating disorders**, The Lancet 361, 2003, s.361

<sup>18</sup> Doğan Cüceloğlu, **İnsan ve davranışı**, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2006, s.68.

<sup>19</sup> Bekir Yapıcıoğlu vd., **Sivas il merkezinde erişkin dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğunun yaygınlığı ve eşlik eden eksen-I, eksen-II tanıları**, Anadolu Psikiyatri Dergisi, 12, 2011, s.177-184.

<sup>20</sup> Başak Yücel, **Yeme bozuklukları ve obezite tanı ve tedavi kitabı**, 1.Baskı, Türkiye Psikiyatri Derneği Yayınları, Ankara, 2013, s.3-9.

<sup>21</sup> Sibel Arkonaç, **Sosyal psikolojide insanları anlamak: Deneysel ve eleştirel yaklaşımlar**, Nobel Yayın Dağıtım, İstanbul, 2008, s.24.

<sup>22</sup> Berna Keskingöz, **Üniversite Öğrencileri ile Anoreksiya Nervoza Tanısı Alan ve Almayan Bireylerde Bağlanma Biçimleri, Kişiler Arası Şemalar ve Yeme Örüntüleri Arasındaki İlişkiler**, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara, 2002, s.24-36 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>23</sup> Ayşegül Durak Batıgün ve Çisem Utku, **Bir grup gençte yeme tutumu ve öfke arasındaki ilişkinin incelenmesi**, Türk Psikoloji Dergisi, 21(57), 2006, s.65-78.

tutumu ve davranışlarını etkileyen birtakım sosyal, kültürel ve psikolojik etmenlerin olduğunu göstermektedir.<sup>24</sup>

Akyüz'ün yapmış olduğu çalışma sonucunda yeme alışkanlıklarında bozukluk olan kişiler, yaşantılarında karşılaşmış oldukları sorunları çözmek amacı ile yeme davranışı içine giren bireylerdir.<sup>25</sup> Yaşamlarında mükemmeliyetçidirler.<sup>26</sup> Budak ise yapmış olduğu çalışmada yeme davranışlarında farklılıklar görülen kişilerde kendilerine gerekçi olmayan yüksek hedefler belirlediklerini ve bu hedefler genellikle stres ve özsaygının düşük olmasına ve bireylerin kontrolsüz olması sebep olmaktadır.<sup>27</sup>

Yeme tutumları ve yeme davranışları erken dönemlerde şekillendiğinden dolayı genç nüfusta tanı konulacak şekilde olmayan sağlıklı yeme tutum ve davranışı görülmüştür.<sup>28</sup> Yapılmış olan bu araştırmalara göre; yeme tutumlarında ve davranışlarında oluşan kötü gidişat yeme bozukluklarını oluşturan temel öğeler olarak kabul edilmektedir.<sup>29</sup> APA'ya göre yeme bozuklukları kişilerin sağlığını tehdit edip ve anormal yeme alışkanlıklarını kapsamaktadır. Anormal yeme tutumu ileriki dönemlerde bireyde oluşan yeme bozukluklarının en önemli etmenidir.<sup>30</sup> Musagier ve arkadaşlarının üniversite okuyan 530 öğrencinin katılımı ile öğrenciler ile yeme tutumunun araştırıldığı bir çalışma sonucunda düzensiz/olumsuz yeme tutumlarının; kilo kaygısı, tıkanırcasına yeme, bulumiya nevroza ve anoreksiya nevroza ile bağlantısı olduğu sonucuna ulaşmışlardır.<sup>31</sup>

Günümüzde bozulmuş yeme tutumları, klinik görünüm açısından hızlı artış gösteren bu duruma sebebiyet veren etmenleri netleştiremediğinden dolayı hastalığa uygun tedavi protokolü uygulanmadığı zaman kötü sonuçlara neden olabilecek olası yeme bozukluğu tanısının öncülleri olarak düşünülmektedir.<sup>32</sup> Yeme davranışlarında

---

<sup>24</sup>Ahmet Hamdi Alpaslan vd., The association between internet addiction and disordered eating attitudes among Turkish high school students, *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 20(4), 2015, s.441-448.

<sup>25</sup> Gamze Akyüz, **Yeme bozukluklarında psikoanalitik açıklamalar**, Ege Psikiyatri Sürekli Yayınları, İzmir, 1999.

<sup>26</sup> Ertaş Sinirlioğlu, **Yeme bozuklukları: anoreksiya, bulimia ve diğerleri**, Timaş Yayınları, İstanbul, 2006.

<sup>27</sup> Selçuk Budak, **Psikoloji sözlüğü**, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara, 2000.

<sup>28</sup> Ester Deveci vd., **Üniversite Öğrencisi Kızların Yeme Tutumlarının Duygudurum Bozukluğu İle İlişkisi**, *Anatolian Clinic the Journal of Medical Sciences*, 21(2), 2016, s.129-134.

<sup>29</sup> Batugün ve Utku, a.g.e., s.65-78

<sup>30</sup> Samet Özer vd., **Obezite Tanılı Çocuklarda Yeme Davranışının Değerlendirilmesi**, *Çocuk Dergisi*, 14(2), 2014, s.66-71.

<sup>31</sup> Abdulrahman Musaiger vd, **Obesity, dietary habits, and sedentary behaviors among adolescents in Sudan: alarming risk factors for chronic diseases in a poor country**, *Food and nutrition bulletin*, 37(1), 2016, s.65-72.

<sup>32</sup> Dilek Ertuğ Toker ve Çiçek Hocaoğlu, **Yeme bozuklukları ve aile yapısı: bir gözden geçirme**, *Düşünen Adam*, 22(1-4), 2009, s.36-42.

bozukluğa doğru ilerleyen bu süreci tanımlayıcı tanım olarak sıklıkla “bozulmuş yeme tutumu” tanımı kullanılmaktadır.<sup>33 34</sup>

### **2.1.1.Yeme Bozukluklarında Tıbbi Komplikasyonlar**

Tanı koymak aslında yeme bozukluğundan kurtulabilmek için ilk adım olarak kabul edilmiştir. Yeme bozukluğunun tedavi süreci genel olarak tıbbi ve psikiyatrik kontrolün dışında psikolojik danışmanlık ve beslenme uzmanları ile bağlantılı bir tedavi süreci içermektedir. Birçok hastalıkta da görüldüğü gibi yeme bozukluklarında da oluşan tıbbi komplikasyonların giderilmesindeki amaç hastalığın tekrar etmesini önlemek ve kişide oluşturacağı zararları en aza indirmektir. Bu durumun ciddiyeti nedeni ile alanında uzman olan profesyonel bir tedavi ekibi hastalığın iyileşmesindeki temel taşıdır. Bu tedavi planları hastaların karşılaşılabileceği durumlar esnasında stresi en aza indirmek ve birçok kaygıyı ele almak sebebi ile kullanılmaktadır.

Bu tip rahatsızlıklarda beslenme danışmanlığının yeri de büyük önem arz etmektedir. Kişinin beslenme ihtiyaçlarını belirleyip, gözlem altında tutması gerekmektedir. Yeme bozukluklarının tedavisi için kanıtlanmış olan birtakım tedavi çeşitleri bulunmaktadır. Genellikle hastalık kronik seviyeye ulaşmadan tedavi altına alınmalıdır. Hipotalamusun açlık duygusu ve yeme davranışı ile ilgili olduğu gözlemlenmiş hatta bu gözlemler sistematik çalışmalar ile daha da kesinliğe kavuşturulmuştur.<sup>35</sup> Ayrıca anoreksiya nevroza da kişilerin tedaviye cevap verme durumu olsa da bu hastalıktan muzdarip kişilerin ancak yarısı iyileşebilmekte, %30 oranında kısmen düzelmeye %20'sinde ise düzelmeye ya da daha kötü sonuçlar görülebilmektedir.<sup>36</sup>

### **2.1.2.Yetişkinlik Öncesi Yeme Tutumu ve Bağlanma Stilleri İlişkisi**

Bağlanmanın yetişkinlik öncesi ve yetişkinlik döneminde farklı değişiklikler göstermesi sebebi ile dönemlere göre değerlendirmeler yapılması daha uygun görülmüştür. Yetişkinlik öncesinde yeme tutumu ve bağlanma ilişkisinde her çocuk ya da ergen yeme bozukluğu riski taşıyabilmektedir. Kişilerin beslenme alışkanlıkları edinmesi yetişkinlik dönemi öncesinde elde edilir. Bağlanma stilleri ve yeme tutumu arasındaki ilişki açısından bir değerlendirme yapılacak olursa yetişkinlik dönemi öncesinde bireylerde stres, kaygı gibi etmenlerin daha belirgin olduğu görülmektedir.

<sup>33</sup> Elizabeth Cordero ve Tania Israel, *Parents as protective factors in eating problems of college women*, Eating Disorders, 17(2), 2009, s.146-161.

<sup>34</sup> Linda Owens, Tonda Hughes, Dawn Owens-Nicholson, *The effects of sexual orientation on body image and attitudes about eating and weight*, Journal of Lesbian Studies, 7(1), 2002, s.15-33.

<sup>35</sup> Cüceloğlu, a.g.e., s.248.

<sup>36</sup> Başak Yücel, *Psikiyatri*, Ed: Baral Kulaksızoğlu, İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi Yayınları, İstanbul, 2009, s.191.

Yeme tutumu ve bağlanma stillerinde stresin bu değişkenlerle ilişkili olduğunu açıklayan araştırmaların yapıldığı görülmüştür.<sup>37</sup> Yeme tutumu ve bağlanma stilleri yetişkinlik öncesi dönemde incelendiği zaman ele alındığında incelenmiş olan bu iki değişkenin dışında başka değişkenlerin de bazı roller alabileceğine dair yorum yapmamız mümkündür.

Ebeveynler ile olan ilişkinin yeme bozukluklarına etkisi bulunmaktadır bu sebepten dolayı anne baba ilişkisi ve yeme bozukluklarının üzerinde durulmaktadır.<sup>38</sup> Bu da bize yetişkinlik öncesi bağlanma stilleri ile yeme tutumu arasındaki ilişkiyi göstermektedir. Burada güvenli ve güvensiz bağlanma koşullarında farklı sonuçların tespit edildiği yönünde değerlendirmeler mevcut olsa da bu konuya dair somut verilerin araştırma kısmında açıklanmasının daha doğru bir yöntem olacağından bahsedilmiştir. Literatür kısmında edinilen verilerin bu sebepten ötürü sınırlı tutulmasında fayda vardır

Bağlanma stilleri ve yeme tutumu ilişkisine dair çalışmada yetişkinlik öncesi dönemi ile ilgili sınırlı sayıda araştırmaların yapılması sebebi ile bu kısımdaki değerlendirmenin yüzeysel biçimde olması uygun görülmüştür. Yapılana araştırmadan elde edinilen sonuçlara göre, bağlanma stillerinin, ebeveynleri ile aralarındaki ilişkilerin belirleyici olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bilişsel kuram kapsamında yapılandırılmış olan bilgi birikimini, kişiler arası ilişkiler ile bütünleştirip, bilişsel süreçleri "benlik" ve "başkaları" şeklinde ele almış olduğu "bireyler arası şema" kavramını geliştirmiştir.<sup>39</sup> Bowlby'nin içsel çalışan(zihinsel) modeller(workingmodels) kavramının kişilerarası etkileşimler sonucu ve bağlanma davranışı esnasında gelişmiş olduğu varsayımı, Safran ve Segal için başlangıcı olmuştur.<sup>40</sup> Segal ve Safran'a göre içsel çalışan modeller kişilerarası şemalar olarak kavramsallaştırılabilir. Kişilerarası şemalar, başkaları ve benlik ilişkisinin genel temsilleridir ve bağlanma figürü ile etkileşimin temelini oluşturmaktadır. Ayrıca bireyin bu figürlerle olan etkileşimlerini yordama imkanı da verilmektedir.<sup>41</sup>

---

<sup>37</sup> Seda Erzi, *Kız üniversite öğrencilerinin yeme tutumları ile yetişkin bağlanma stilleri ve stresle başa çıkma yollarının ilişkisi*, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilimdalı, İstanbul 2012, s.86 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>38</sup> Nursen Oral ve Nesrin Hisli Şahin, *Yeme Tutum Bozukluğunun Kişilerarası Şemalar, Bağlanma, Kişilerarası İlişki Tarzları ve Öfke ile İlişkisi*, Türk Psikoloji Dergisi, 23(62), 2008, s.37-48.

<sup>39</sup> Jeremy Safran, *Towards a refinement of cognitive therapy in light of interpersonal theory: I. Theory*, Clinical Psychology Review, 10(1), 1990, s.87-105.

<sup>40</sup> John Bowlby, *Attachment and loss: Attachment*, Basic Books, New York, 1969.

<sup>41</sup> Gonca Soygüt, *Bilişsel tedavide kişilerarası süreçler: kişilerarası şemalar, terapötik ittifak ve terapötik ittifakta bozulma*, Bilişsel-davranışçı terapiler içinde. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 2003.



### 2.1.3. Ergenlerde Yeme Tutumları

Geçiş dönemi olarak kabul edilen ergenlik, pubertenin başlangıcından genç yetişkinlik dönemine kadar devam etmektedir. Bu dönem gençlerin sağlıklarını riske atacak davranışlar sergilediği dönem olmakla birlikte birçok sorunla da yüzleştikleri bir süreç olarak görülmektedir.<sup>42</sup> Bu dönemde ergenler birer kimlik arayışı içine girmektedirler. Bağımsız birer birey olduklarını kabul ettirme çabaları içine girerler ve dış görünüşleri ile fazla ilgilenirler. Benlik kavramı da bu dönem içinde gelişme gösterir.<sup>43 44</sup> 15-17 yaş arası, yaşam stiline belirlendiği dönem olmakla birlikte yeme alışkanlıkları da bu dönemde oluşmaktadır. Ergenlerde yeme alışkanlıklarının etkilendiği birçok etmen bulunmaktadır. Yeme bozukluklarının etiolojisine baktığımız zaman; aile içi sorunlar ailede yeme bozukluğundan mustarip olan bireylerin oluşu, düşük benlik saygısı, obezite, cinselliğin kabulü, cinsel travmalar, biyolojik ve genetik faktörler yer almaktadır.<sup>45 46</sup> Ergenlerin beslenme alışkanlıklarını bilmek ve bunların sosyo-demografik faktörler ve sağlık ile olan ilişkilerini belirlemek, bireylerin beslenme alışkanlıklarının neden-sonuç ilişkisi kapsamında belirleyici olmaktadır.<sup>47</sup>

Yeme bozuklukları, bireylerde hayati tehlike oluşturacak kadar bozulabileceği psikiyatrik bir hastalık çeşitlidir. Yurt içinde yapılan bir çalışmanın sonucunda elde edilen verilere göre kızların %33,6 sının, erkeklerin %6,3 ünün diyet uyguladığı, kızların %43'ü erkeklerin ise %18,3 ünün zayıf olmayı arzu ettikleri saptanmıştır.<sup>48</sup> Yeme bozukluğu çeşitlerinin ergenlerde ve genç yetişkinlerde görülme oranı %4 olarak bildirilmektedir.<sup>49</sup>

Ergenlerin örneklem olarak alındığı yeme bozukluğunun semptom gruplarını türetmeyi ve 10 yıllık süre içerisinde grupların kararlılık ve geçişlerinin değerlendirmeye alındığı bu çalışmada semptom olmayan, diyet ve bozuk yeme davranışı sergileyenler olmak üzere üç grup saptanmıştır. Semptom olmayan grubun 10 senelik süreçte istikrarlarının yüksek olduğu, diyet grubunda olan

<sup>42</sup> World Health Organization, *Adolescent Health & Development Programme Family & Reproductive Health*, 1997.

<sup>43</sup> Gülten Pekcan, *Adolesan döneminde beslenme*, Klinik Çocuk Forumu, 4(1), 2004, s.38-47.

<sup>44</sup> Osman Müftüoğlu, *Hafifleyin Gençleşin*, Doğan Kitapçılık AŞ, İstanbul, 2004, s.57-85.

<sup>45</sup> Cynthia Bulik vd., *Anorexia nervosa: definition, epidemiology, and cycle of risk*, International Journal of Eating Disorders, 37(1), 2005 s.2-9.

<sup>46</sup> Feryal Cam Celikel vd., *Psychologic correlates of eating attitudes in Turkish female college students*, Comprehensive psychiatry, 49(2), 2008, s.188-194.

<sup>47</sup> Eric Button vd., *A prospective study of self-esteem in the prediction of eating problems in adolescent schoolgirls: Questionnaire findings*, British Journal of Clinical Psychology 35(2), 1996, s.193-203.

<sup>48</sup> Sibel Örsel vd., *Diyet Yapan ve Yapmayan Ergenlerin Kendilik Algısı, Beden İmajı ve Beden Kitle İndeksi Açısından Karşılaştırılması*, Türk Psikiyatri Dergisi, 15(1), 2004, s.11.

<sup>49</sup> Turan Ertan, *Psikiyatrik Bozuklukların Epidemiyolojisi*, Türkiye'de Sık Karşılaşılan Psikiyatrik Hastalıklar Sempozyum Dizisi, 62, 2008, s.25-30,

ergenlerin herhangi bir guruba geçiş yapma olasılığının eşit olduğu ve bozulmuş yeme davranışı sergileyen grupta ise semptom olmayan gruba dahil olma ya da devam etme durumlarının %75 olduğu sonucuna ulaşılmıştır.<sup>50</sup>

#### 2.1.4.Yeme Bozuklarına Terapi Yaklaşımları

Yeme bozukluklarının hastalık örüntüsü karmaşık bir yapıya sahiptir. Bu nedenle tedavi sürecinde dikkatli bir planlama yapılması ve ayrıntıların gözden kaçmaması için gerekli özenin gösterilmesi gerekmektedir. Hastalık oluşumuna etki eden faktörlerin belirlenmesi bireyin tedavisinin seyri için önem arz etmektedir. Psikoterapi yeme bozuklukları tedavisinde önemli bir yer tutmaktadır.<sup>51</sup>

Terapi süresince hastanın kendisini rahat ifade edebilmesi için gerekli güven ortamının sağlanması gerekmektedir. Terapi sırasında hastalar yaşamış oldukları olumsuz deneyimlerin etkisi ile direnç gösterebilmektedir. İyileşme isteği olan hastalarda ise direnç bilinçdışı kendisini gösterebilmektedir. Bu nedenle hastalar seans bitiminde terapistin yorumlarını unutabilmektedirler.<sup>52</sup>

Brisman bireysel psikoterapinin dışında grup terapilerinin de yararlı olduğu düşüncesindedir. Brisman bu düşüncesini yeme bozukluğu olan hastalarının duygusal dünyalarının grup terapisindeki ortamdan olumlu şekilde etkilenecekleri düşüncesi ile desteklemektedir. Ayrıca araştırmacıya göre bu tür hastaların kendi dünyalarında oluşturmuş oldukları beden ve benliklerine yönelik sahip oldukları çarpıtılmış imajlarının bu grup ortamında paylaşım içine girerek birbirlerine destek ve geri bildirim kaynağı da olabilmektedirler.<sup>53</sup>

Yeme bozukluğu yaşayan hastaların çoğunda mükemmeliyetçi, beden imgesi ile ilişkilendirilen benlik anlayışı, özgüven eksikliği ve çaresizlik olduğu görülmektedir. Arnow, bu durumdan muzdarip olan hastaların kilo ve dış görünüşe karşı hassasiyet gösterdikleri ve hayatlarında önem verdiği kişilerin geribildirimleri ile ne kadar ilgili oldukları gerçeğine dikkat edilmesi gerektiğini vurgulamıştır.<sup>54</sup>

#### 2.1.5.Yeme Tutumu İle İlgili Araştırmalar

Duran ve diğerlerinin yapmış olduğu bir çalışmada Üniversite Öğrencilerinde Problem Çözme Becerileri ile Anormal Yeme Tutumları Arasındaki İlişki

<sup>50</sup> Carolyn M. Pearson vd., *Stability And Change in Patterns of Eating Disorder Symptoms From Adolescence to Young Adulthood*, International Journal of Eating Disorders, 50, 2017, s.748-757,

<sup>51</sup> Fulya Maner, *Yeme Bozuklukları*, Psikiyatri Dünyası, 5, 2001, s.130-139.

<sup>52</sup> Ellen Pearlman, *The Etiology of Eating Disorders From an Attachment Theory Perspective*, Psychoanalytic Review, 92 (2), 2005, s.223-236.

<sup>53</sup> Judit Brisman, *Psikodinamik Psikoterpi ve Eylem Odaklı Teknik*, Çev. Rosita Kastro, 1. Basım, Prestij Yayınları, İstanbul, 2008, s.69-108

<sup>54</sup> Bruce Arnow, *Bulimiya Nervozanın Bilişsel-Davranışçı Terapisi*, Çev. Rosita Kastro, 1. Basım, Prestij Yayınları, İstanbul, 2008, s.139-178

incelenmiştir. Çalışmaya katılan 176 öğrenci ile ortaya çıkarılan sonuç; yeme tutumu ile problem çözme becerilerinin arasında bir ilişki olduğudur. 21 yaş ve üzerindeki bireylerin yeme bozukluğu riski altında olduğu belirlenmiştir.<sup>55</sup>

Batigün ve Utkunun bir grup genç ile yapmış olduğu Yeme Tutumu ve Öfke Arasındaki İlişkinin incelenmesinde 675 öğrencinin 13-25 yaş arası ile yeme tutum bozukluğu gösteren ve göstermeyen kişilerde öfke değişkenliği açısından farklılık olup olmadığı belirlenmeye çalışılmıştır. Gençlerin yeme tutum algılarının bozuk olduğu ve kızların erkek öğrencilerden daha yüksek YTT skoru aldıkları görülmüştür. Ayrıca öfkelerini içedönük, pasif-agresif olarak ifade ettikleri de gözlemlenmiştir. Bu incelemeler sonucunda erkeklerin kızlara oranla saldırgan tutum sergiledikleri sonucuna ulaşılmıştır.<sup>56</sup>

Çelikel ve diğerlerinin yapmış oldukları bir çalışmada Obsesif Kompulsif Bozukluk tanısı konan 55 kişi ve bu grup ile benzer özellik gösteren ancak herhangi bir tanı almamış olan 55 kişinin katılım sağladığı kişilerin yeme tutumları incelenmiştir. YTT puanları OKB hastalarında diğer gruba göre anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.<sup>57</sup>

Şabaplı ve Uskunda'nın yapmış olduğu bir araştırmada öğrencilerin yeme tutumu ile beden algısı arasında ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Araştırmaya 485 lise öğrencisi katılmıştır. Bu öğrencilerin kilo kaybetmek amacı ile bazı yöntemler denedikleri saptanmış ve bu yöntemleri herhangi bir yetkinliği olmayan kişiler tarafından görüp, uyguladıklarına dair bilgiler edinilmiştir..<sup>58</sup>

Tozz ve diğerleri Deanoreksik hastalar ile yapmış oldukları bir araştırmanın sonucunda yeme bozukluklarının gelişme göstermesinde anoreksik hastaların en önemli etmeni aile yapılarının bozuk olmasından kaynaklı olduğu saptanmıştır.<sup>59</sup>

Schuckit ve diğerleri dayeme bozuklukları ile alkol bağımlılığı arasındaki ilişkiyi bulmayı amaçlayan bir çalışma yapmışlardır. Alkol bağımlısı olan kadınlarda bulimiya oranı, anoreksiya olanlara göre daha anlamlı derecede yüksek olduğu

---

<sup>55</sup> Songül Duran vd., *Hemşirelik öğrencilerinin yeme tutumları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki*, *Sted*, 25, 2016, s.6-12.

<sup>56</sup> Batigün ve Utku, a.g.e., s.65-78.

<sup>57</sup> Feryal Cam Celikel vd., *Obsesif kompulsif bozukluk hastalarında yeme tutumu*, *Archives of Neuropsychiatry*, 46(3), 2009, s.86-91.

<sup>58</sup> Ersin Uskun ve Ayşe Şabaplı, *Lise Öğrencilerinin Beden Algıları ile Yeme Tutumları Arasındaki İlişki*, *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 12(5), 2013, s.519-528

<sup>59</sup> Federica Tozzi vd., *Causes and recovery in anorexia nervosa: The patient's perspective*, *International Journal of Eating Disorders*, 33(2), 2003, s.143-154.

görülmüştür. Alkol bağımlısı erkeklerde ise bu durum; bulimiya oranının anoreksiyaya göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.<sup>60</sup>

## 2.2.BAĞLANMA KAVRAMI VE ÖNEMİ

Bağlanma doğduktan hemen sonra başlayan çevre ile girilen etkileşim sonucunda gelişen, duygusal boyuttaki bir durumdur. Bir başka şekilde ifade etmek gerekirse bağlanma, bakıcı ve çocuk arasında gelişen yakınlık arayışı ile kendisini gösterir. Stresli durumlarda daha belirginleşen dayanıklı bir duygusal bağ şeklinde ifade edilir.<sup>61</sup>

Bağlanma, kişilerin kendisi için önemli hissettiği kişilere karşı geliştirmiş oldukları kuvvetli duygusal bağlardır. Bowlby (1958) ve Ainsworth (1989) hem ayrı hem de birlikte yapmış oldukları çalışmalarda güvenli, kaygılı/kararsız ve kaçma olmak üzere üç bağlanma stili ortaya çıkarmışlardır. Bartholomew ve Horowitz bu stillerden farklı ancak Bowlby'nin bağlanma kuramını esas alarak, benliğe ve başkalarına ait zihinsel modellerin olumlu ve olumsuz olmanın çaprazlanarak ortaya çıkarılan dörtlü bağlanma stilini ortaya koymuşlardır. Bu kuramın içeriğinde; güvenli bağlanma, saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma ve korkulu bağlanma olmak üzere dört stil bulunmaktadır. Güvenli bağlanma stili; bireyin kendisine ve başkalarına ilişkin algılarını olumlu bir tutumla geliştirdiği stildir. Saplantılı bağlanma stili ise kişinin kendisiyle ilgili değersizlik duygularına ilişkin olumlu değerlendirmelerinin bulunduğu stildir. Kişinin kendisiyle ilgili algısı olumlu fakat başkalarına ilişkin olumsuz algıların olumsuz olduğu bağlanma stildir. Her iki algının olumsuz olarak görüldüğü bağlanma stiline ise korku stili olarak adlandırılmaktadır.<sup>62</sup>

Hayatta kalabilmek için birilerinin kendisine bakmasına muhtaç olan çocuğun annesi ile arasındaki bağ yaşama sansını arttırmaktadır. Bu bağ, çocukta oluşan huzursuzluk, korku gibi durumlarda çocuğun sakin kalabilmesini, dış dünyayı tanıma ve algılama gibi durumlarda güvenli bir üs görevi görmektedir.<sup>63</sup>

### 2.2.1.Bağlanma Stilleri

#### 2.2.1.1. Güvenli Bağlanma

Olumlu benlik yapısına sahiptirler, kendilerinin sevmeye değer olduklarına dair olumlu düşüncelere sahiptirler. Başkalarının güvenilir, destekçi ve iyi niyetli kimseler

<sup>60</sup> Marc Schuckit vd., *Anorexia nervosa and bulimia nervosa in alcohol-dependent men and women and their relatives*, The American journal of psychiatry, 1996, s.74-82

<sup>61</sup> Marry Ainsworth, *The personal origins of attachment theory*, An interview with Mary Salter Ainsworth. Interview by Peter L. Rudnytsky. Psychoanal Study Child, 52, 1997, s.386

<sup>62</sup> Kim Bartholomew ve Leonard M. Horowitz, *Attachment styles among young adults: a test of a four-category model*, Journal of personality and social psychology, 61(2), 1991, s.226-241.

<sup>63</sup> Lynne Cooper vd., *Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence*, Journal of personality and social psychology, 74(5), 1998, s.1380.

olduklarına dair beklentiler içindedirler. Bu bağlanma stili, olumlu benlik modeli ve olumlu başkaları modelinin bir araya getirilmesi ile oluşmuştur. Bu bağlanma örüntüsüne sahip kişiler yakınlık kurma konusunda rahattırlar.<sup>64</sup>

Güvenli bağlanma stilinde anne ya da anne çocuğun ihtiyaçlarına duyarlılık göstermektedir. Ayrıca çocuğun bu ihtiyaçlara karşın göstermiş olduğu ipuçlarını da doğru bir şekilde yanıtlamaktadır. Bebeğin gereksinimlerine karşı bakımını yapıp, rahatlamasına olanak sağlamaktadır. Güvenli bağlanma sergileyen çocuklar; olası bir ihtiyaç durumunda annelerinin kendilerine destek vereceklerinden emin olup, annelerini güven merkezi olarak benimserler. Anneden almış oldukları bu güvenle etrafı rahatça keşfedebilir ve kendilerini özgür hissederler.<sup>65</sup>

Güvenli bağlanan yetişkinler ise; sürekli olarak güven verici ilişki içindedirler. Özsaygıları gelişmiş ve yeterli seviyededir. Farklı ortamlara girince düşüncelerin ve duygularını rahat bir şekilde aktarabilmektedirler.<sup>66</sup> Güvenli bağlanan bireyler daha pozitif inançlar bulunmaktadır. Sosyal ilişkiler kurma bağlamında daha az kaygılı davranıp kolaylıkla ilişkiler kurabilirler.<sup>67</sup>

### 2.2.1.2. Çelişik/Güvensiz Bağlanma

Bu bağlanma türünde çocuğun bakımı sağlayan kişi, çocuğun ihtiyaçlarını karşılamada tutarsız tavırlar sergilemektedir. Çocuk bu davranışlardan dolayı kendisine bakan kişiye karşı güven duyma zorlukları yaşamaktadır.<sup>68</sup>

### 2.2.1.3 Saplantılı Bağlanma

Bu kişilerde değersizlik hissi görülmektedir. Kendilerini sevmeye layık görmez yakın ilişkilerinde doğrulama ya da kanıtlama gibi eğilimler gösterirler. İlişkilerinde gerçekçi olmayan beklentileri vardır. Bu stil ise olumsuz benlik ve olumlu diğerleri model birleşiminde oluşmaktadır. Saplantılı kişiler diğer insanlar tarafından güven ve kabul görme konularında kaygı içindedirler. Bu bağlanma stilini gösteren kişilerde yakın ilişkileri içinde kişisel değerlilik ve yeterliliği bulmaya yönelik çaba sarfederler.<sup>69</sup>

<sup>64</sup> Barholomew ve Horowitz, a.g.e., s.226-241

<sup>65</sup> Mary Ainsworth vd., *Patterns of Attachment: A Psychological Study Of The Strange Solution*, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1978, s.183.

<sup>66</sup> Serdal Seven ve Abide Güngör Aytaç, *Tamamlanmamış Oyuncak Bebek Ailesi Hikâyeleri Ölçeği'nin Türk Çocuklarına Uyarlanması*, Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 10(1), 2010, s.489.

<sup>67</sup> Alper Bolattekın, *Anne Babanın Bağlanma Stilleri, Anne Baba Tutumları Ve Çocuklarındaki Davranış Problemleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2014, s.11 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>68</sup> Ainsworth vd., a.g.e., s.183.

<sup>69</sup> Barholomew ve Horowitz, a.g.e., s.226-241

#### **2.2.1.4. Korkulu Bağlanma**

Korkulu bağlanma stili yaşayan bireylerde kaygı oldukça fazladır. Başkalarının güvenilmez olduğuna dair düşünceleri bulunmaktadır. Olumsuz benlik modeli ve olumsuz diğerler modelinin birleşiminden meydana gelen bu bağlanma stilinde bireyler kabul ve onaylanma arzularının yüksek olması nedeni ile saplantılı bağlanma stili gösteren bireylere benzerlik göstermektedirler. Ancak reddedilme ve kaybetme acısı yaşamamak adına insanlarla yakınlık kurmaktan kaçınırlar. Kendisinin sevilmeyeceğine dair inançları vardır. Reddedilme korkusundan dolayı insanlarla yakın olmamaya çalışırlar. Bu şekilde kendilerini koruma altına almış olurlar.<sup>70</sup>

Bartholomew ve Horowitz güvenli ve kayıtsız bağlanma stiline, benlik kavramı ile pozitif bir ilişkiye sahip olduğunu, korkulu ve saplantılı bağlanmanın ise benlik kavramı ile negatif bir ilişki göstermiş olduğunu bulmuşlardır. Bunların dışında güvenli ve saplantılı bağlanmanın sosyallik ile pozitif bir ilişkiye sahip olduğu, kayıtsız ve korkulu bağlanma ile sosyallik arasında negatif bir ilişki olduğu belirtilmektedir.

#### **2.2.1.5. Kayıtsız Bağlanma**

Bu bireylerin özsaygısı yüksektir. Özerkliğe önem verirler. Başka insanlara karşı olumsuz bir tutum içindedirler. Başkalarına olan ihtiyaçlarını ve yakın ilişkilerin gerekliliklerini yok sayarlar.

Bu bağlanma stili, olumlu benlik modeli ve olumsuz başkaları modelinin bir araya getirilmesi ile oluşturulmuştur. Bu stildeki bireyler olumsuz beklentilerinden dolayı yakınlık kurmaktan kaçınırlar. Kayıtsız bağlanma stiline sahip bireyler özerklik ve incitilemezlik duygularını geliştirerek kendilerini olası bir hayal kırıklığına karşı koruma altına almaktadırlar.<sup>71</sup>

#### **2.2.1.6. Kaçınmalı/Güvensiz Bağlanma**

Bu bağlanma stiline sahip olan çocuğun annesi ya da bakımını üstlenen kişi, çocuğun ihtiyaçlarına karşı ilgili bir tutum sergilememektedir. Anne bebeğini reddedebilir ya da ona değer vermeyebilir. Bu gibi durumlarda anne, çocuk için ulaşılamaz bir konuma gelmektedir. Bu gibi durumlarda çocuk anneyi güven merkezi olarak görmemektedir. Bunun sonucunda çocuk çevresini özgürce

<sup>70</sup> Bartholomew ve Horowitz, a.g.e., s.226-241

<sup>71</sup> Bartholomew ve Horowitz, a.g.e., s.226-241

keşfedebilmektedir fakat bu keşif sürecinde çocuk annesine, kaynak olarak yer vermemektedir.<sup>72</sup>

Kaçınma-güvensiz bağlanma yaşayan çocuklarda anneleri ile bir ilişki ya da herhangi bir beklenti içerisinde değildir. Çocuk annesi ya da bakım vereni ile yabancı kişiler arasında seçim yapmamaktadır. Annesini yakınında istemeyebilir veya annesin kendisi ile fiziksel bir temas içine girmesini istemeyebilir.<sup>73</sup>

### 2.2.2. Bağlanmanın Gelişimi

Ainsworth bağlanma ile ilgili önemli araştırmalar yapmıştır. En önemli katkılarından biri geliştirmiş olduğu Yabancı Durum Deneyi isimli desenidir. Bu desen aracılığı ile küçük çocukların ve bebeklerin anne ve babalarından ayrı kalma durumunda yabancı birilerinin varlığına vermiş oldukları tepkilerin farklılaşmasına olanak sağlamasıdır. Bebeklerde gülümseme, sarılma isteği, yaklaşma veya takip etmek ile anneyi çağırma gibi davranışlar sergilediği gözlemlenmiştir.<sup>74</sup>

Bowlby'e göre temel bağlanma doğumdan hemen sonra hayatın ilk dokuz ayı gelişmeye başlayıp, tam şekillenmesi ise iki üç yıllık bir süreci kapsamaktadır. Temel bağlanma, çocuğa bakan kişinin yokluğunda birtakım davranışlar sergilemesi sonucunda görülebilmektedir. Bu durum dürtüsel bir işlev olmakla birlikte hayatta kalabilmeyi ve güvenliği sağlama amaçlıdır. Bağlanma nesnesine ait istenilen konum ile elde edilen konum arasında olası bir çelişki durumunda bağlanma mekanizması kendisini göstermektedir.<sup>75</sup>

### 2.2.3. Bağlanmanın Nörobiyolojisi

Annelerin beyni daha çok bakım sağlamaya eğilim göstermektedir. Limbik sistemin evrilmesinde dişilerin beyinleri bebeklerin stresli çağrılarına kulak verip bu duruma duyarlı hale gelmeleri, çocukları ile daha yakın ilişkiler kurabilmek için ve annelerin çocukları ile daha fazla oyun oynayabilme üzerine tesis edilmiştir.<sup>76</sup> Farklı çalışmalar ile anatomik açıdan ele alınan bağlanmanın en önemli beyin bölgeleri singulat korteks, septal bölge ve amigdala olduğu açıklanmıştır.<sup>77</sup>

<sup>72</sup> Ainsworth vd., s.183.

<sup>73</sup> Yeşim Türköz, **Okul Öncesi Çocuklarda Bağlanma Örüntüsünün Kişilerarası Problem Çözme Ve Açık Bellek Süreçlerine Etkisi**, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara, 2007, s.20 (Yayımlanmamış Doktora Tezi).

<sup>74</sup> Marry Ainsworth ve Silvia Bell, **Attachment, exploration and separation: illustrated by the behaviour of one – year olds in strange situation**, Child Development, 41,(1), 1970, s. 49-67

<sup>75</sup> John Bowlby, **Attachment and Loss**, Vol.1 Attachment, Hogarth Press, Londra, 1969, s.141.

<sup>76</sup> Bildik Özbaran, **Bağlanmanın Nörobiyolojisi**, Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 13, 2006, s.137-144.

<sup>77</sup> James Winslow vd., **Oxytocin and complex social behavior: species comparisons**, Psychopharmacology Bulletin, 1993, s.409-414.

Sosyal bağlanma ile ilgili yapılmış olan çalışmalar sonucunda bakım sunan kişiler tarafından gereken desteği, ilgiyi ve bakımı alabilen çocuklar, güvenli ve bağımsız bireyler olarak yetişmesinin temelinde nörobiyolojik dengelerin olduğunu söyleyebiliriz. Çocuk iyi bir bakım alabilmiş ise beyni de biyokimyasal açıdan düzenini her şeyin yolunda olduğuna dair bir algı ile kaydeder. Ancak çocuk ihmal ve reddedilmiş ise nöronal sistemler de bu şekilde kendilerini şekillendirmektedir. Sonuç olarak elde edilmiş olan bilgiler ışığında bağlanmanın bilişsel süreçlerin yanı sıra nörohormonların da etkisi ile şekillendiği görülmektedir. Tartışılması gerekli olan bir diğer konu ise bunun zıttı olarak bağlanma sorunu yaşayan kişide bazı nörohormonal düzensizliğin olması ihtimaline yöneliktir.<sup>78</sup>

#### **2.2.4. Bağlanma Örüntüleri**

Ainsworth'un yapmış olduğu çalışmalara göre bebek ile annenin ayrı kaldığı durumlar içinde üç davranış örüntüsü belirtilmiştir. Güvenli bağlanma yaşayan ilk grup, yanlarında kendilerine birincil bakımını veren biri olduğu zaman etrafı keşfetme amaçlı rahat davranışlar sergilemeye devam ederken etrafta yabancı bireyler olduğu zaman kendilerini anksiyöz hissederler. Bu durum da kaçınma davranışını beraberinde getirir. Bakım veren kişi geldiği zaman ve çocuk bakım vereninin döndüğüne emin olduğu an etrafı keşfetme davranışını sergilemeye devam eder.

Ainsworth ve Bell'e göre bebeğin büyüdüğü çevrede tehdit edici unsurlar ya da bağlanmış olduğu nesneden uzun süreli bir ayrılık yaşaması durumunda bebekte bağlanma davranışının yoğunluğunu arttırmaktadır. Bağlanılan nesneden uzun süreli ayrı kalması durumunda bağlanma davranışında azalma görülür. Tekrar bir araya geldiği zaman ise bu davranışın arttığı görülmektedir.<sup>79</sup>

#### **2.2.5. Bağlanma Kuramları**

##### **2.2.5.1. Psikanalize göre Bağlanma Teorisi**

Freuda göre fiziksel ihtiyaçlar karşılanması durumunda bağlanma hazzı sağlanmış olmaktadır. Bu açıdan bebeğin beslenme, emme gibi fiziksel ihtiyaçlarının giderilmesini sağlayan anne bebekte bağlanmanın oluşmasındaki en önemli etkidir. Freud'a göre bağlanmanın oluşmasında bebeğin rolünün olmadığını söylemiştir. Bebeğin birincil olarak bakımını yapan, ihtiyaçlarını karşılayan kişi ile bebek arasında güvenli bir bağlanmanın oluşması ileriki yıllarda daha bir önem arz etmektedir. Daha sonraki yıllarda çevresi ile arasında oluşan sosyal ya da duygusal ilişkilerde aktarmış olduğu duygular, bebeklik döneminde bakımını yapan kişi ile arasında kurmuş olduğu bağdan kaynaklıdır. Sosyal ve duygusal ilişkilerini sağlıklı

<sup>78</sup> Bildik, a.g.e., s.137-144

<sup>79</sup> Ainsworth ve Bell, a.g.e., s.49-67



bir şekilde yürüten bireylerin annesi ile oluşturmuş olduğu güvenli bağ sayesinde yürütmektedir.<sup>80</sup> Freud'a göre çocuğun ilk güçlü sevgi objesi hayatında yer alan annesidir. Bu durum daha sonraki ilişkilerinde bir örnek olarak bireyde yer edinmektedir.<sup>81</sup>

Nesne kuramcılarını Freud'dan sonra onun teorisinden yola çıkarak bir görüş ortaya atmıştır. Bu görüş; aile arasında kurulan bağın, sosyal ortamdaki ilişkilerinde kurmuş olduğu bağı etkilemiş olduğunu savunmuşlardır. Çocuğun gelişim süreçlerine dikkat edilirse aile ile paylaşılan deneyimler çocuğun yaşam stilini ve bakış açısının oluşmasını ve gelişmesini sağlamaktadır.<sup>82</sup>

### 2.2.5.2. Lorenz'in Bağlanma Teorisi

Lorenz bebeklik döneminde sosyal kritik döneme ve izleme düşüncesini ele almıştır.<sup>83</sup> Kuşların yumurtadan çıkar çıkmaz etrafında hareket halinde görmüş olduğu ilk nesneye bağlanma geliştirip sürekli olarak o nesneyi takibe almasına basılmama denmektedir. Lorenz bu konu ile ilgili araştırmasını kaz yavruları üzerinde gerçekleştirmiştir. Lorenz; Yumurtadan çıktığı an kaz yavrusunun önünden yürümüş ve kaz yavrusu da Lorenz'i takibe almıştır. Daha sonra kaz yavrusunun annesi gelse dahi bu yavru Lorenz'i takip etmeye devam etmiştir.<sup>84</sup> İnsanlar doğumundan itibaren birkaç saatlik süreyi barındıran bu sürece 'kritik dönem' ismi verilmiştir.<sup>85</sup>

### 2.2.5.3. Harlow'un Bağlanma Teorisi

Öğrenme teorisine göre açlık gibi biyolojik ihtiyaçlar birincil pekiştireçlerle karşılanarak giderilmektedir. Bebeğin biyolojik gereksinimleri düşünüldüğü zaman bebek için birincil pekiştireç yemek yemek olarak görülmektedir. Diğer pekiştireçler ise ikincil olarak açıklanmaktadır. İkincil pekiştireçler; Birincil pekiştireçler ile birlikte verilmesinden dolayı kazanılmaktadır. Bu durumda annenin bebek için varlığı da söz konusu beslenme ise ödül niteliğinde olmaktadır. Anne bebeğin beslenmesinin yanında görsel olarak uyaranlar sağlama, dokunma gibi temaslarda bulunarak diğer

---

<sup>80</sup> Elif Aksekili, **60 Ay ve Üzeri Okul Öncesi Eğitim Alan Çocukların Bağlanma Stillerinin, Ahlakî Ve Sosyal Kural Algısı Ve Sosyal Davranışları İle İlişkisinin İncelenmesi**, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Okul Öncesi Eğitimi Anabilim Dalı, Ankara, 2017, s.16 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>81</sup> Mary Ainsworth, **Object Relations, Dependency And Attachment: A Theoretical Review Of The Infant-Mother Relationship**, Child Development, 40(4), 1969, s.969-1025.

<sup>82</sup> Aksekili, a.g.e., s.16

<sup>83</sup> Giyoo Hatano vd., **Affective Minds**, Usa: Elsevier Health Sciences, 2000, s.40.

<sup>84</sup> Doğan Cüceloğlu, **İnsan Ve Davranışı**, Remzi Kitapevi, İstanbul, 2006, s.234.

<sup>85</sup> Cüceloğlu, a.g.e., s.236

ihtiyaçları da gidermektedir. Böylelikle anne bu ödülleri sağlamış olan biri olarak bebekte bağlanma yaratmaktadır.<sup>86</sup>

#### 2.2.5.4. Bowlby'ın Bağlanma Teorisi

Bu teporide bebeğin doğduğu andan itibaren gereksinimlerini, bakımını karşılayan kişi ile arasında ilişkiye dayalı olduğuna dair bir düşünce ile oluşturulmuştur.<sup>87</sup> Bowlby'nin oluşturmuş olduğu bu teori günümüzde en baskın bağlanma teorisi olarak yerini almıştır.<sup>88</sup>

Bowlby'e göre bağlanma örüntüsü, bebeğin güvenlik,rahatlık duygusu aracılığı ile harekete geçirilmektedir. Bebekteki güvenlik duygusuna katkı sağlayan bağımsızlığına izin verecek bir bağlanmanın önemini vurgulamıştır. Bağlanma hedef odaklı bir çalışmadır ve çevreden gelen geri bildirimler ile düzeltilir.<sup>89</sup>

Bowlby(1988) bağlanmanın dört özelliğe sahip olduğunu belirtmiştir. Bu özellikler;

1) Yakınlığın sürdürülmesi: Kişinin bağlanma örüntüsü oluşturmuş olduğu kişiye karşı yakın olma isteği,

2)Güvenli Barınak: Kişinin korktuğu anlarda rahatlama ve güvende hissetmesi için bağlanma davranışı sergilediği figüre yönelme,

3) Güven Esası: Kişinin etrafını keşfedebilmesi için bağlanma oluşturduğu kişiye güvenli davranışlar sergilemesi,

4)Ayrılık Acısı: Bağlanma figürünün yokluğunda bireyde oluşan endişe şeklinde görülür.<sup>90</sup>

Bağlanma davranışının temel özellikleri şu şekildedir;

Özellik (Specifitiy):Bağlanma davranışı tercih yapılarak bir ya da birden fazla kişiye yöneltilir ve neden seçildiği bellidir.

Süre (Duration): Bağlanma davranışı bütün yaşamı kapsamaktadır. Ergenlik döneminde, erken çocukluk döneminde oluşan bağlanma davranışı etkisini yitirir ya da zayıflar gibi görünse de bu durum yaşam boyunca devam etmektedir.

<sup>86</sup> Mehmet Karaboğa, *Çocuklarda Bağlanma Stilleri Ve Benlik Saygısının Aleksitimi Üzerinde Yordayıcı Rolünün İncelenmesi*, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Tokat, 2011, s.28 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>87</sup> Inge Bretherton, *The Origins Of Attachment Theory: John Bowlby And Mary Ainsworth*, Development Psychology, (28), 1992, s.759-775.

<sup>88</sup> Jude Cassidy, *Child-mother attachment and the self in six-year-olds*, Child development, 1988, s.121-134.

<sup>89</sup> Bretherton, a.g.e., s.759-775.

<sup>90</sup> John Bowlby, *A Secure Base: Parent-Child Attachment And Healthy Human Development*, Basic Books, New York, 1988, s.3.

Duygusal Bağlanma: İnsanlar hayatları boyunca yoğun duygular içersine girmektedirler. Yaşanan bu duygular bağlanılan kişi ile bağlanma davranışının oluşması ya da bozulması hayatın zaman diliminde başka bireylerle olan bağlanma ilişkilerinde tekrardan yaşanmaktadır. Kişinin başka birine karşı yoğun duygular besleyip, aşık olması bağlanmanın kurulmasına, kaybetmek ise acı duyguya örnek niteliğindedir.

Ontojeni(Ontogeny): Bir figüre karşı bağlanma kurulma halidir. Bebeklik döneminin ilk dokuz ayında meydana gelir. Bebeğin seçmiş olduğu figür ile bebek ne kadar çok sosyal etkileşim yaşarsa o kişi bağlanma figürü olmaktadır. Gelişimsel süreçleri de göz önünde bulundurduğumuz zaman; üç yaşın sonuna kadar bağlanmanın oluşması ancak bu yaştan sonra az da olsa hala görülüyor olması sağlıklı bir gelişim açısından beklenen bir durum olarak kabul edilmektedir.

Öğrenme: Bağlanma oluşurken yabancı kişiler ile tanıdık kişilerin ayırımının yapıldığı temel süreçtir. Bu zaman diliminde ödül ve ceza davranışlarının bağlanmaya etkisi azdır Çocuk bağlanmış olduğu figür tarafından cezalandırılmış olsa dahi bağlanma açısından bir sorun yaşamamaktadır.

Organizasyon: Bağlanma davranışı ilk zamanlarda kendisini karışık bir biçimde göstermektedir. Çocuk daha sonra kendisini temsil eden davranış modelleri oluşturmaktadır. Bu davranışlar organize şekilde olup sistemler ile harekete geçmektedir. Açlık, korku, endişe gibi durumlarda bu sistemi harekete geçirmektedir. Bu gibi durumlarda bağlanma figürünün yakın çevresinde bulunması ya da sesinin duyulması sistemi sakinleştiren durağan hale getiren bir durumdur.

Biyolojik işlev: Bağlanma davranışı yeryüzündeki bütün memelilerin yavruları ile aralarında oluşan bir örüntüdür. Yaşam boyunca devam eden bir durumdur. Bebek bağlanma figürüne karşı yakınlık kurup, bu yakınlığı sürdürebilmek istemektedir.<sup>91</sup>

### 2.2.5.5. Ainsworth'un Bağlanma Kuramı

Çocuklar annelerinden ayrıldıktan sonra onları gözlemleyip, bireylerin farklı yaşam deneyimlerinden yola çıkarak varmış olduğu sonuçta farklı bağlanma stilleri geliştirmiş olduklarını düşünmüştür.<sup>92</sup>

Ainsworth Uganda'daki Ganda kabilesinin çocuklarının üzerinde yapmış olduğu bir çalışmada toplam 25 çalışan anneyi ziyaret edip, 27 çocuğu inceleme fırsatı

<sup>91</sup> John Bowlby, *The Making And Breaking Of Aff Ectional Bonds: Aetiology And Psychopathology In The Light Of Attachment Theory*, British Journal Of Psychiatry, 130(3), 1977, s.201-210.

<sup>92</sup> Mary Ainsworth, *Attachment as related to motherinfant interaction*, In J. S. Rosenblatt, R. A. Hinde, C. Beer, & M. Busnel (Eds.), *Advances in the study of behavior* (Vol. 9), Wiley, New York, 1979, s.143

yakalamıştır. Bbeklerin 6-9 ay arasında anne ile yoğun bir bağlanma içinde olduğunu, bu bağlanmanın yalnızca ağlama ile değil anneyi görünce tepki verme, kollarını açma ve çığlık atma gibi tepkilerinin de oluştuğunu gözlemlemiştir. Ona göre bebek etkileşim ararken insiyatif kullanmaktadır. En az iki aylıkken başlayıp sonra artarak ilerleyen bu bebekler pasif olmamakla birlikte aktif olarak alıcıdırlar.<sup>93</sup>

Ainsworth bebeklerin bu bağlanma davranışlarını incelemek adına “Yabancı Durum Testi”ni geliştirmiştir. Bebekler bu testte yabancı oldukları bir ortamda annelerinde ayrılmış kendilerine yabancı olan biri ile aynı yerde kalmışlardır. Bir yabancınnın yakınlık çabasına nasıl karşılık verdiği ve kaygı ile nasıl başa çıktıkları gözlemlenmiştir. Düşük ve yüksek stresli koşullar içinde bağlanma ve çevreyi keşfetme arasındaki denge incelenmiştir. Bakıcılarından ayrılan bebeklerin onları tekrardan gördüğü zaman sergilemiş oldukları davranışlar ele alınarak üç bağlanma örüntüsü belirlenmiştir. Bunlar güvenli, kaygılı/kararsız ve Kaçınmacı bağlanmadır.<sup>94</sup>

Güvenli bağlanma geliştiren bebekler, anneleri yanında olmadığı zaman da ulaşılabilir, gereksinimlerini karşılamaya hazır olduğuna dair bir modele sahiptirler. Bu bebekler anelerni annelerini üs olarak görmektedir ve çevreyi keşfedebilirler. Annenin uzaklaşmasına, ayrılmasına tepki gösterirler fakat anne geri döndü zamanda etkileşime açık bireylerdir. Bu bireyler daha anneleri ile daha yakın fiziksel temas içine olup, işbirlikçi ve az öfkeli olmaktadır.<sup>95</sup>

### 2.2.6. Bağlanma İle İlgili Yapılmış Araştırmalar

Lütkenhaus, Grossmann ve Grossmann, 12 Aylık bebeklerin anneleri ile aralarında oluşan bağlanma ile araştırmaya katılan aynı çocukların 3 yaşındayken yabancı bireyler ile aralarında oluşan etkileşimi gözlemlemek amacı ile bir çalışma yapmışlardır. Çalışmanın sonucunda elde edilen verilere göre; 12 aylık iken güvenli bağlanma geliştiren bebekler, 3 yaşına geldikleri zaman kendilerine yabancı olan kişilerle daha kolay iletişim kurdukları gözlemlenmiştir.<sup>96</sup>

Cassidy, yapmış olduğu araştırmasını 6 yaşında 52 çocuk ile gerçekleştirmiştir. Anne-çocuk bağlanması ile çocuğun kendilik temsilleri arasındaki iletişimi incelemeye yönelik bir araştırma yapmıştır. Bu çalışma katılımcı çocukların 1 ay ara ile 2 oyun seansı ile incelenmesi sonucunda oluşmuştur. Araştırmanın sonucuna

<sup>93</sup> Marry Ainsworth, *Infancy in Uganda: Infant care and the growth of love*, Baltimore: Johns Hopkins University Press, 1967, s.74-86

<sup>94</sup> Ainsworth, a.g.e., 1979, s.147-152

<sup>95</sup> Ainsworth, a.g.e., 1979, s.147-152

<sup>96</sup> Paul Lütkenhaus vd. *Infant-mother attachment at twelve months and style of interaction with a stranger at the age of three years*, Child Development, 1985, s.1538-1542.

göre; anne ile çocuk arasında oluşan bağlanma örüntüsünün, çocuğun kendilik temsilleri ile bağlantılı olduğu gözlemlenmiştir.<sup>97</sup>

Park ve Waters, anne- çocuk bağlanmasının okul öncesindeki arkadaş ilişkilerini etkilemesini inceleyen bir çalışma yapmışlardır. Çalışmaya 4 yaşındaki 33 çocuk ve 49 en iyi arkadaşları dahil edilmiştir. Güvenlik bilgileri arkadaşların güvenli-güvenli veya güvenli-güvensiz biçiminde nitelendirilmesinde kullanılmıştır. En iyi arkadaş olan çiftler 1 saatlik oyun zamanlarında gözlemlenmiştir. Araştırmanın sonucunda olarak, güvenli-güvenli arkadaş çiftlerinin, güvenli-güvensiz çiftlere oranla daha sorumlu, uyum içinde ve mutlu oldukları görülmüştür.<sup>98</sup>

Seven 6 yaş grubundaki çocuklar ile yapmış olduğu çalışmada sosyal beceri düzeyler ve bağlanmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla 56 erkek 54 kız olmak üzere toplam 110 çocuktan oluşan bir çalışma yapmıştır. Çocukların %60 oranında kaçınma bağlanma stili oluşturduğu görülmüştür. Bununla birlikte güvenli bağlanma oluşturan çocuklar %19.1 oranındadır. Negatif bağlanma yaşayan çocuklar ise %20.9 şeklinde olduğu görülmüştür. Cinsiyet bazlı incelemeye alındığı zaman kızların erkeklere göre daha yüksek bağlanma skorları aldığı fakat cinsiyete göre farklılıkların olmadığı sonucuna varılmıştır. Ayrıca okur-yazar olmayan annelerin ve ilköğretim mezunu annelerin çocuklarının, lise ve üstü eğitim seviyesine sahip annelerin çocuklarına oranla bağlanma düzeylerinin düşük olduğu saptanmıştır.<sup>99</sup>

Türköz, "Okul Öncesi Çocuklarda Bağlanma Örüntüsünün Kişilerarası Problem Çözme ve Açık Bellek Süreçlerine Etkisi" adında yapmış olduğu doktora tezi araştırmasında 5-6 yaş grubu okul öncesi eğitim alan çocukları araştırmasına dahil etmiştir. Bu çalışmada güvenli bağlanma geliştiren çocukların kişilerarası sorunlarda baş etme teknikleri, güvensiz bağlanma gerçekleştiren çocukların ise olumsuz baş etme teknikleri uyguladıkları sonucuna ulaşılmıştır.<sup>100</sup>

İlaslan; cinsiyete, annenin eğitim düzeyine ve çalışma durumuna, bakım verene, annelerin bağlanma stillerine göre çocukların bağlanma davranışları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını araştırmak üzere bir araştırma yapmıştır. Bu çalışmaya 2-5 yaş arasındaki 37 kız 20 erkek olmak üzere 57 çocuk ve anneleri dahil edilmiştir. Araştırmanın sonucunda çocukların bağlanma davranışları ile cinsiyeti, çocuğun bakım tarzı ve annenin çalışma durumu arasında anlamlı bir

<sup>97</sup> Cassidy, a.g.e., s.121-134.

<sup>98</sup> Kathryn Park ve Everett Waters, *Security of attachment and preschool friendships*, Child development, 1989, s.1076-1081.

<sup>99</sup> Seven, a.g.e., s.87-95

<sup>100</sup> Türköz, a.g.e., s.85-101.

farkın olmadığı gözlemlenmiştir. Annelerin bağlanma stillerine göre çocukların bağlanma davranışları puanlarının ortalaması arasında anlamlı bir fark gözlemlenmiştir.<sup>101</sup>

Yerlioğul yapmış olduğu çalışmasında çocuğun bağlanma davranışı, annenin duyarlılığı, çocuğun kendini denetleme becerisi ve sosyal yetkinliği arasındaki ilişkiyi değerlendirmeye almıştır. Araştırmada 76 okul öncesi dönem çocuğu, anneler ve öğretmenleri bulunmaktadır. Yapılmış olan araştırmanın sonucunda anne hassasiyetinin bağlanma davranışı ve kendini denetleme becerisi arasındaki ilişkide anne hassasiyetinin aracı bir rolde olduğunu saptamıştır. Çocuğun sergilemiş olduğu bağlanma davranışı ile annenin ya da öğretmenin sosyo-duygusal uyum değerlendirmeleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Buna karşın çocuğun kendi kendini denetleme becerisi ve kendisinde oluşan bağlanma davranışın sosyo-duygusal uyum üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Kendisini denetleme becerisi ve bağlanma davranışından yüksek skor alan katılımcılar, anaokulu öğretmenleri tarafından duygusal değişme eğiliminde negatif, endişeli ve çekingen olarak gözlemlenmiştir.<sup>102</sup>

### **2.3. ERGENLİK DÖNEMİNDE BAĞLANMA**

Ergenlik döneminde birtakım sosyal, mental ve biyolojik değişimler belirlemektedir. Başkaları ile ilişkilerde kendilik oldukça önemli bir hale gelmektedir. Önemli bir geçiş dönemi olarak bilinmektedir. Bu süreçte ergenlerin bağlanma örüntülerinde kendisi, anne ve babanın arasında bazı dönüşümler yaşanmakta ve bağlanma davranışları tekrar düzenlenmektedir. Aileye güvenli bağlanmada, ergenlerde kimlik gelişimi ve bağımsızlıklarına yardımcı olacaktır. Bu bağlanma örüntüleri yetiştirilme şekli ile daha da belirginleşmektedir.

Bu dönemde bağlanma sadece aile ile sınırlı kalmayıp diğer kişilere ya da gruplara da eğilim göstermektedir. Bazı bireyler birincil bazıları ise ikincil bağlanma olarak okul, grup, dinsel ya da politik grupları bağlanma figürü haline getirebilmektedirler. Ergenlik döneminde bir akran grubu içinde yer alma, gruba kabul edilme ve dahil olma, içinde bulunduğu gruba uyum sağlama; kişinin kendisini ve akranlarını tanıması, akran bireylerin bakış açısıyla kendisini ve dünyayı anlamlandırması

<sup>101</sup> Özlem İlaslan, *Çocukların Bağlanma Davranışlarının Özlük Nitelikleri Ve Anne Bağlanma Stilllerine Göre İncelenmesi*, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çocuk Gelişimi ve Ev Yönetimi Anabilim Dalı, Konya, 2009, s.94-116 (Yayımlanmamış Doktora Tezi).

<sup>102</sup> Akif Ercihan Yerlioğlu, *Çocuğun Bağlanma Davranışının Anne Hassasiyeti Ve Çocuğun Sosyo-Duygusal Yetkinliğiyle İlişkisi: Bağlanma Davranışları Sınıflandırma Setinin, Okul Öncesi Dönemdeki Türk Çocuklarıyla Kullanılması*, Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2010, s.84-102 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

bakımından büyük önem taşımaktadır.<sup>103</sup> Ergenlik dönemi bağlanma davranışı, aile üyelerine bağlanmanın dışında diğer kişilere, topluluklara veya gruplara eğilim gösterme şeklindedir. Bazı bireyler için ikincil derece, bazı bireyler için ise birincil derece olarak bir okul veya üniversite, bir çalışma grubu, dinsel veya politik bir grup bağlanma figürü olabilmektedir.<sup>104</sup>

Ailesinden tepkisizlik, zarar verici ya da tutarsız davranışlar gören çocuklarda güvensiz bağlanma oluşmakta ve stres durumlarında bu çocuklar mahremiyetlerini yitirme duygusu yaşarlar. Güvenli bağlanan ergenlerde ise çevrelerine güven duymadıklarından dolayı sürekli olarak bireyleri kontrol etme eğilimi içerisine girerler. Öz değerlere sahip değillerdir. Kimlik oluşturmada sıkıntı yaşarlar. Ailenin göstermiş olduğu bağlanma süreleri ileriki zamanlarda çocuğun kişiliğinin gelişmesi açısından önem arz etmektedir.<sup>105</sup> Gelişimsel psikopatoloji bakımından bakılacak olursa ergenlik döneminde biyopsikososyal değişiklikler ciddi derecede üst düzeylerde dir. Bu duruma bağlı olarak bireylerde intihar, davranış bozuklukları gibi durumlar söz konusu olabilmektedir.<sup>106</sup> Bebeklik dönemlerinde şekillenen bağlanma örüntüleri bireylerin yaşantısının her alanında önemli rol taşımaktadır. Güvensiz bağlanma davranışı sergileyen çocuklarda ergenlik ve okul çağlarında daha çok duygusal sorunların yaşandığı görülmüştür.<sup>107</sup>

Bağlanma teorisi bebeklik döneminde güvenli bağlanma davranışı göstermiş olan bireyler ergenlik dönemlerinde sağlıklı içsel modele sahiptir. Bebeklik döneminde bağlanma figürü ile güvensiz bağlanma yaşanması kişinin ergenlik döneminde olumsuz içsel modele sahip olmasına sebep olmaktadır. Konu ile ilgili yapılan çalışmalarda; ergenlik döneminde ebeveynleri ile aralarında oluşan ilişkiler ileriki dönemlerde bireyin romantik ilişkilerinde de aynı modelin benzer olduğu yönündedir.<sup>108</sup>

Güvensiz bağlanma ile birlikte yeme bozukluklarının da görülmesi devamının gelmesi olası bir durumdur. Bu bireylerde işe yaramazlık, yetersizlik hissi görülmektedir. Bulimik bireylerin normal insanlara göre güvensiz bağlanma alt

<sup>103</sup> Ahmet Sönmez, *Ebeveynlerin Bağlanma Stilleri Ve Sürekli Kaygı Durumlarının Çocukların Ansiyete Duyarlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2015, s.10 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>104</sup> Bowlby, a.g.e., 1969, s.207.

<sup>105</sup> Gülseren Keskin ve Olcay Çam, *Ergenlerin ruhsal durumları ve anne baba tutumları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Anadolu psikiyatri dergisi, 9(3), 2008, s.139.

<sup>106</sup> Yasemin Işık Taner ve Ayla Aysev, *Çocuk Ve Ergen Ruh Sağlığı Ve Hastalıkları*, Golden Print, İstanbul, 2007, s.719-726.

<sup>107</sup> Claire Hamilton, *Continuity and discontinuity of attachment from infancy through adolescence*, Child development, 71(3), 2000, s.690-694.

<sup>108</sup> Mehmet Ali Yıldız, *Ergenlerde Anne-Babaya Bağlanma İle Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Ve Baş Etme Yöntemlerinin Çoklu Aracılık Rolü*, Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Mersin, 2014, s.36 (Yayımlanmamış Doktora Tezi).

ölçeklerinde almış oldukları puanların yüksek olması dikkat çekicidir. Bulimik hastalarının %36 sında güvensiz bağlanma patolojik seviyededir.<sup>109</sup>

Ergenlik döneminde bağlanmalar ele alındığı zaman kişinin hayatında yeni bir bağlanma figürünün oluşması, erken dönemde ebeveynleri ile arasındaki bağlanmanın devamı niteliğindedir. Ebeveynleri ile sıcak samimi ilişkiler geliştiren bireyin akranları ile sağlıklı ilişkiler kurmasına etkili olmaktadır. Ayrıca ebeveynleri ile kurmuş olduğu kuvvetli bağlanma ilişkisi kendi çevresinde de kurmuş olduğu arkadaşlık ilişkilerinde kurduğu bağlanma davranışı ile ilişkilidir. Ancak bu dönemde oluşan ilişkilerde güvene dayalı olarak tam bir bağlanma yaşanmamaktadır. Bu durumun sebebi ise ergenlik döneminde akranların arasındaki ilişkilerin yoğun yaşanmasına karşın bu ilişkilerin kısa sürmesi ya da uzun olsa dahi aynı duygusallığın devam etmemesinden kaynaklıdır. Bu dönemde akranlar ile aralarında oluşan bağlanma ebeveynler ile kurulan tek taraflı olan bağlanma değil, her iki tarafın gereksinimlerini karşıladığı karşılıklı olarak oluşturulan bir güven ve destekli bağlanma şeklinde oluşmaktadır. Bu durum ergenlik döneminde yaşanan ilişkilerin önceki yıllarda oluşturulan bağlanma stillerinden farklı olarak nitelendirilmesi açısından önem arz eden bir unsur olarak bilinmektedir.<sup>110</sup>

Davranım ve bağlanma bozukluğu arasındaki ilişkinin incelenmiş olduğu araştırmalara bakıldığında zaman antisosyal davranım problemlerinin çözümlenmediği ve kaçınan bağlanma süreçleri ilişkileri ortaya koyulmuştur.<sup>111</sup> Güvensiz bağlanma stili ile kronik ağrı bozuklukları, sosyal kaygı bozuklukları, majör depresyon ve obsesif kompulsif arasındaki ilişki araştırmalar yapılarak ortaya konmuştur.<sup>112</sup>

#### 2.4. KAYGI

Duygusal bir durum olan diğer ismi ile anksiyete bozukluğu, psikopatolojide birçok ruh sağlığının temeli olarak bilinmektedir. Kaygı sadece ruh sağlığı bozuk kişilerde görülmeyp, sağlıklı kişilerde de kendisini gösterebilen ve ayrıca bireylerin yaşamlarını devam ettirebilmeleri için gerekli olan duygu durumudur. Ancak

---

<sup>109</sup> Tamara Sharpe vd., *Attachment style and weight concerns in preadolescent and adolescent girls*, International journal of eating disorders, 23(1), 1998, s.39-44.

<sup>110</sup> Senem Turan Akdağ, *Ergenlerin Bağlanma Stilleri İle Ebeveynlerinin Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki*, Akdeniz Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Antalya, 2011, s.20 (Tıpta Uzmanlık Tezi).

<sup>111</sup> Diana Rosenstein ve Harvey A. Horowitz, *Adolescent attachment and psychopathology*, Journal of consulting and clinical psychology, 64(2), 1996, s.244.

<sup>112</sup> Winnie Eng vd., *Attachment in individuals with social anxiety disorder: the relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression*, Emotion, 1(4), 2001, s.365.



kaygıların kontrol edilemediği durumlarda psikolojik bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır.<sup>113</sup>

Kaygı, sağlıklı bireylerde de görülen, çevreye uyum sağlamasını sağlayan savunma mekanizması olarak tanımlanmaktadır.<sup>114</sup> Bu bağlamda kişinin davranışlarında sürekli olarak gözlemlenebilen bir durum olarak görülmektedir.<sup>115</sup> Bu şekilde bakıldığı zaman kaygının gözle görülebilen bir duygu olduğu belirtilmektedir. Sağlıklı kişilerde görülen kaygı bireyin çevresi ile ilişkilerinde ya da yaşantısını kolaylaştıran bir savunma çeşidi olarak görülmesi, belli seviyedeki kaygının kişiler için olumlu bir etkiye sahip olduğunun belirtilmesi kaygının değerlendirmesidir. Zaman zaman yaşanan kaygının kişiler bireyler açısından olana bir durum olduğu "kaygı tehlike ile baş etmek için uyum sağlayıcı bir mekanizma, temel bir insan duygusu ve çok yönlü bir duygu durumudur" açıklamasından da anlaşılmaktadır.<sup>116</sup>

#### 2.4.1. Kaygı Türleri

Günlük yaşantımızda sık sık karşımıza çıkan hemen hemen her insan da az ya da çok miktarda var olan kaygı psikolojik alanda her zaman ön plandadır. Bazı kişilere göre kaygı;kişiliği oluşturan en temel durum şeklinde ifade edilirken bazıları ise ikincil faktör fakat kişiliğin oluşumu sırasında da önem arz eden bir faktör olduğu söylenmiştir.<sup>117</sup> Latince "angere" kelimesinin kökünden türetilen kaygı, eski Yunanca'da "anxietas" olarak bilinmekte ve "boğulma, endişe, tıkanma" gibi anlamlarına gelmektedir.<sup>118</sup> Kierkegaard'ın "angest" kavramı ise ilk kez Iwrie tarafından korku şeklinde aktarılmış olsa da Türkçe'de bu durumu en iyi anlatan en yakın kelime "kaygı" olarak çevrilmiştir.

Kaygı kavramının sözlük anlamında bu kadar karmaşanın yaşanmasının sebebi dilsel olarak karşılaşılan zorlukların dışında bu kavramın zemininin sağlam olmamasından dolayıdır. En fazla korku kelimesi ile karıştırılan kaygı, dayanmış olduğu bir nesne olmadığından dolayı korkudan ayrı bir durumdur. Korkuyu yaratan bir nesne var olup, kaygının dayanmış olduğu bir nesne bulunmamaktadır. Daha çok nesnelerin yansımalarından kaynaklıdır. Kaygının sebep olduğu düşünülen durum ortadan kaldırıldığında bile az da olsa kaygı durumu devam edebilmektedir.<sup>119 120</sup>

<sup>113</sup> Aysel Esen Çoban ve Neslihan Güney Karaman, *Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk, kaygı ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar*, Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmaları, 2(2), 2013, s.78-88.

<sup>114</sup> Adnan Ziyalar, *Erişkin Psikopatolojisi*, Yüve Yayın Dağıtım, İstanbul, 2006, s.34-36.

<sup>115</sup> Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı*, 7. Baskı, Remzi Kitapevi, İstanbul, 1998, s.74-86.

<sup>116</sup> Şeniz Özusta, *Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması*, Türk Psikoloji Dergisi, 34 (10), 1995, s.32-44.

<sup>117</sup> Özcan Köknel, *Kaygıdan mutluluğa kişilik*, Altın Kitap Yayınları, İstanbul, 1985, s.165.

<sup>118</sup> Oğuz Berksun, *Anksiyete ve anksiyete bozuklukları*, Turgut Yayınevi, İstanbul, 2003, s.12.

<sup>119</sup> Yasemin Akış, *Soren Kierkegaard'da kaygı kavramı*, Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 2014, s.19.

Kaygı konusunu ele alan kuramcılar; kaygının iki boyutu olduğunu belirtmektedirler. Bunlar "durumluk kaygı" ve "sürekli kaygı"dır.<sup>121</sup>

#### 2.4.1.1. Sürekli Kaygı

Kaygı bazı kişilerde ya da durumlarda durumluk olabileceği gibi birtakım faktörlere bağlı olarak kişilerde sürekli olarak da rastlanabilmektedir. Sürekli kaygı kişinin bünyesinin kaygıya olan yatkınlığını gösterir. Kişinin içinde bulunduğu durumu stresli olarak algılaması ve başka bireyler açısından normal kabul edilen ya da görülen olayları tehlike şekline yorumlaması ve kişiliğinin tehdit edildiği düşüncesi içine girmesi ile birlikte görülen kaygı çeşididir.<sup>122</sup> Sürekli kaygı; Bireyin kendisini tehlike altında hissettiği anlarda kendisini göstere, kronik bir kaygı türü olarak da açıklanabilir.

Sürekli kaygı kişilerin stresli olaylar karşısında tehlikeli olarak algılama eğilimlerini gösteren kişilik özellikleridir. Kişiler stresli durumlar içindeyken anlama, yorumlama ya da değerlendirmeleri ile vermiş oldukları tepkilerin yoğunlukları kişilerarası farklılıklar göstermektedir. Bu farklılıklar bireylerin kişilik özelliklerini oluşturur.<sup>123</sup>

#### 2.4.1.2. Durumluk Kaygı

Durumluk kaygı, stres faktörleri ile açıklanmakta olup bireyin stresli durumlar karşısında hissetmiş olduğu bir uyarılma şeklinde tanımlanır. Strese bağlı gerilmeler, huzursuzluklar görülmektedir.<sup>124</sup> Bu tanımdan da anlaşıldığı üzere durumluk kaygı strese bağlı oluşan duyguların dışa aktarımıdır.<sup>125</sup> Stresin düzeyi ile durumluk kaygının arasında doğru yönde bir ilişki bulunmaktadır. Kişinin stres algıladığı zaman kaygı düzeyi yüksek iken, stres algılamadığı zamanlarda kaygı seviyesi düşüktür olmaktadır.<sup>126</sup>

---

<sup>120</sup> Selçuk Budak, *Psikoloji sözlüğü*, Bilim ve Sanat Yayınevi, Ankara, 2000, s.437.

<sup>121</sup> İbrahim Alpay Yılmaz vd., *Üniversite öğrencilerinin kaygı düzeyinin belirlenmesi: bir örnek çalışma*, Ejevoc (Electronic Journal of Vocational Colleges), 4(4), 2014, s.16-26.

<sup>122</sup> Engin Üngüren ve Rüya Ehtiyar, *Türk ve Alman Öğrencilerin Umutsuzluk Düzeylerinin Karşılaştırılması ve Umutsuzluk Düzeylerini Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi: Turizm Eğitimi Alan Öğrenciler Üzerinde Bir Araştırma*, Journal of Yasar University, 4 (14), 2009, s.2093-2127

<sup>123</sup> Charles Spielberger, *State-Trait anxiety inventory*, The Corsini encyclopedia of psychology, 2010, s.1-13.

<sup>124</sup> Cüceloğlu, a.g.e., s.45-57

<sup>125</sup> Cüceloğlu, a.g.e., s.45-57

<sup>126</sup> Cengiz Akarçeşme, *Voleybolda Müsabaka Öncesi Durumluk Kaygı İle Performans Ölçütleri Arasındaki İlişki*, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara, 2004, s.54-62 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

Tehlikeli durumların yaratmış olduğu kaygıda, tehdit olarak algılanan nesne ya da durumun ortadan kalkması sonucunda kişinin kaygısının da ortadan kaybolur.<sup>127</sup> Bir başka anlatımla açıklayacak olursak durumluk kaygı tehlike arz eden koşullarda ya öncesinde ya da koşulun gerçekleştiği anda ortaya çıkan şiddet ve stresi kişiden kişiye göre değişebilen, bireyin stres odağına bağlı olarak düzensiz bir değişime sahip olan kaygı türüdür.

#### **2.4.2. Kaygıyı Etkileyen Faktörler**

Duyguların şiddeti ve süresi kaygını belirleyicilerinin başında gelmektedir.<sup>128</sup> Bu sebeple kaygıyı etkileyen faktörlerin başında kişilerin duygularına yer vermek gerekmektedir. Kaygıyı etkileyen faktör olarak yaşanan duygunun şiddeti ve süresi çevresel etmenlerle bir araya geldiği zaman etkinin miktarında artış olacaktır. Belirtiler ve kaygı konusu için geçerli olduğu gibi kaygıyı etkileyen faktörler açısından da sınıflandırma yaparak bir açıklama getirilebilmektedir. Bu bağlamda kaygıyı etkileyen faktörler sosyal ve psikolojik faktörler, farkındalık, onaylanma ihtiyacı, olumsuz görülme korkusu gibi etmenler sosyal faktörleri oluşturmaktadır. Stres, aşırı duyarlı olma, öfke, gelişim eksikliği, fiziksel ya da insel istismara maruz kalma, bağımlılık, ayrılık gibi etmenler ise psikolojik açıdan kaygıya etki eden faktörler olarak nitelendirilmektedir.<sup>129</sup>

#### **2.4.3. Kaygı İle İlgili Kuramlar**

##### **2.4.3.1. Psikoanalitik Kuram**

Bu kurama göre kaygının nedeni çelişkiden kaynaklıdır. İnsanların eğitim ve istekleri, çevrenin isteklerinde artış görüldüğü zaman ortaya çıkan çelişkinin kaygının belirmesine zemin hazırladığı görülmektedir. "kaygı" kaynağı belirsiz olan, öznel bir tehdite karşı bireyde oluşan tepkidir. "korku" ise nesnel bir tehlikeye karşı oluşan bir tepki şeklinde tanımlanmaktadır.<sup>130</sup>

Nevrotik anksiyete kişinin kabul görmeyen id etkieri( cinsellik ve saldırganlık)ile ego ve süper egonun dayatmış olduğu sınırlamada kişinin yaşamış olduğu bilinçdışı çatışmadan kaynaklanmaktadır. İd in etkileri kişilerde tehdit algısı oluşturur. Çünkü bunlar toplumun değer yargıları ile çelişki içindedir. Anksiyete yaratabilecek

<sup>127</sup> Norman Endler ve Nancy Kocovski, *State and trait anxiety revisited*, Journal of anxiety disorders, 15(3), 2001, s.231-245.

<sup>128</sup> Cahit Taşdemir, *Ortaokul öğrencilerinin matematik kaygı düzeylerinin incelenmesi*, Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi, 5(1), 2015, s.1-12.

<sup>129</sup> Abdulkadir Öztürk, *Sorumluluk tutumu ve aileden algılanan sosyal desteğin sosyal kaygıyı yordamadaki rolü*, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 29 (3), 2014, s.137-152

<sup>130</sup> Sermet Toktaş, *Okul Spor Müsabakalarına Katılan Lise Öğrencilerinin Kaygı, Özgüven Ve Güdülenmeleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Trabzon, 2017, s.34-56 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

dürtülere karşı ego birincil bir savunma olan "baskı"yı kullanır. Bu mekanizma kaygı yaratan ruhsal etkinlik ya da durumların bireyin isteği dışında bilinçaltına itilmesini veya bilinç düzeyine çıkmasının önüne geçer. Fakat baskı herhangi bir dürtünün bilinç düzeyine çıkmasına engel olsa da dürtünün vermiş olduğu enerjiyi ortadan kaldıramaz. Bu şekilde duygusal enerji öğeden kopmuş olur, biriken enerji de anksiyeteye dönüşüp boşalım durumu sağlamış olur.<sup>131</sup>

#### **2.4.3.2. Davranışsal Kuram**

Davranışsal kuramda psikologlar öğrenme kuramı çerçevesi içinde çalışmaktadırlar. Bu yaklaşımın en önemli temsilcilerinden Eysenck, temelinde kültürel etmenler ve öğrenme ile ilgili nedenlerin var olduğunu açıklamıştır. Nörotoik anksiyetenin klasik koşullanma yolu ile ortaya çıkmış olduğunu düşünmektedir ve bu durumun aynı şekilde klasik koşullanma yolu ile de sürdürülebilir olduğunu savunmuştur. Anksiyetenin kazanılmış ikincil bir dürtü olduğunu, ikincil pekiştirmenin de kaynağı olduğunu belirtmektedir. Birincil dürtünün acı ve ağrı duygusunu ele alacak olursak, nötr uyaranlar şartlanarak anksiyete ya da korku tepkisi uyandırır. Öğrenilmiş olan bu cevaplarda ikincil dürtü olarak anksiyetenin kazanılmasında pekiştirici rolü bulunmaktadır. Bireyler anksiyetenin dışsal olayların sonucunda oluştuğunu görürler ve kişiler gün içinde birden çok olay ile baş edemeyeceklerini anladıkları zaman anksiyete ortaya çıkmaktadır.<sup>132</sup>

#### **2.4.3.3. Bilişsel Kuram**

Bu kuramın savunucularına göre bireyleri diğer varlıklardan ayıran en önemli özelliğin gelen uyarıcıları işleyip anlamlandırabilme yeteneğine sahip olmasıdır.<sup>133</sup> Bilişsel kavramların oluşu kaygının daha iyi anlaşılmasına olanak sağlamıştır. Beck'in klasik bilişsel kuramı Salkovskis tarafından yeniden revize edilerek, duygularımızı harekete geçiren olayların kendisinden ziyade bireylerin o olaylara yüklemiş oldukları anlam olarak ifade etmektedir. Koşullu ya da koşulsuz öğrenme teori ve şartlanmanın önemin uygun bulmanın yanı sıra bilişsel kuramlar korkunun edinilmesinde bireylerin olaylarla ilgili yorumlarını açıklamaktadır.<sup>134</sup>

#### **2.4.3.4. Hümanistik Yaklaşım**

Rogers, Kaygıyı organizma içindeki benlik kavramı ve yaşantı arasındaki tutarsızlık şeklinde nitelendirmiştir. Kaygının algılamaya tepki olarak beliren gerilim olarak

<sup>131</sup> Engin Geçtan, *Psikanaliz ve sonrası*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2000, s.50.

<sup>132</sup> Fikret Karahan ve Mehmet Sardoğan, *Psikolojik danışma kuramları*, Birsen Yayınevi, İstanbul, 1994, s.334-337.

<sup>133</sup> Cüceloğlu, a.g.e., s.121-123.

<sup>134</sup> Raşit Tükel, *Yalnızlık üzerine notlar*, Bağlam Yayınları, İstanbul, 2001, s.54-55.

tanımlamıştır. Bu durum benlik kavramında bir değişimin olmasına zorlanma durumudur.<sup>135</sup>

#### 2.4.3.5. Biyolojik Yaklaşım

Kaygının bütün aile bireylerini etkilemesi olasılığı üzerinde duran bir yaklaşım çeşididir. Genelleşmiş kaygılar ailedeki üyeleri de benzer şekilde etkilemektedir. Bu durumun sebebi ise bir arada yaşıyor olmalarından ve benzer deneyimlere sahip olmalarından kaynaklanmaktadır. Bu sebepten dolayı kaygı tek başına sadece kalıtsal özellikler dikkate alınarak değerlendirmeye alınamaz.<sup>136</sup>

#### 2.4.3.6. Varoluşçu Kuram

Kaygının iki farklı yönde ortaya çıkmış olduğunu savunmaktadır. İnsanların kendilerini tedirgin eden durumlarla yüzleşmesini göze alarak farklı imkanların oluşturmasının "olumlu yönü" olduğunu belirten May, bu imkanlardan kaçıp tutsak gibi yaşamaya neden olan kaygıyı da "kaygının acı ve mutsuzluk veren yönü" şeklinde değerlendirmektedir.<sup>137</sup>

#### 2.4.4. Ergenlik Döneminde Kaygı

Her insanda olduğu gibi ergenlerde de nesnele, toplumsal ilişkilere ve kendileri ile ilgili birtakım kaygıları bulunmaktadır. Kaygı bireyde kötü bir şey olacaktı gibi bir his olarak tanımlanabilir. Bu durum hafif bir tedirginlik ya da panik derecesine kadar varan bir yoğunlukta yaşanabilir. Ergenlik döneminde görülen kaygı türlerinden biri de sınav kaygısıdır. Sınav kaygısı, bireylerde başarısız olacağına dair inanç ya da sınavı iyi yapamayacağına dair korkuların oluşması ve endişe halidir.<sup>138</sup>

Bütün kaygı sorunları çocukların gündelik yaşantılarını etkilemektedir. Kaygı belirtileri görülen çocuklarda okula devam etmede sıkıntılar, arkadaşlık kurma ya da sürdürmede güçlükler yaşar. Bunların dışında yapılmış olan bir araştırmada sosyal kaygı ile birlikte depresyon, somatoform bozukluklar, intihar ve kaygının bastırılması amacı ile alkol ya da madde kötüye kullanma gibi olumsuz durumların da olduğu belirtilmektedir.<sup>139</sup>

---

<sup>135</sup> Emrah Tekneci, *Zihin engelliler öğretmenliği 1. ve 4. sınıf öğrencilerinin öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları ile kaygı düzeylerinin karşılaştırılması*, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Özel Eğitim Anabilim Dalı, İstanbul, 2010, s.33 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>136</sup> Çiğdem Arslan, *Üniversite öğrencilerinin sürekli kaygı ve kişisel kararsızlık düzeylerinin incelenmesi*, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Konya, 2007, s.17 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>137</sup> Geçtan, a.g.e., s.64-66.

<sup>138</sup> Ömer Kutlu, *Ergenlerin üniversite sınavına ilişkin kaygıları*, Eğitim ve Bilim, 26(121), 2001, s.12-23

<sup>139</sup> Murray Stein ve John Walker, *Triumph Over Shyness*, McGraw-Hill Professional Publishing, 2001.

Yapılan bir araştırmada anksiyete tanısı almış çocuklara içerik olarak yüksüz hikayeler verilmiştir. Çalışmanın sonucunda çocukların hikayeler ile alakalı daha çok tehdit içeren yorumlarda buldukları saptanmıştır.<sup>140</sup>

Çocuklarda anksiyete ve depresyon belirtileri ile bilişsel hatalar arasındaki ilişkilerin incelenmiş olduğu bir araştırmada Epkins, sosyal anksiyete ve disfori grubunun kontrol grubuna oranla daha çok bilişsel hatanın yapıldığını bildirmiştir. Araştırmanın sonucuna göre seçici soyutlama türündeki bilişsel hatalar depresyon tanısı almış çocuklarda daha çok görülmektedir. Bu bulgu neticesinde olumsuz odaklanarak, olumlu sonuçları küçümseme anlamına gelen seçici soyutla türünde bilişsel hataların depresyona yönelik bir özellik olduğu düşüncesi ile açıklanmıştır. Ayrıca kişiselleştirmenin, anksiyete yaşayan çocuklarda daha çok gözlemlendiğini çünkü bu tanıdaki çocukların şemanın kişisel bir alanda tehdit içerdiğini ne sürmüştür.<sup>141</sup>

## 2.5. DÜRTÜSELLİK

Davranışsal, bilişsel ve nörofizyolojik bileşenleri içinde barındıran karmaşık bir kavram olarak tanımlanmaktadır.<sup>142</sup> Yazında drtselliğin farklı yönlerini de açıklayan çeşitli tanımlara yer verildiği görülmüştür.<sup>143</sup> Dürtüselliğin tanımı 'yetersiz olarak tasarlanmış, zamanından önce beliren riskli veya duruma uygun olmayan ve çoğu zaman istenmeyen sonuçlara sebep olan davranışlar' şeklinde tanımlanmaktadır.<sup>144</sup>

Hollander ve Evers drtselliğin bireylerde davranışın ölçülebilir olduğunu sabırsızlık, heyecan, haz arama, travmanın beklenenden az hissedilmesi, risk alma, dikkatsizlik ve dışa dönüklük biçimlerinde de gözlemlenebileceğini vurgulamıştır.<sup>145</sup> Moeller ve arkadaşlarının yapmış olduğu bir çalışmada drtselliğin tanımında yer alması gereken üç temel ögenin olduğunu bildirmektedirler. Bunlar; Davranışın olumsuz sonuçlarına karşı duyarlılıkta azalma, Bilginin işlenmesi tamamlanmadan önce uyarana hızlı ve hesapta olmayan tepkiler verilmesi, son olarak da Uzun dönemli sonuçların nemsenmemesidir.<sup>146</sup> Dickman her dürtüsel davranışın

<sup>140</sup> Paula Barrett vd., *Family enhancement of cognitive style in anxious and aggressive children*, Journal of abnormal child psychology, 24(2), 1996, s.187-203.

<sup>141</sup> Catherine Epkins, *Cognitive specificity and affective confounding in social anxiety and dysphoria in children*, Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 18(1), 1996, s.83-101.

<sup>142</sup> Gerard Moeller vd., *Psychiatric aspects of impulsivity*, American journal of psychiatry, 158(11), 2001, s.1783-1793.

<sup>143</sup> Stephen Strakowski vd., *Characterizing impulsivity in mania*, Bipolar Disorders, 11(1), 2009, s.41-51.

<sup>144</sup> John Evenden, *Varieties of impulsivity*, Psychopharmacology, 146(4), 1999, s.348-361.

<sup>145</sup> Eric Hollander ve Martin Evers, *New developments in impulsivity*, The Lancet, 358.928, 2001, s.949-950.

<sup>146</sup> Moeller vd., a.g.e., s.1783-1793.

dezavantaj getirmediğine vurgu yapmaktadır. Dürtüsel kişilerin kendilerine verilmiş olan görevlere çok daha az zaman ayırdıklarını bu duruma bağlı olarak da dikkat ve odaklanma gerektiren görevlerde daha başarısızken, dikkat gerektirmeyen ya da hızlı bir şekilde yön değiştirilmesi gereken görevlerde ise başarı oranlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır.<sup>150</sup> Dürtüsellüğün bazı durumlarda uyum sağlayıcı yönlerinin olduğu öne sürülmüş olsa da genel olarak suç, şiddet, ya da kendisine zarar verme, uyumsuzluk gibi davranışlarla ilişkili işlevsel olmayan özelliği ifade etmektedir.<sup>147</sup>

### 2.5.1. Dürtüsellüğün Nörobiyolojisi

Dürtüsellik seviyesinin belirlenmesinde genetiğin önemli rol oynadığı bildirilmiştir.<sup>148</sup> Dürtüsellüğün genetik aktarımında serotonin ve dopaminin önemli bir rol oynadığı düşünülmektedir.<sup>149</sup> Kişiler arasında dürtüsellik bakımından ortaya çıkan farkların mizaç ya da genetik, farmakojik ve nöral etmenlerin çevresel deneyimlerle etkileşim yaşamasının sonucunda ortaya çıktığını öne sürmektedir.<sup>150</sup>

Dürtüsel davranışların ortaya çıkmasında serotoenerjik nöronlar önemli rol oynamaktadırlar.<sup>151</sup> 5HT düzeyinde azalmanın oluşması ile dürtüsel seçimlerde artma, dürtü kontrolünün bozulması, saldırgan davranışlar ve intihara yönelik davranışlarının ilişkili olduğuna yönelik güçlü kanıtlar vardır. Tomografisi (PET) ile yapılmış olan ; prefrontal bölgede, bölgesel 5HTT dağılımlarını inceleyen bir nörogörüntüleme araştırmasında dürtüsel bireylerin ACC' de 5HTT işlevinde azalma olduğuna dair bulgular saptanmıştır.<sup>152</sup>

Dopamin (DA) ve norepinefrin (NE) sistemlerinin de bireylerin dürtü kontrollerinde önemli rol oynadıkları belirtilmektedir. Amfetamin, metilfenidat ve kokain gibi DA agonistleri dürtüsel seçimleri azaltmış, DA antagonistleri ise dürtüsel seçimlerde artışa sebep olmuştur. Nukleusakkumbenste DA aktivitesindeki artış, motor dürtüsellikte artışa neden olurken PFC veya bir bölümü olan orbitofrontal kortekste (OFC) DA artışı dürtüsel karar vermeyi azaltmasına , DA' nın dürtüsellikteki rolünün

<sup>147</sup> Antonio Verdejo-García vd., *Impulsivity as a vulnerability marker for substance-use disorders: review of findings from high-risk research, problem gamblers and genetic association studies*, Neuroscience & Biobehavioral Reviews, 32(4), 2008, s.777-810.

<sup>148</sup> Alesha Seroczynski vd., *Etiology of the impulsivity/aggression relationship: genes or environment?*, Psychiatry research, 86(1), 1999, s.41-57.

<sup>149</sup> Trevor Robbins, *Chemistry of the mind: neurochemical modulation of prefrontal cortical function*, Journal of Comparative Neurology, 493(1), 2005, s.140-146.

<sup>150</sup> Yari Gvion ve Alan Apter, *Aggression, impulsivity, and suicide behavior: a review of the literature*, Archives of Suicide Research, 15(2), 2011, s.93-112.

<sup>151</sup> Kemal Yazıcı ve Aylin Ertekin Yazıcı, *Dürtüsellüğün Nöroanatomi ve Nörokimyasal Temelleri/Neuroanatomical and Neurochemical Basis of Impulsivity*, Psikiyatride Guncel Yaklaşımlar, 2(2), 2010, s.254.

<sup>152</sup> Marco Leyton vd., *Brain regional α-[11C] methyl-L-tryptophan trapping in impulsive subjects with borderline personality disorder*, American Journal of Psychiatry, 158(5), 2001, s.775-782.

ise heterojen niteliğine işaret etmektedir. Bunların dışında, amfetamin ve metilfenidatın NE iletimini artış sağlayarak yanıt inhibisyonu sağladığına dair birtakım düşünceler bulunmaktadır. Noradrenalin gerilim inhibitörü olan desipramin ve atomoksetinin araştırmalarda benzer etkinin göstermesi de bu bulguyu desteklemektedir.<sup>153</sup>

### 2.5.2. Dürtüsellik ve Nörobilişsel İşlevler

Herhangi bir bilgide işleme gerektiren ya da cevap karmaşasının artış gösterdiği görevlerde dürtüsel kişilerin tepki sürelerinde yavaşlama olduğu bilinmektedir. Bilişsel işlevlerin dürtüsellik ile ilişkisinin incelenmesine dair bir çalışma yapan Dickman bireylerarasındaki dürtüsellik farklılıklarının kişilerin dikkat mekanizmalarının farklılıklarını yansıtabileceğini öne sürmektedir. Düşük dürtüsellığe sahip bireylerde dikkat sabitlemeyi gerektiren testlerde başarı seviyeleri daha yüksekken, yüksek dürtüsellığe sahip bireylerde ise dikkatin hızlı bir biçimde kaydırılması gereken testlerde başarılı oldukları sonucuna ulaşmıştır.<sup>154</sup>

Tepki hızı, sözel ve görsel bellek, dil, yürütücü işlevler dikkat ve dürtüsellik değerlendirmesini kapsayan bir çalışmada Barrat Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ-11) puanları ile özellikle bellek ve yürütücü işlevler arasında negatif yönde bir ilişkinin olduğunu, İz Sürme Testi B Formu, Sürekli Performans Testi, Kelime Eşleştirme gibi kısa sürede karar verilmesi gereken test ile inhibisyon kontrolünü değerlendiren Yap/Yapma testlerindeki tepki zamanı ile bireylerin BDÖ-11 testinden almış oldukları toplam puanı ile dikkat ve motor dürtüsellik alt ölçeklerinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Daha yüksek dürtüsellik puanına sahip katılımcıların bu karışık görevlerde kendilerinden beklenenin performansın aksine, daha yavaş oldukları ve beklenenden daha kötü bir performans gösterdikleri görülmüştür. Sözel akıcılık testindeki az miktardaki kelime üretme ve dürtüsellığın dikkatsel alt ölçeğinin birbiri ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.<sup>155</sup>

### 2.5.3. Ergenlerde Dürtüsellik

Dürtüsel davranışlar konusu, gençler ve yaşamış oldukları sorunlar söz konusu olduğunda genellikle karşımıza çıkan konulardan biri olarak bilinmektedir. Özellikle kişilik patolojisi olan bireylerin, duygulanımda düzensizlik ve yoğun öfkenin ve dürtüsel davranışlar da görülmektedir. Bunlara benzer kişilik özelliklerine sahip bireylerde intihar riski sıklıkla rastlanan bir durum olarak bildirilmektedir. Dürtüsellik

<sup>153</sup> Marcel van Gaalen vd., *Critical involvement of dopaminergic neurotransmission in impulsive decision making*, Biological psychiatry, 60(1), 2006, s.66-73.

<sup>154</sup> Dickman a.g.e., s.95.

<sup>155</sup> John Keilp vd., *Correlates of trait impulsiveness in performance measures and neuropsychological tests*, Psychiatry research, 135(3), 2005, s.191-201.



yalnızca öfke ve saldırganlık davranışlarını değil, engellenmeye karşı bireyin toleransının düşük olması ve plan yapamama özelliklerini de yansıtmaktadır.<sup>156</sup>

Kendine zarar verme ve özkıyım ergenlik döneminde sıklıkla rastlanan önemli sorunlar arasındadır. Genetik yatkınlık, psikolojik, psikiyatrik, ailesel, sosyal ve kültürel değişkenler özkıyım ile ilgili önem arz eden etmenler arasındadır. İletişim araçlarını sıklıkla kullanan ergenlerde medya ve internetin önemi son derece önemli bir hal almıştır.<sup>157</sup> Ergenlerin katılımcıların olduğu bir araştırmada intihar ve yordayıcılarına yönelik bir çalışma yapılmıştır. Bu araştırmanın sonucunda ise dürtüsel davranışlardaki artış, intihar planlarının önemli bir yordayıcısı olarak görülmektedir.<sup>158</sup>

Ergenlerin intiharlarında dürtüsellik rolüne yönelik birçok çalışma yapılmıştır. Dürtüsellik, yüksek dozda ilaç alan ergen bireylerde depresyondan bağımsız olan bir etken gibi görünmektedir.<sup>159</sup> Ergenlerde kendine zarar verme davranışları genellikle dürtüsel olmakla birlikte çoğu ergen bu davranıştan önce birkaç dakika düşündüğünü aktarmıştır.<sup>160 161</sup>

## 2.7. Yeme Tutumları ile Bağlanma Arasındaki İlişki

Ayrıca, bu örneğin % 69'u en az bir kişilik bozukluğu için kriterleri karşılamıştır. Komorbidite varlığı, yeme bozukluklarının formülasyonunu ve tedavisini zorlaştıracağından, prevalansları hakkında daha fazla bilgi edinmek için klinik bir ihtiyaç vardır.<sup>162</sup> Birçok çalışma erken güvensiz bağlanma ile yeme bozuklukları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur.<sup>163</sup>

Ward, Ramsey ve Treasure, Ainsworth'un bağıllık kalitesini incelerken, bireylerin beslenme durumlarını bağlanmanın mikro bir kanıtı olarak kullanış olduğunu öne sürmüşlerdir. Yapmış oldukları araştırmada bebeklerin ihtiyaçlarına beslenmenin

<sup>156</sup> Maria Oquendo ve John Mann, *The biology of impulsivity and suicidality*, Psychiatric Clinics of North America, 23(1), 2000, s.11-25.

<sup>157</sup> Keith Hawton vd., *Self-harm and suicide in adolescents*, The Lancet, 379.9834, 2012, s.2373-2382.

<sup>158</sup> Robert McKeown vd., *Incidence and predictors of suicidal behaviors in a longitudinal sample of young adolescents*, Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 37(6), 1998, s.612-619.

<sup>159</sup> Stephen Kingsbury vd., *Do adolescents who take overdoses have specific psychological characteristics? A comparative study with psychiatric and community controls*, Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 38(9), 1999, s.1125-1131.

<sup>160</sup> Claudine Fox ve Keith Hawton, *Deliberate self-harm in adolescence*, Jessica Kingsley Publishers, 2004, s.17-24

<sup>161</sup> Keith Hawton ve Anthony James, *Suicide and deliberate self harm in young people*, Bmj, 330.7496, 2005, s.891-894.

<sup>162</sup> Lisa Kiang ve Susan Harter, *Sociocultural values of appearance and attachment processes: An integrated model of eating disorder symptomatology*, Eating Behaviors, 7(2), 2006, s.134-151.

<sup>163</sup> Anne Ward vd., *Attachment research in eating disorders*, British Journal of Medical Psychology, 73(1), 2000, s.35-51.

uygun olmasının daha yüksek olduğu bebeğin bu sürede aktif katılım sağlamasına daha fazla izin verildiği için daha güçlü ve daha güvenli bir bağlanma ile sonuçlanmaktadır. Makalelerinde, Ward, Ramsey ve Treasure, anoreksiya rahatsızlığından muzdarip olan hastalarda bağlanma güvensizliğinin tarihsel olarak desteklendiğini öne sürmüşlerdir.<sup>164</sup>

Yeme bozukluğu hastalarının ayrılma ve bireyselleşmede zorlandıkları ileri sürülmektedir. Kişiler bağımsızlığı diğer kişilerden kendini ayırıp bireyselleşme olarak düşünmesine rağmen bu durum kişilerarası bağımlılığı olumsuz yönde etkilemektedir. Lawrence'ye göre genellikle başkalarına ve yiyeceklere "no entry" "giriş olmadığını" belirten kişilerde, genellikle önleyici bağlanma gösteren anoreksik rahatsızlığı görülmektedir. Öte yandan, Ward, Ramsey ve Treasure, bulimia hastaların kendilerini başkalarının toksik projeksiyonlarından koruyamadıklarından dolayı endişeli bağlanma stilini göstermektedir.<sup>165</sup>

Buraya kadar, bakım veren ve bebek arasındaki ilişkinin, yeme bozukluklarının gelişine katkısı incelenmiş olup, erken bağlanmanın romantik ilişkilerde görülmekte olan yetişkin bağlanma uzantısının incelenmesi de önemli bir durumdur. Kişilerarası kalıplar ve yeme bozukluğu problemi yaşayan kişilerin yaşamış olduğu zorluklar da bu araştırmada yer alan başka bir konudur.2011 yılında Tasca, Ritchie ve Balfour, bağlanma ve yeme bozuklukları ile klinik etkileri arasındaki ilişki için bir derleme çalışması sunmaktadır. Bağlanma işlevlerini düzenleme, kişilerarası tarz, zihin tutarlılığı ve yansıtıcı işlev gibi dörde ayırmıştır. Güvenli bağlanma davranışında bireyin yaşamış olduğu problemlerin yeme bozukluklarını ciddi derecede etkilediğini söylemektedir. Yeme bozukluğu olan kişilerde gevşeme ve ayrılma duyarlılığının artış göstermesi önerilmektedir. Bağlanmaktan kaçınma davranışı göstermeleri, yaşadıkları ilişkilerde tecrit ve kopma ile sonuçlanır. Endişeli bağlanma ise çatışmalarla noktalanır ve bireyde terk edilme korkusunda artış gözlemlenir. Yeme bozukluğu olan hastaların yansıtıcı kapasitelerinde azalma görülmektedir. Lawrence'ın başkalarına somut ve itaatkar olmayan anoreksik yapıda olan bir zihin önerisine uygun olanlara, birisinin ve diğerinin duygu ve düşüncelerini işleyemediğini öne sürmüştür. Burada oluşan eksikliğin bireylerde yakın ilişkiler kurmaya engel koyduğunu gözlemlenmiştir. Bu da bizleri, yakın ilişkiler kurmaktan

---

<sup>164</sup> Ward vd., a.g.e., s.35-51

<sup>165</sup> Ward vd., a.g.e., s.35-51

kaçınan, korkan ve yeme sorunları yaşayan bireylerin karakteristik özelliği olan konu le bir bağlantıya götürmektedir.<sup>166</sup>

Bartholomew ve Horowitz tarafından geliştirilmiş olan bağlanma perspektifinden bakıldığı zaman, ben ve diğerleri ile ilgili modeller yeme bozukluğundan mustarip olan kişilerde görülen ilişkilene şekilleri için önem arz etmektedir. Daha önce de açıklandığı üzere meşgul ilişkide, kişi kendisini olumsuz, değersiz ve hoş görülmez biri olarak görürken, diğer insanları değerli olarak görmektedir. Sonuç olarak, bu kişilerde büyük çoğunlukla bulimik hastalığı seyretmektedir. Bu kişiler diğerlerinden sevgi ve onayına değer vermeleri için çaba gösterirler. Önleyici bağlanmada ise kişi özü değer olarak kabullenmekte, diğerlerini de değersiz ve tehdit edici unsur olarak görmektedir. Bu yüzden de yakınlık kurmaktan kaçınma, ve bağımsızlık ile sonuçlanabilmektedir.<sup>167</sup> Korkulu bağlanma, hem kendisinden (sevgiye ve desteğe değmez) negatif modellerden hem de samimiyet kurmaktan kaçınma ve sosyalleşmekten uzak durma korkusunu kişiye teşvik eden etmenlerden (yani, güvenilmez ve reddetme) oluşmaktadır. Broberg, Hjalms ve Nevenen, kadınlarda oluşan yeme bozukluğunun sonucunda korkulu / kararsız ve korkulu / bağımlılık stilleri oluşur.<sup>168</sup>

## 2.8. Yeme Tutumları ve Dürtüsellik

Obezite yeme bozukluklarının içinde yer almıyor olsa da yeme bozukluklarında yaygın bir şekilde görülen psikolojik özellikleri barındırır. Bu özelliklerden bahsedecek olursak; dürtüsellik, özdeğerlilik, vücut şeklinden memnun olmama, mükemmeliyetçi olma, disinhibiyondur.<sup>169</sup> Bireyin vücut kilosunda yükselme ile sınırda kişilik belirtileri arasında bir ilişki olduğu düşünülmektedir.<sup>170</sup> Kadın katılımcılarla yapılan bir araştırmada stres faktörü oluşturularak eme davranışları ile aleksitimi ve dürtüsellik özelliklerini karşılaştırmışlardır. Araştırmaya katılan kadınlardan toplumsal bir ortamda konuşma yapmaları istenmiş ve katılımcıların üzerinde beklenti anksiyetesi oluşturmuşlardır. Stres etmeni ile bireylerin gıda

<sup>166</sup> Giorgio Tasca vd., *An attachment insecurity model of negative affect among women seeking treatment for an eating disorder*, Eating Behaviors, 7(3), 2006, s.252-257.

<sup>167</sup> Kim Bartholomew ve Leonard Horowitz, *Attachment styles among young adults: a test of a four-category model*, Journal of personality and social psychology, 61(2), 1991, s.226.

<sup>168</sup> Anders Broberg vd., *Eating disorders, attachment and interpersonal difficulties: a comparison between 18-to 24-year-old patients and normal controls*, European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association, 9(6), 2001, s.381-396.

<sup>169</sup> Elizabeth Pratt vd., *Perfectionism in women with binge eating disorder*, International Journal of Eating Disorders, 29(2), 2001, s.177-186.

<sup>170</sup> Randy Sansone vd., *Obesity, borderline personality symptomatology, and body image among women in a psychiatric outpatient setting*, International Journal of Eating Disorders, 29(1), 2001, s.76-79.

alımları incelenmiş ve gıda alımı ile aleksitiminin olumlu bir ilişkisi bulunurken, emosyenel yeme ile dürtüsellik arasında bir ilişkiye rastlanmamıştır.<sup>171</sup>

Araştırmada obezite ve dürtüsellik arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar çoğunlukla kadınlar, çocuklar ve tıkanırçasına yeme bozukluğu hastalığından muzdarip obezite hastaları ve yeme bozukluğu olan hastalar üzerinde çalışmalar yapılmıştır. Normal kiloya sahip kadınlar ile yapılmış olan araştırmalarda dürtüsellik ile aşırı yeme arasında bir ilişki bulunamamıştır.<sup>172</sup><sup>173</sup> Bu sonuçtan yola çıkarak obezite rahatsızlığı olmayan kişilerde dürtüsellik bu rahatsızlığın gelişimi açısından risk taşıdığını öne sürmüştür.<sup>174</sup> Nedekoorn ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışma sonucunda obeziteden muzdarip kadınlarda dürtüsellik sağlıklı kontrollerden daha yüksek görülmüştür.<sup>179</sup> Ayrıca tıkanırçasına yeme bozukluğu olan morbidobez hastalarda da olmayanlara oranla daha yüksek bulunmuştur.<sup>175</sup> Dahası dürtüsellik tıkanırçasına yeme bozukluğu olan morbid obez hastalarda da, morbid olmayanlara göre daha yüksek bulunmuştur.<sup>176</sup> Obez olmayan çocuklarda ise dürtüsellik gösteren ödül bağımlılığı ve baskın yanıtın inhibisyonundaki yetersizlikler, aşırı yeme ve kilo alımı ile ilişkili olabilmektedir.<sup>177</sup> Obezite olan çocuklarda ise dürtüsellik aşırı kilo ve kötü tedavi motivasyonu ile ilişkili bulunmuştur.<sup>178</sup> Ayrıca çocuklarda dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu ile obezite arasında bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Araştırmacılar bu ilişkinin açıklanmasına yönelik en önemli etkenin dürtüsellik olduğunu ileri sürmüşlerdir. Diğer yeme bozukluklarında da dürtüsellik yüksek olduğu belirtilmiştir.<sup>179</sup> Yukarıda da açıklandığı üzere obezite dürtüsellik ilişkisi daha çok kadınlar, çocuklar ve tıkanırçasına yeme bozukluğu yaşayan obezite hastaları üzerinde durulmuştur. İki cinsiyetin de beraber değerlendirilmiş

<sup>171</sup> Tatjana Van Strien ve Machteld Ouwens, *Effects of distress, alexithymia and impulsivity on eating*, Eating Behaviors, 8(2), 2007, s.251-257.

<sup>172</sup> Martin Yeomans vd., *Impulsivity is associated with the disinhibition but not restraint factor from the Three Factor Eating Questionnaire*, Appetite, 50(2-3), 2008, s.469-476.

<sup>173</sup> Ramona Guerrieri vd., *Inducing impulsivity leads high and low restrained eaters into overeating, whereas current dieters stick to their diet*, Appetite, 53(1), 2009, s.93-100.

<sup>174</sup> Ramona Guerrieri vd., *How impulsiveness and variety influence food intake in a sample of healthy women*, Appetite, 48(1), 2007, s.119-122.

<sup>175</sup> Chantal Nederkoorn vd., *The interactive effect of hunger and impulsivity on food intake and purchase in a virtual supermarket*, International journal of obesity, 33(8), 2009, s.905.

<sup>176</sup> Horcajadas Arias vd., *Clinical differences between morbid obese patients with and without binge eating*, Actas espanolas de psiquiatria, 34(6), 2006, s.362-370.

<sup>177</sup> Robery Guerrieri vd., *The interaction between impulsivity and a varied food environment: its influence on food intake and overweight*, International Journal of Obesity, 32(4), 2008, s.708.

<sup>178</sup> Chantal Nederkoorn vd., *Impulsivity predicts treatment outcome in obese children*, Behaviour research and therapy, 45(5), 2007, s.1071-1075.

<sup>179</sup> Samuele Cortese vd., *Attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD) and obesity: a systematic review of the literature*, Critical reviews in food science and nutrition, 48(6), 2008, s.524-537.

olduğu bir araştırmada benzer şekilde dürtüsellik aşırı kilo ve obezite ile bir ilişkisi olduğu saptanmıştır.<sup>180</sup>

## 2.9. Yeme Tutumları ve Kaygı

Görölme sıklığı her ne kadar net olmasa da, yeme bozuklukları kişilerin hayat kalitesini olumsuz yönde etkileyebileceği açıktır. Yeme bozuklukları yüksek oranda psikiyatrik rahatsızlıklarla ilişkilendirilmiştir. Örnek verecek olursak; Braun, Sunday ve Halmi, yeme bozukluğu olan kadın katılımcıların % 81.9'unun en az bir Eksen I komorbiditesine sahip olduğunu, ve depresyon, endişe ve madde kötüye kullanımının yaygın olduğunu bildirmiştir.<sup>181</sup> Belirtilen örneğin% 69'u en az bir kişilik bozukluğu için kriterleri karşılamış olup komorbiditenin olması, yeme bozukluklarının formölasyonunu ve tedavisini olduğundan daha da zorlu bir sürece iteceğinden dolayı prevalansları hakkında daha ayrıntılı bilgi edinilmesi için klinik bir ihtiyacı olduğu görölmektedir.<sup>182</sup>

Depresyon en sık görölen komorbid hastalık olarak biliniyor olsa da yeme bozukluğu hastalarında anksiyete ve öfke, depresyondan daha fazla görölmektedir. Ayrıca endişe, kusma, müşhil kullanım ve kısıtlamanın düzensiz yeme davranışlarıyla da ilişkisi olduğu görölmektedir.<sup>183 184 185</sup>

---

<sup>180</sup> Lindsay Rosval vd., *Impulsivity in women with eating disorders: problem of response inhibition, planning, or attention?*, International Journal of Eating Disorders, 39(7), 2006, s.590-593.

<sup>181</sup> Devra Braun vd., *Psychiatric comorbidity in patients with eating disorders*, Psychological medicine, 24(4), 1994, s.859-867.

<sup>182</sup> Karina O'Brien ve Norah Vincent, *Psychiatric comorbidity in anorexia and bulimia nervosa: nature, prevalence, and causal relationships*, Clinical psychology review, 23(1), 2003, s.57-74.

<sup>183</sup> Braun vd., a.g.e., s.859-867

<sup>184</sup> David Herzog vd., *Psychiatric comorbidity in treatment-seeking anorexics and bulimics*, Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 31(5), 1992, s.810-818.

<sup>185</sup> Bruce Arnow vd., Justin Kenardy, Stewart Agras, *Binge eating among the obese: A descriptive study*, Journal of behavioral medicine, 15(2), 1992, s.155-170.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM VE TEKNİKLERİ

#### 3.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu araştırma, “ilişkisel tarama modeli”ne uygun olarak hazırlanmıştır. İki veya daha çok değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlamaktadır.<sup>186</sup>

#### 3.2. ARAŞTIRMANIN EVREN VE ÖRNEKLEMİ

Yapılan bu çalışma ilişkisel tarama modeli ile yapılmıştır. Örneklem seçimi basit-rastgele örneklem türü ile gerçekleştirilmiştir.<sup>187</sup> Araştırmanın evrenini İstanbul’da yaşayan lise öğrencilerinden oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise İstanbul’un Halkalı ilçesindeki bir lisede öğrenim gören 1. Sınıf, 2. Sınıf, 3. Sınıf, 4. Sınıf 350 öğrenciden oluşturmaktadır.

#### 3.3. ARAŞTIRMANIN VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

##### 3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan ve kişisel bilgilerin araştırıldığı formda bireylere cinsiyetleri, diyet yapma durumu, kiloları, sınıfları ile ilgili sorular yöneltilmiştir.

##### 3.3.2. Yeme Tutumları Testi

Garner ve Garfinkel tarafından Yeme Tutumu Testi 1979’da Anoreksiya Nervosa semptomlarını ölçmek için geliştirilmiştir.<sup>188</sup> Yeme tutumu testinin geçerliliği, anoreksiya nervosa hastalar ve kontrol grubu için ise toplam alfa değeri .94, anoreksiya nervosa hastaları için toplam .79 alfa değeri saptanmıştır. YTT “ni Türkçe”ye ilk kez çeviren ve geçerlik/güvenirlik çalışmasını yapan Savaşır ve Erol olmuştur.<sup>189</sup>

Pearson Momentler Çarpımı korelasyonu içsel geçerlilik ve test-tekrar test güvenilirliği araştırmaların da .65 seviyesinde saptanmış, iç tutarlılığı ise .70 bulunmuştur. YTT psikopatolojinin düzeyinde “hasta” kabul edilmesi gereken kişileri belirleyebileceği gibi, yeme bozukluğuna ne derece eğilimi bulunduğu da bir belirleyicisidir. YTT Likert tipli bir testtir, altı basamaklı yanıt formu (“daima”,

<sup>186</sup> Niyazi Karasar, *Bilimsel araştırma yöntemi*, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2005.

<sup>187</sup> Rauf Arıkan, *Araştırma teknikleri ve rapor hazırlama*, Asil Yayın Dağıtım, Ankara, 2004, s.141.

<sup>188</sup> David Garner ve Paul Garfinkel, *The Eating Attitudes Test: An index of the symptoms of anorexia nervosa*, Psychological medicine, 9(2), 1979, s.273-279.

<sup>189</sup> Işık Savaşır ve Neşe Erol, *Yeme Tutum Testi: Anoreksiya nervosa belirtileri indeksi*, Psikoloji Dergisi, 7(23), 1989, s.19-25.

„çok sık“ , „sık sık“ , „bazen“ , „nadiren“ , „hiçbir zaman“) bulunmaktadır ve 40 maddeden oluşmaktadır. Puanlamasında verilen yanıtlar 3 puandan; bitişiğindeki şıklar sırayla olmak üzere 2 ve 1 olarak puanlanır. (1., 18., 19., 23. ve 39. maddelerde „hiçbir zaman“ yanıtı ve diğer gerideki sorular için cevaplanan „her zaman“ için geçerli değildir.) YTT için puan aralığı 0-120" dir. Testin anormal yeme tutumlarını saptamak için gerekli olan kesme puanı 30 olarak saptanmıştır.<sup>190</sup>

### 3.3.3. Barrat Dürtüsellik Testi

Patton ve Barratt tarafından geliştirilmiştir.<sup>191</sup> Dürtüselligi değerlendirmede kullanılan öz bildirim (self- rating) bir ölçektir. Bireyin kendisinden yanıt olarak 'nadiren/hiçbir zaman', 'bazen', 'sıklıkla' ve 'hemen her zaman/her zaman' seçeneklerinden en uygun ifadeyi işaretlemesi istenir. Otuz maddeden oluşur ve kendi içinde üç altölçeği vardır; dikkat (dikkatsizlik ve bilişsel düzensizlik), motor (motor dürtüsellik, sabırsızlık) ve plan yapmama (kontrolünü sağlayamama, bilişsel karışıklığa 45 tahammülsüzlük). Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11 değerlendirilirken 4 farklı alt skor elde edilir; toplam puan, plan yapmama, dikkat ve motor dürtüsellik. Toplam BDÖ-11 puanı ne kadar yüksekse hastanın dürtüsellik düzeyi o kadar yüksektir. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Güleç ve arkadaşları tarafından yapılmıştır.<sup>192</sup>

### 3.3.4. Anne Babaya Bağlanma Ölçeği

Bireyin algısı açısından ana babasıyla kurulan ilişki örüntüsünü -geriye dönük olarak değerlendirmektedir. Ölçek temel olarak ilgi ve kontrol/aşırı koruma faktörlerini içermektedir. 25 maddeden oluşan ölçeğin ilgi boyutunda toplam 12 madde bulunmakta (puanlar 0-36 arasında değişmekte) ve yüksek puan sıcak, anlayışlı ve kabul edici olarak algılanan, düşük puan ise soğuk ve reddedici olarak algılanan ana babayı yansıtmaktadır. Kontrol/aşırı koruma boyutunda 13 madde yer almakta (puanlar 0-39 arasında değişmekte) ve yüksek puanlar aşırı kontrolcü ya da özerkliğe izin vermeyen ana baba algısına işaret etmektedir. Bireyden, yaşamının ilk 16 yılını düşünerek, ölçekteki her bir ifadenin anne ya da babasının kendisine ilişkin davranışlarını ne kadar yansıttığını 4'lü likert-tipi derecelendirme ile (tamamen böyleydi =3... hiç böyle değildi=0) belirtmesi istenmektedir. Birey, anne ve babası için iki ayrı değerlendirme yapmaktadır. İlgi ölçeğinin puanlanmasında 2, 3, 4, 7, 14, 15, 16, 18, 21, 22, 24 ve 25. maddeler; kontrol/aşırı koruma ölçeğinin

<sup>190</sup> Savaşır ve Erol, a.g.e., s.19-25

<sup>191</sup> Ernest S. Barratt ve Jim Patton, *Factor structure of the Barratt impulsiveness scale*, Journal of clinical psychology, 51(6), 1995, s.768-774.

<sup>192</sup> Hüseyin Güleç vd., *Psychometric properties of the Turkish version of the Barratt Impulsiveness Scale-11*, Klinik Psikofarmakoloji Bülteni, 18(4), 2008, s.251-258.

puanlanmasında ise 8, 9, 10, 13, 19, 20 ve 23. maddeler tersine (0-3) kodlanmaktadır.<sup>193</sup>

### 3.3.5. Beck Anksiyete Envanteri

Asıl formu Beck Anxiety Inventory (BAI) olan envanter, 1988 yılında Beck ve arkadaşları tarafından kişinin yaşadığı anksiyete belirtilerinin sıklığını belirlemek amacı ile geliştirilmiştir. Envanter tüm sağlıklı ergen ve yetişkinlere uygulanabilmektedir. 21 maddeden oluşan, kendi kendine değerlendirilen, 0-3 arasında değişen puanların verildiği Likert tipi değerlendirmesi olan bir ölçektir. Ölçekte belirtilerin işaretlenmesinde 0 “hiç yok”, 1 “hafif düzeyde”, 2 “orta düzeyde”, 3 “şiddetli düzeyde”, anlamını ifade etmektedir. Puan aralığı 0-63’tür ve alınan toplam puanların yüksekliği, bireyin yaşadığı anksiyete ve düzeyini göstermektedir. Buna göre 0-15 anksiyete yok, 16-22 hafif anksiyete, 23-42 anksiyete, 43-63 yoğun anksiyete olarak değerlendirilmektedir.

Uygulanan faktör analizi sonucunda ölçek, “Subjektif anksiyete” (1, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 14, 15, 16, 17 ve 19. maddeler) ve “Somatik belirtiler” (2, 3, 6, 12, 13, 18, 20 ve 21. maddeler) olmak üzere iki faktörden oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışması 1993 yılında Ulusoy tarafından yapılmıştır.

Ölçeğin Türkçe versiyonunun geçerliliği; Ölçüt Bağımlı Geçerlik, Otomatik Düşünceler ölçeği ile korelasyonu .41, Beck Umutsuzluk Ölçeği ile korelasyonu .34, Beck depresyon envanteri ile .46, Durumluk sürekli Kaygı Envanteri, Durumluk sürekli kaygı ölçeği ile .45 ve Durumluk Sürekli Kaygı envanteri, Sürekli Kaygı Ölçeği ile .53 olarak saptanmıştır. Çalışma sonucunda ölçeğin anksiyete olgularını diğer olgulardan belirgin olarak ayırabildiği kanıtlanmıştır.

Güvenirlik konusunda, iç tutarlılık çalışmasında Envanterin Cronbach Alfa içi tutarlılık katsayısı 177 psikiyatrik hasta örnekleme üzerinde .93, madde-toplam korelasyon katsayıları .45 ile .72 arasında bulunmuştur. Türkçe versiyonun test-tekrar test güvenirliği katsayısı .57 bulunmuştur.<sup>194</sup>

### 3.4. VERİ ANALİZİ

Veri toplama araçları ile elde edilen veriler bilgisayar ortamına sayısal ifade olarak girilmiş ve bu veriler sosyal bilimler için istatistik paket programı

<sup>193</sup> Gordon Parker vd., A parental bonding instrument. Br J Med Psychol, 52, 1979, s.1-10.

<sup>194</sup> Necla Öner, *Türkiye’de Kullanılan Psikolojik Testler*, Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, İstanbul, 2008.



(STATISTICAL PACKAGE FOR THE SOCIAL SCIENCES 25) kullanılarak istatistiksel analizleri yapılmıştır.

Analizlere başlamadan önce veriler normal dağılım açısından incelenmiştir. Araştırma değişkenlerinin örneklem grubunda normallik dağılımının analizi için yapılan Shapiro-Wilk Yeme Tutumu Ölçeği (S-W= .963, Sd.= 340 p=.000) normal dağılım göstermediği görülmüştür. Beck Anksiyete Ölçeği (S-W= .925, Sd.= 340, p=.000) normal dağılım göstermediği görülmüştür. Barratt Dürtüsellik Ölçeği (S-W= .986, Sd.= 340, p=.000) normal dağılım göstermediği görülmüştür. Ana Babaya Bağlanma Ölçeği (S-W= .946, Sd.= 340, p=.000) normal dağılım göstermediği görülmüştür.

Uygulanan veri analizinde %95 güvenilirlik düzeyi temel alınmıştır. Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında Parametrik olmayan iki grup arasındaki farkın analizi için Mann Withney U testi kullanılmıştır. Parametrik olmayan ikiden fazla grup durumunda parametrelerin gruplar arası karşılaştırmalarında Kruskal Walls testi kullanılmıştır. Araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenleri arasındaki ilişki Spearman korelasyon analizi ile test edilmiştir. Ölçekler arasındaki ilişki Pearson Korelasyon analizi ile test edilmiştir. İstatistiksel anlamlılık için  $p < 0,05$  olarak alınmıştır. (Pearson testinde korelasyon katsayısı standart bir ölçekte ölçülür - sadece -1.0 ile +1.0 arasında değişebilmektedir. Dolayısıyla korelasyon katsayısını, bir etki büyüklüğünü temsil ediyor olarak yorumlanmaktadır. Bize iki değişken arasındaki ilişkinin gücünü belirtmektedir.

Psikoloji alanında yapılan çalışmalarda, etki büyüklüğünü elde etmek için Cohen'in yorumlamaları kullanılmaktadır. .10'luk bir korelasyon katsayısının zayıf veya küçük bir ilişkiyi temsil ettiği düşünülmektedir; 0,30 korelasyon katsayısı orta düzeyde bir korelasyon olarak kabul edilir; ve 50 veya daha büyük bir korelasyon katsayısının güçlü veya büyük bir korelasyonu temsil ettiği düşünülmektedir.<sup>195</sup>

Korelasyon katsayıları üzerine istatistiksel testler yapabilirken, bunlar ilişkinin gücünü belirten tanımlayıcı istatistiklerdir. İstatistiksel test bize korelasyonun sıfırdan önemli ölçüde farklı olup olmadığını betimler; korelasyon katsayısının mutlak değeri, ilişkinin gücünü özetleyen bir etki büyüklüğüdür.

Cohen'in Korelasyon gücünün referans değerleri;

0.10 - 0.29 Zayıf

---

<sup>195</sup> Jacob Cohen, *Statistical power analysis for the behavioral sciences*, 2. Baskı, Hillsdale, N.J.: Lawrence Erlbaum, 1988.

0.30 - 0.49 Orta

0.50 - 1.00 Yüksek

Yeme tutumunu belirleyen faktörlerin incelenmesi için çoklu regresyon kullanılmıştır.



## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

Bu bölümde araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formundan elde edilen bulgular yer almaktadır.

**Tablo 4.1** Örneklem Grubunun Demografik Değişkenlere Göre Dağılımı

		f	%
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	167	48,0
	Erkek	181	52,0
	Toplam	348	100,0
<b>Doğum Yılı</b>		4	1,1
	2000	10	2,9
	2001	78	22,4
	2002	75	21,6
	2003	86	24,7
	2004	93	26,7
	2005	1	0,3
	2007	1	0,3
	Toplam	348	100,0
<b>Kilo</b>	50 Kg ve altı	43	12,4
	51-65 Kg	147	42,2
	66-75 Kg	57	16,4
	76 Kg ve üzeri	69	19,8
	Toplam	316	90,8
<b>Kayıp</b>		32	9,2
Toplam		348	100,0
<b>Boy</b>	150-165 cm	89	25,6
	165-175 cm	132	37,9
	175-185 cm	100	28,7
	185 cm ve üzeri	15	4,3

	62	1	0,3
	Toplam	337	96,8
<b>Kayıp</b>		11	3,2
Toplam		348	100,0
<b>Sınıf</b>		5	1,4
	10	86	24,7
	11	65	18,7
	12	87	25,0
	6	1	0,3
	7	1	0,3
	9	103	29,6
	Toplam	348	100,0
<b>Not Ortalaması</b>	0-44	4	1,1
	45-54	7	2
	55-69	42	12,1
	70-84	125	35,9
	85-100	157	45,1
	Toplam	335	96,3
<b>Kayıp</b>		13	3,7
Toplam		348	100,0
<b>Kardeş Sayısı</b>	1	44	12,6
	2	134	38,5
	3	85	24,4
	4 ve Üzeri	51	8,9
	Toplam	294	84,5
<b>Kayıp</b>		54	15,5
Toplam		348	100,0

Tabloda görüldüğü üzere, örneklem grubunun %48.0'ı kadın,%52.0'ı erkek,%2.9'u 2000 yılı doğumlu,%22.4'ü 2001 yılı doğumlu,%21.6'sı 2002 yılı doğumlu,%24.7'si 2003 yılı doğumlu,%26.7'si 2004 yılı doğumlu,%0.3'ü 2005 yılı doğumlu,%0.3'ü 2007 yılı doğumlu,%12.4'ü 50 kg ve altı,%42.2'si 50-65 kg arası,%16.4'ü 65-75 kg arası,%19.8'i 75 kg ve üzeri,%25.6'sı 150-165 cm arası,%37.9'u 165-175 cm arası,%28.7'si 175-185 cm arası,%4.3'ü 185 cm ve üzeri,%24.7'si 10.sınıf,%18.7'si

11.sınıf,%25.0'ı 12.sınıf,0.3'ü 6.sınıf,%0.3'ü 7.sınıf,%29.6'ı 9.sınıf,%1.1'inin not ortalaması 0-44 arası,%1.7'sinin not ortalaması 45-54 arası,%12.1'inin not ortalaması 55-69 arası,%35.9'unun not ortalaması 70-84 arası,45.1'inin not ortalaması 85-100 arası,%12.6'sı 1 kardeşe sahip,%38.5'i 2 kardeşe sahip,%24.4'ü 3 kardeşe sahip,%2.9'u 4 kardeşe sahip,%4.0'ı 5 kardeşe sahip,%1.4'ü 8 kardeşe sahip,%0.3'ü 10 kardeşe sahip,%0.3'ü 15 kardeşe sahiptir.

**Tablo 4.2** Örneklem Grubunun Demografik Değişkenlere Göre Dağılım

		f	%
<b>Ebeveyn Sağ Ölü</b>	Her ikisi de sağ	324	93,1
	Anne sağ	11	3,2
	Baba sağ	1	0,3
	Toplam	336	96,6
<b>Kayıp</b>		12	3,4
Toplam		348	100,0
<b>Ebeveyn Medeni Durumu</b>	Evli	308	88,5
	Boşanmış	25	7,2
	Dul	5	1,4
	Ayrı Yaşıyor	3	0,9
	Resmi Nikahlı Değil	1	0,3
	Toplam	342	98,3
<b>Kayıp</b>		6	1,7
Toplam		348	100,0
<b>Ekonomik Durum</b>	Çok Düşük	2	0,6
	Düşük	1	0,3
	Orta	101	29,0
	İyi	194	55,7
	Çok İyi	37	10,6
	Toplam	335	96,3
<b>Kayıp</b>		13	3,7
Toplam		348	100,0
<b>Diyet Yapan</b>	Evet	115	33,0
	Hayır	224	64,4

	Toplam	339	97,4
<b>Kayıp</b>		9	2,6
Toplam		348	100,0
<b>FastFood Tüketim Sıklığı</b>	Evet	323	92,8
	Hayır	24	6,9
	Toplam	347	99,7
<b>Kayıp</b>		1	0,3
Toplam		348	100,0
<b>Ne Sıklıkla</b>	Ayda bir iki kez	151	43,4
	Ayda dört beş kez	108	31,0
	Haftada en az bir kez	67	19,3
	Toplam	326	93,7
<b>Kayıp</b>		22	6,3
Toplam		348	100,0
<b>Cips Abur Cubur vb. Gıda Tüketimi</b>	Evet	317	91,1
	Hayır	30	8,6
	Toplam	347	99,7
<b>Kayıp</b>		1	0,3
Toplam		348	100,0
<b>Ne Sıklıkla</b>	Ayda bir iki kez	46	13,2
	Ayda dört beş kez	98	28,2
	Haftada en az bir kez	175	50,3
	Toplam	319	91,7
<b>Kayıp</b>		29	8,3
Toplam		348	100,0
<b>Diyet Yapan Arkadaş</b>	Evet	199	57,2
	Hayır	147	42,2
	Toplam	346	99,4
<b>Kayıp</b>		2	0,6
Toplam		348	100,0

<b>Anne Baba Kilo</b>	Anne kilolu	21	6,0
	Baba kilolu	64	18,4
	Anne ve Baba kilolu	30	8,6
	Anne ve Baba normal	229	65,8
	Toplam	344	98,9
<b>Kayıp</b>		4	1,1
<b>Toplam</b>		348	100,0

Tabloda görüldüğü üzere, örneklem grubunun 93.1'inin anne-babası sağ,%3.2'sinin annesi sağ,%0.3'ünün babası sağ,%88.5'sinin anne-babası evli,%7.2'sinin anne-babası boşanmış,%1.4'ünün anne-babası dul,%0.9'unun anne-babası ayrı yaşıyor,%0.3'ünün anne-babası resmi nikahlı değil,%0.6'sinin maddi geliri çok düşük,%0.3'ünün maddi geliri düşük,%29.0'ının maddi geliri orta,%55.7'sinin maddi geliri iyi,%10.6'sinin maddi geliri çok iyi,%33.0'ı diyet yapan ,%64.4'ü diyet yapmayan,%92.8'i fastfood yiyor,%6.6'sı fastfood yemiyor,%43.4'ü ayda bir ,%31.0'ı ayda dört beş kez,%19.3'ü haftada en az bir kez fastfood yiyor,%91.1'i cips abur cubur yiyor,%8.6'sı cips abur cubur yemiyor,%13.2'si ayda bir ,%28.2'si ayda dört beş kez,%50.3'ü haftada en az bir kez,%57.2'sinin diyet yapan arkadaşı var,%42.2'sinin diyet yapan arkadaşı yok,%6.0'ının annesi kilolu,%18.4'ünün babası kilolu,%8.6'sinin anne ve babası kilolu,%65.8'inin anne babası normaldir.

**Tablo 4.3** Barratt Dürtüsellik Ölçeği ve Alt Boyutlarının Betimsel İstatistikleri

	<b>n</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>Ss.</b>
<b>Barratt Dürtüsellik Ölçeği</b>	348	2,14	0,27
<b>Motor Dürtüsellik</b>	348	2,01	0,43
<b>Dikkat Dürtüsellik</b>	348	2,08	0,39
<b>Plan Yapamama</b>	348	2,37	0,28

Tabloda görüldüğü üzere, Barratt dürtüsellik ölçeği ortalaması 2.14(ss=0.27)dür. Motor dürtüsellik alt boyutunun ortalaması 2.01(ss=0.43)dir. Dikkat dürtüselligi ortalaması 2.08(ss=0.39)dir. Plan yapamama alt boyutunun ortalaması 2.37(ss=0.28)dir.

**Tablo 4.4** Yeme Tutumu Ölçeği ve Alt Boyutlarının Betimsel İstatistikleri

	<b>n</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>Ss.</b>
<b>Yeme Tutumu Ölçeği</b>	348	2,56	0,60
<b>Şişmanlık Kaygısı</b>	348	2,38	1,35
<b>Diyet</b>	348	2,12	0,99
<b>Sosyal Baskı</b>	348	2,64	1,28
<b>Zayıflıkla aşırı uğraş</b>	348	2,24	1,04

Tabloda görüldüğü üzere yemem tutumu ölçeği ortalaması 2.56(ss=0.60)dır. Şişmanlık kaygısı alt boyutunun ortalaması 2.38(ss=1.35)dir. Diyet alt boyutunun ortalaması 2.12(ss=0.99)dur. Sosyal baskı alt boyutunun ortalaması 2.64(ss=1.28)dür. Zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutunun ortalaması 2.24(ss=1.04)dür.

**Tablo 4.5** Beck Anksiyete Ölçeğinin Betimsel İstatistikleri

	<b>n</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>Ss.</b>
<b>Beck Anksiyete Ölçeği</b>	347	1,73	0,57

Tabloda görüldüğü üzere, beck anksiyete ölçeğinin ortalaması 1.73 (ss=0.57)dür.

**Tablo 4.6** Ana Babaya Bağlanma Ölçeği ve Alt Boyutlarının Betimsel İstatistikleri

	<b>n</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>Ss.</b>
<b>Anne Toplam</b>	345	3,03	0,34
<b>Kabul İlgi Anne</b>	345	3,23	0,51
<b>Kontrol Aşırı Koruma Anne</b>	345	2,80	0,43
<b>Baba Toplam</b>	344	3,02	0,42
<b>Kabul İlgi Baba</b>	343	3,15	0,56
<b>Kontrol Aşırı Koruma Baba</b>	342	2,88	0,50

Tabloda görüldüğü üzere anneye bağlanma ölçeği ortalaması 3.03(ss=0.34)dür. Kabul/İlgi-Anne alt boyutunun ortalaması 3.23(ss=0.51)dür. Kontrol/Aşırı Koruma-Anne alt boyutunun ortalaması 2.80(ss=0.43)dir. Babaya bağlanma ölçeği ortalaması 3.02(ss=0.42)dir. Kabul/İlgi-Baba alt boyutunun ortalaması 3.15(ss=0.56)dir. Kontrol/Aşırı Koruma-Baba alt boyutunun ortalaması 2.88(ss=0.50)dir.



**Tablo 4.7** Örneklem Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Yeme Tutumu Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları

		n	s.o	s.t	u	w	z	p
<b>Yeme Tutumu Ölçeği</b>	Kadın	167	198,45	33140,50	11114,50	27585,50	-4,265	0,000*
	Erkek	181	152,41	27585,50				
	Toplam	348						
<b>Şişmanlık Kaygısı</b>	Kadın	167	207,94	34725,50	9529,50	26000,50	-5,992	0,000*
	Erkek	181	143,65	26000,50				
	Toplam	348						
<b>Diyet</b>	Kadın	167	184,94	30885,00	13370,00	29841,00	-1,864	0,062
	Erkek	181	164,87	29841,00				
	Toplam	348						
<b>Sosyal Baskı</b>	Kadın	167	175,31	29276,00	14979,00	31450,00	-0,144	0,885
	Erkek	181	173,76	31450,00				
	Toplam	348						
<b>Zayıflıkla Aşırı uğraş</b>	Kadın	167	176,74	29515,50	14739,50	31210,50	-0,402	0,688
	Erkek	181	172,43	31210,50				
	Toplam	348						

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun yeme tutumu ölçeğinden almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmış olduğunu belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında kadın grubu daha fazla puan almış olması durumundan istatistiksel açıdan  $p < 0.01$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır (U=.11114,500,  $p=0,000$ ,  $p < .05$ )

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun şişmanlık kaygısı alt boyutundan almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmış olduğunu belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında kadın grubu daha fazla puan almış olması durumundan istatistiksel açıdan  $p < 0.01$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır (U=.9529,500,  $p=0,000$ ,  $p < .05$ ).

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun diyet alt boyutundan almış oldukları puanların cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmış olduğunu belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan  $p > 0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun sosyal baskı alt boyutundan almış oldukları puanların cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmış olduğunu belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi

sonucundan, istatistiksel açıdan  $p>0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutundan almış oldukları puanların cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan  $p>0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

**Tablo 4.8** Örneklem Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Beck Anksiyete Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları

		n	s.o	s.t	u	w	z	p
<b>Beck Anksiyete Ölçeği</b>	Kadın	167	195,85	32707,50	11380,50	27670,50	-3,911	0,000*
	Erkek	180	153,73	27670,50				
	Toplam	347						

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun beck anksiyete ölçeğinden almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında kadın grubu daha fazla puan almış olması durumundan istatistiksel açıdan  $p<0.01$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır ( $U=11380,500$ ,  $p=0,000$ ,  $p<.05$ ).

**Tablo 4.9** Örneklem Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Ana Babaya Bağlanma Ölçeği-Baba ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları

		n	s.o	s.t	u	w	z	p
<b>Baba</b>	Kadın	166	161,44	26798,50	12937,00	26798,50	-1,993	0,046*
<b>Toplam</b>	Erkek	178	182,82	32541,50				
	Toplam	344						
<b>Kontrol</b>	Kadın	166	164,87	27369,00	13508,00	27369,00	-1,205	0,228
<b>Aşırı</b>	Erkek	176	177,75	31284,00				
<b>Koruma</b>	Toplam	342						
<b>Kabul</b>	Kadın	165	157,62	26008,00	12313,00	26008,00	-2,587	0,010*
<b>İlgi</b>	Erkek	178	185,33	32988,00				
	Toplam	343						

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun babaya bağlanma ölçeğinden almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında kadın grubu daha fazla puan almış olması durumundan istatistiksel açıdan  $p < 0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır ( $U=12937,500$ ,  $p=0,046$ ,  $p < .05$ ).

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun kontrol/aşırı koruma alt boyutundan almış oldukları puanların cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan  $p > 0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun kabul/ilgi alt boyutundan almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında erkek grubu daha fazla puan almış olması durumundan istatistiksel açıdan  $p < 0.01$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır ( $U=12313,000$ ,  $p=0,010$ ,  $p < .05$ ).

**Tablo 4.10** Örneklem Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Barratt Dürtüsellik Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları

		n	s.o	s.t	u	w	z	p
<b>Barratt</b>	Kadın	167	188,74	31520,00	12735,00	29206,00	-2,537	0,011*
	Erkek	181	161,36	29206,00				
	Toplam	348						
<b>Ölçeği</b>								
<b>Motor</b>	Kadın	167	188,30	31445,50	12809,50	29280,50	-2,459	0,014*
	Erkek	181	161,77	29280,50				
	Toplam	348						
<b>Dürtüsellik</b>								
<b>Dikkat</b>	Kadın	167	192,35	32122,00	12133,00	28604,00	-3,183	0,001*
	Erkek	181	158,03	28604,00				
	Toplam	348						
<b>Dürtüsellik</b>								
<b>Plan</b>	Kadın	167	165,49	27636,50	13608,50	27636,50	-1,617	0,106
	Erkek	181	182,81	33089,50				
	Toplam	348						
<b>Yapamama</b>								

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun barratt dürtüsellik ölçeğinden almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında kadın grubu daha fazla puan almış olması durumundan istatistiksel açıdan  $p < 0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır ( $U=12735,000$ ,  $p=0,011$ ,  $p < .05$ ).

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun motor dürtüsellik alt boyutundan almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında kadın grubu daha fazla puan almış olması durumundan istatistiksel açıdan  $p < 0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır ( $U=12809,500$ ,  $p=0,014$ ,  $p < .05$ ).

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun dikkat dürtüsellik alt boyutundan almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında kadın grubu daha fazla puan almış olması durumundan istatistiksel açıdan  $p < 0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır ( $U=12133,000$ ,  $p=0,001$ ,  $p < .05$ ).

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun plan yapamama alt boyutundan almış oldukları puanların cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-

U testi sonucundan, istatistiksel açıdan  $p>0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

**Tablo 4.11** Barratt Dürtüsellik Ölçeği ve Alt Boyutları Puanlarıyla Yeme Tutumu Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları

		Yeme				
		Tutumu	Şişmanlık		Sosyal	Zayıflıkla
		Ölçeği	Kaygısı	Diyet	Baskı	Aşırı Uğraş
<b>Barrat</b>	r	,282**	,157**	0,085	,151**	,234**
<b>Dürtüsellik</b>	p	0,000	0,003	0,112	0,005	0,000
<b>Ölçeği</b>	n	348	348	348	348	348
<b>Motor</b>	r	,307**	,169**	0,093	0,096	,184**
<b>Dürtüsellik</b>	p	0,000	0,002	0,085	0,075	0,001
	n	348	348	348	348	348
<b>Dikkat</b>	r	,243**	,157**	0,077	,131*	,220**
<b>Dürtüsellik</b>	p	0,000	0,003	0,151	0,015	0,000
	n	348	348	348	348	348
<b>Plan</b>	r	-0,097	-0,096	-0,070	0,051	0,056
<b>Yapamama</b>	p	0,069	0,075	0,193	0,345	0,297
	n	348	348	348	348	348

\*\* $p<.01$ , \* $p<.05$

Tabloda görüldüğü üzere Barratt Dürtüsellik Ölçeği ve Alt Boyutları ile Yeme Tutumu Ölçeği ve Alt Boyutları arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan Spearman Korelasyon analizi sonucunda;

Barratt dürtüsellik ölçeği toplam puanı ile yeme tutumu ölçeği puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 282$ ,  $p<.01$ ). Barratt dürtüsellik puanları arttıkça, yeme tutumu puanları artmaktadır.

Barratt dürtüsellik ölçeği toplam puanı ile şişmanlık kaygısı alt boyutu puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 157$ ,  $p<.01$ ). Barratt dürtüsellik puanları arttıkça, şişmanlık kaygısı puanları artmaktadır.

Barratt dürtüsellik ölçeği toplam puanı ile sosyal baskı alt boyutu puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 151$ ,  $p<.01$ ). Barratt dürtüsellik puanları arttıkça, sosyal baskı puanları artmaktadır.

Barratt dürtüsellik ölçeği toplam puanı ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 234$ ,  $p<.01$ ). Barratt dürtüsellik puanları artıkça, zayıflıkla aşırı uğraş puanları artmaktadır.

Motor dürtüsellik alt boyutu toplam puanı ile yeme tutumu ölçeği puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 307$ ,  $p<.01$ ). Motor dürtüsellik puanları artıkça, yeme tutumu puanları artmaktadır.

Motor dürtüsellik alt boyutu toplam puanı ile şişmanlık kaygısı alt boyutu puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 169$ ,  $p<.01$ ). Motor dürtüsellik puanları artıkça, şişmanlık kaygısı puanları artmaktadır.

Motor dürtüsellik alt boyutu toplam puanı ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 184$ ,  $p<.01$ ). Motor dürtüsellik puanları artıkça, zayıflıkla aşırı uğraş puanları artmaktadır.

Dikkat dürtüsellik alt boyutu toplam puanı ile yeme tutumu ölçeği puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 243$ ,  $p<.01$ ). Dikkat dürtüsellik puanları artıkça, yeme tutumu puanları artmaktadır.

Dikkat dürtüsellik alt boyutu toplam puanı ile şişmanlık kaygısı alt boyutu puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 157$   $p<.01$ ). Dikkat dürtüsellik puanları artıkça, şişmanlık kaygısı puanları artmaktadır.

Dikkat dürtüsellik alt boyutu toplam puanı ile sosyal baskı alt boyutu puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 131$ ,  $p<.05$ ). Dikkat dürtüsellik puanları artıkça, sosyal baskı puanları artmaktadır.

Dikkat dürtüsellik alt boyutu toplam puanı ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 220$ ,  $p<.01$ ). Dikkat dürtüsellik puanları artıkça, zayıflıkla aşırı uğraş puanları artmaktadır.

**Tablo 4.12** Yeme Tutumu Ölçeği ve Alt Boyutları Puanlarıyla Anne-Babaya Bağlanma Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları

		Yeme			Zayıflıkla	
		Tutumu Ölçeği	Şişmanlık Kaygısı	Diyet	Sosyal Baskı	Aşırı uğraş
<b>Anne Toplam</b>	r	-,195**	-0,066	-0,065	-,198**	-,151**
	p	0,000	0,225	0,231	0,000	0,005
	n	345	345	345	345	345
<b>Kontrol</b>	r	-,183**	-0,077	-0,056	-,164**	-,121*
	p	0,001	0,156	0,296	0,002	0,024
	n	345	345	345	345	345
<b>Aşırı Koruma Anne</b>	r	-0,093	-0,046	-0,006	-0,105	-,111*
	p	0,085	0,394	0,911	0,052	0,039
	n	345	345	345	345	345
<b>Kabul İlgili Anne</b>	r	-,239**	-,132*	-0,091	-,172**	-,116*
	p	0,000	0,014	0,093	0,001	0,032
	n	344	344	344	344	344
<b>Baba Toplam</b>	r	-,131*	-0,090	-0,040	-0,077	-0,061
	p	0,015	0,097	0,456	0,157	0,258
	n	343	343	343	343	343
<b>Kabul İlgili Baba</b>	r	-,242**	-,153**	-0,098	-,177**	-,126*
	p	0,000	0,005	0,071	0,001	0,020
	n	342	342	342	342	342
<b>Kontrol</b>	r	-,242**	-,153**	-0,098	-,177**	-,126*
	p	0,000	0,005	0,071	0,001	0,020
	n	342	342	342	342	342

\*\*p<.01, \*p<.05

Tabloda görüldüğü üzere Yeme Tutumu Ölçeği ve Alt Boyutları ile Anne-Babaya Bağlanma Ölçeği ve Alt Boyutları arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan Spearman Korelasyon analizi sonucunda;

Anneye bağlanma ölçeği toplam puanı ile yeme tutumu ölçeği puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=- 195$ ,  $p<.01$ ). Anneye bağlanma puanları arttıkça, yeme tutumu puanları azalmaktadır.

Anneye bağlanma ölçeği toplam puanı ile sosyal baskı alt boyutu puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=- 198$ ,  $p<.01$ ). Anneye bağlanma puanları arttıkça, sosyal baskı puanları azalmaktadır.

Anneye bağlanma ölçeği toplam puanı ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.151$ ,  $p<.01$ ). Anneye bağlanma puanları artıkça, zayıflıkla aşırı uğraş puanları azalmaktadır

Kontrol/aşırı koruma-anne alt boyutu toplam puanı ile yeme tutumu ölçeği puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.183$ ,  $p<.01$ ). Kontrol/aşırı koruma-anne puanları artıkça, yeme tutumu puanları azalmaktadır. (Kontrol/aşırı koruma ters puanlanmıştır.)

Kontrol/aşırı koruma-anne alt boyutu toplam puanı ile sosyal baskı alt boyutu puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.164$ ,  $p<.01$ ). Kontrol/aşırı koruma-anne puanları artıkça, sosyal baskı puanları azalmaktadır. (Kontrol/aşırı koruma ters puanlanmıştır.)

Kontrol/aşırı koruma-anne alt boyutu toplam puanı ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.121$ ,  $p<.01$ ). Kontrol/aşırı koruma-anne puanları artıkça, zayıflıkla aşırı uğraş puanları azalmaktadır.(Kontrol/aşırı koruma ters puanlanmıştır.)

Kabul/ilgi-anne alt boyutu toplam puanı ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.121$ ,  $p<.01$ ). Kabul/ilgi koruma-anne puanları artıkça, zayıflıkla aşırı uğraş puanları azalmaktadır

Babaya bağlanma ölçeği toplam puanı ile yeme tutumu ölçeği puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.239$ ,  $p<.01$ ). Babaya bağlanma puanları artıkça, yeme tutumu puanları azalmaktadır.

Babaya bağlanma ölçeği toplam puanı ile şişmanlık kaygısı alt boyutu puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.132$ ,  $p<.01$ ). Babaya bağlanma puanları artıkça, şişmanlık kaygısı puanları azalmaktadır.

Babaya bağlanma ölçeği toplam puanı ile sosyal baskı alt boyutu puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.172$ ,  $p<.01$ ). Babaya bağlanma puanları artıkça, sosyal baskı puanları azalmaktadır.

Babaya bağlanma ölçeği toplam puanı ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.171$ ,  $p<.01$ ). Babaya bağlanma puanları artıkça, zayıflıkla aşırı uğraş puanları azalmaktadır .



Kabul/ilgi-baba alt boyutu toplam puanı ile yeme tutumu ölçeği puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.242$ ,  $p<.01$ ). Kabul/ilgi koruma-baba puanları arttıkça, yeme tutumu puanları azalmaktadır.

Kontrol/aşırı koruma-baba alt boyutu toplam puanı ile yeme tutumu ölçeği puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.153$ ,  $p<.01$ ). Kontrol/aşırı koruma-anne puanları arttıkça, yeme tutumu puanları azalmaktadır. (Kontrol/aşırı koruma ters puanlanmıştır.)

Kontrol/aşırı koruma-baba alt boyutu toplam puanı ile şişmanlık kaygısı alt boyutu puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.164$ ,  $p<.01$ ). Kontrol/aşırı koruma-baba puanları arttıkça, şişmanlık kaygısı puanları azalmaktadır. (Kontrol/aşırı koruma ters puanlanmıştır.)

Kontrol/aşırı koruma-baba alt boyutu toplam puanı ile sosyal baskı alt boyutu puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.177$ ,  $p<.01$ ). Kontrol/aşırı koruma-baba puanları arttıkça, sosyal baskı puanları azalmaktadır. (Kontrol/aşırı koruma ters puanlanmıştır.)

Kontrol/aşırı koruma-baba alt boyutu toplam puanı ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.126$ ,  $p<.01$ ). Kontrol/aşırı koruma-baba puanları arttıkça, zayıflıkla aşırı uğraş puanları azalmaktadır (Kontrol/aşırı koruma ters puanlanmıştır.)

**Tablo 4.13** Yeme Tutumu Ölçeği ve Alt Boyutları Puanlarıyla Beck Anksiyete Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları

		Yeme		Zayıflıkla		
		Tutumu	Şişmanlık	Sosyal	Aşırı	
		Ölçeği	Kaygısı	Diyet	Baskı	uğraş
<b>Beck</b>	r	,395**	,261**	,161**	,207**	,166**
<b>Anksiyete</b>	p	0,000	0,000	0,003	0,000	0,002
<b>Ölçeği</b>	n	347	347	347	347	347

\*\* $p<.01$ , \* $p<.05$

Tabloda görüldüğü üzere Beck Anksiyete Ölçeği ile Yeme Tutumu Ölçeği ve Alt Boyutları arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan Spearman Korelasyon analizi sonucunda;

Beck anksiyete ölçeği toplam puanı ile yeme tutumu ölçeği puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.395$ ,  $p<.01$ ). Beck anksiyete puanları artıkça, yeme tutumları puanları artmaktadır.

Beck anksiyete ölçeği toplam puanı ile şişmanlık kaygısı alt boyutu puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.261$ ,  $p<.01$ ). Beck anksiyete puanları artıkça, şişmanlık kaygısı puanları artmaktadır.

Beck anksiyete ölçeği toplam puanı ile diyet alt boyutu puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.161$ ,  $p<.01$ ). Beck anksiyete puanları artıkça, diyet puanları artmaktadır.

Beck anksiyete ölçeği toplam puanı ile sosyal baskı alt boyutu puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.207$ ,  $p<.01$ ). Beck anksiyete puanları artıkça, sosyal baskı puanları artmaktadır.

Beck anksiyete ölçeği toplam puanı ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-.166$ ,  $p<.01$ ). Beck anksiyete puanları artıkça, zayıflıkla aşırı uğraş puanları artmaktadır.

**Tablo 4.14** Barratt Dürtüselliğın Yeme Tutumuna Etkisi

	$\beta$	Standart Hata	Beta	t	p	İkili r	Kısmi r
<b>(Sabit)</b>	1,898	0,299		6,338	0,000		
<b>Motor Dürtüsellik</b>	0,328	0,082	0,235	4,001	0,000	0,211	0,203
<b>Dikkat Dürtüsellik</b>	0,218	0,092	0,140	2,375	0,018	0,127	0,121
<b>Plan Yapamama</b>	-0,189	0,108	-0,089	-1,749	0,081	-0,094	-0,089

R=.333 R2=.111

F=14.308 p=.0.00

Tabloda görüldüğü üzere Barratt dürtüselliğın alt boyutu olan motor dürtüsellik, dikkat dürtüsellik, plan yapamama yeme tutumu anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir( $R=.333$ ,  $R^2=.111$ ,  $p<.01$ ).Adı geçen değişkenler birlikte

yeme tutumunun toplam varyansın yaklaşık %11'ini açıklamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına ( $\beta$ ) göre, yordayıcı değişkenlerin yeme tutumu üzerindeki görece önemi motor dürtüsellik, dikkat dürtüsellik, plan yapamamadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t- değeri sonuçları incelendiğinde ise motor dürtüsellik, dikkat dürtüsellik'in yeme tutumu üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Plan yapamamanın önemli bir etkiye sahip olmadığı görülmüştür.

**Tablo 4.15** Beck Anksiyetenin Yeme Tutumuna Etkisi

	$\beta$	Standart Hata	Beta	t	p	İkili r	Kısmi r
(Sabit)	1,850	0,097		19,128	0,000		
<b>Beck Anksiyete Ölçeği</b>	0,410	0,053	0,385	7,759	0,000	0,385	0,385
R=.385	R <sup>2</sup> =.149						
F=60.203	p=.0.00						

Beck Anksiyete toplam puanı ve Yeme Tutumu arasında anlamlı ilişkiler göstermektedir ( $R^2=.149$ ,  $p<.01$ ). Adı geçen değişkenle birlikte yeme tutumu varyansın sadece %15'ini açıklamaktadır.

Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t değeri sonuçları incelendiğinde Beck Anksiyetenin Yeme Tutumu üzerinde önemli(anlamlı) bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

**Tablo 4.16** Anne-Babaya Bağlanmanın Yeme Tutumuna Etkisi

	$\beta$	Standart Hata	Beta	t	p	İkili r	Kısmi r	R	R <sup>2</sup>	F	P
(Sabit)	3,730	0,277		13,476	0,000			.239	.057	10,410	.000
<b>Kabul/İlgi</b>	-0,109	0,066	-0,087	-1,649	0,100	-0,089	-0,086				
<b>Anne-Baba</b>											
<b>Kontrol/Aşırı Koruma</b>	-0,288	0,071	-0,213	-4,036	0,000	-0,213	-0,212				
<b>Anne-Baba</b>											

Tabloda görüldüğü üzere anne-babaya bağlanmanın alt boyutu olan kabul/ilgi, kontrol aşırı koruma yeme tutumu anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir ( $R=.239$ ,  $R^2=.057$ ,  $p<.0.01$ ). Adı geçen değişkenler birlikte yeme tutumunun toplam varyansın yaklaşık %6'sını açıklamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına ( $\beta$ ) göre, yordayıcı değişkenlerin yeme tutumu üzerindeki görece önemi kontrol/aşırı koruma, kabul/ilgidir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t- değeri sonuçları incelendiğinde ise kontrol/aşırı korumanın yeme tutumu üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Kabul/ilginin önemli bir etkiye sahip olmadığı görülmüştür.



## BEŞİNCİ BÖLÜM

### TARİTŞMA VE YORUM

#### 5.1. Yeme Tutumunun Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi

Katılımcıların yeme tutumları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık elde edilmiştir. Kadınların yeme tutumu puanları erkeklere oranla daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca yordayıcı etkilere bakıldığı zaman; cinsiyetin yeme tutumunu yordamakta olduğu görülmektedir. Bu duruma sebep olarak ergenlik çağındaki kız öğrencilerin beden algısının yine o çağıdaki erkek öğrencilere oranla daha fazla değişmesi ve metalaştırılan kadın bedeni üzerinden oluşturulan ideal vücut algısı ile kız öğrencilerin ergenlik çağında tanışması gösterilebilir. Bahsedilen ideal kadın ölçülerine ulaşabilmek adına ise kız öğrencilerin yeme tutumlarının büyük ölçüde değiştiği düşünülebilir. Katılımcıların şişmanlık kaygısı ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık elde edilmiştir. Kadınların şişmanlık kaygısının erkeklere oranla daha yüksek olduğu görülmektedir. Toplum zayıflık güzellik gibi özellikleri kadına atfederken, güçlülük kuvvetlilik gibi özellikleri erkeğe atfetmektedir. Güzellik kavramının kadınlar için zayıflıkla ilişkilendirilmesinde medyanın etkisi büyüktür. Kitle iletişim araçları yoluyla sunulan ideal beden tasarımlarından dolayı, bununla ilgili düşünce süreçlerinde bozulmalar olduğu yağlanma korkusunun gittikçe yaygınlaştığı, bu durumun da yeme bozukluğu görülme sıklığında artışa neden olduğu düşünülmektedir.<sup>196</sup> <sup>197</sup> Batıgün ve Utku yeme tutumları ile öfke arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre cinsiyet ile yeme tutumları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Kızların yeme tutumları puanları erkeklere oranla daha yüksek olduğu görülmüştür.<sup>198</sup> Çalışmamızın aksine Usta ve arkadaşları yaptıkları çalışmada yeme tutumlarını ve obsesif inanışları etkileyen faktörleri araştırmışlardır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre cinsiyetin yeme tutumları ile aralarında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.<sup>199</sup> Yapılan çalışmalar göstermektedir ki cinsiyet ile yeme tutumları arasındaki farklılık araştırmalara göre farklılık göstermektedir. Araştırmaların örneklem, yer ve zaman farklılığının etkili olduğunu düşünebiliriz.

<sup>196</sup> Başak Yücel, *Estetik bir kaygıdan hastalığa uzanan yol: yeme bozuklukları*, İlk Söz, İstanbul Tabip Odası Dergisi, 22(4), 2009, s.39-45.

<sup>197</sup> Zeliha Babayiğit vd., *Obez kadınlarda tıkanırmasına yeme bozukluğunun psikopatoloji ve bilişsel açıdan incelenmesi*, Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences, 33(4), 2013, s.1077-1087.

<sup>198</sup> Batıgün ve Utku a.g.e., s.65.

<sup>199</sup> Esra Usta vd., *Hemşirelik öğrencilerinin yeme tutumları ve obsesif-kompulsif belirtileri*, Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi, 2(2), 2015, s.187-197.

## 5.2. Yeme Tutumu İle Dürtüsellik Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Katılımcıların dürtüsellik düzeyi ile yeme tutumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Katılımcıların dürtüsellik düzeyi arttıkça, yeme tutumu artmaktadır. Katılımcıların dürtüsellik düzeyi ile şişmanlık kaygısı alt boyutu punı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Dürtüsellik düzeyi arttıkça, şişmanlık kaygısı puanları artmaktadır. Katılımcıların dürtüsellik düzeyi ile sosyal baskı alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Katılımcıların dürtüsellik düzeyi arttıkça, sosyal baskı puanları artmaktadır. Katılımcıların dürtüsellik düzeyi ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Katılımcıların dürtüsellik düzeyi arttıkça, zayıflıkla aşırı uğraş puanları artmaktadır. Motor dürtüsellik alt boyutu ile yeme tutumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Motor dürtüsellik arttıkça, yeme tutumu artmaktadır. Motor dürtüsellik alt boyutu ile şişmanlık kaygısı alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Motor dürtüsellik arttıkça, şişmanlık kaygısı artmaktadır. Motor dürtüsellik alt boyutu ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Motor dürtüsellik arttıkça, zayıflıkla aşırı uğraş artmaktadır. Dikkat dürtüsellik alt boyutu ile yeme tutumu ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Dikkat dürtüsellik arttıkça, yeme tutumu artmaktadır. Dikkat dürtüsellik alt boyutu ile şişmanlık kaygısı alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Dikkat dürtüsellik arttıkça, şişmanlık kaygısı artmaktadır. Dikkat dürtüsellik alt boyutu ile sosyal baskı alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Dikkat dürtüsellik arttıkça, sosyal baskı puanları artmaktadır. Dikkat dürtüsellik alt boyutu ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Dikkat dürtüsellik arttıkça, zayıflıkla aşırı uğraş artmaktadır. Normal kilolu bireylerde yeme davranışı üzerinde yapılan bazı çalışmalarda ise strese bağlı artan yeme davranışı ile dürtüsellik arasında bir ilişki saptanmamıştır.<sup>200</sup> Dürtüsellik ve obezite birlikteliği üzerine yapılmış çalışmalardan bir diğeri de yeme bozukluğu olanlarda dürtü kontrol bozukluklarını araştıran çalışmalardır. Avrupa ve Amerika'da çok merkezli yürütülen bir çalışmada yeme bozukluğu olan kadınlarda dürtü kontrol bozukluklarının görülme oranlarına bakılmıştır.<sup>201</sup> Annagür çalışmasında obezite ve dürtüsellik ile ilgili yaptığı araştırma sonucuna göre; yeme bozukluğu tanısı almış (bulimia nevroza, anoreksiya nevroza ve başka yerde sınıflandırılmayan yeme bozuklukları) yaşları 13-65 arası 709 kadın çalışmaya dâhil edilmiştir. Yaşam boyu dürtü kontrol bozuklukları sıklığına,

<sup>200</sup> Tatjana Van Strien ve Machteld Ouwens, *Effects of distress, alexithymia and impulsivity on eating*, Eating Behaviors, 8(2), 2007, s.251-257.

<sup>201</sup> Fernando Fernández-Aranda vd., *Impulse control disorders in women with eating disorders*, Psychiatry research, 157(1-3), 2008, s.147-157.

kişilik özelliklerine, dürtüsel özelliklerine, diğer psikiyatrik eş tanılarına bakılmış, yaşam boyu dürtü kontrol bozuklukları sıklığı %16.6 olarak saptanmış, en sık kompulsif satın alma (%11.8) rastlanırken ikinci sıklıkta kleptomani (%4.5) saptanmıştır.<sup>202</sup> Aytin çalışmasında ergenlerde yeme tutumları ve sorunlarla baş etme becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre yeme tutum puanları ile olumsuz sorun yönelimi, dürtüsel sorun çözme arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.<sup>203</sup> Yapılan çalışmalarda yeme bağımlılığı ve artmış dürtüsellik arasında da doğrudan bir ilişki var olduğu görülmektedir.<sup>204 205</sup> Yüksek dürtüsellik ve düşük dürtüsellik oranları içeren iki insan katılımcı grubu tek tip diyet tükümü açısından kıyaslanmış, ve beslenme alışkanlıkları arasında belirgin bir fark bulunamamışken, serbest tüketim ile çeşit fazlalığına ulaşım ile birlikte, yüksek dürtüsellik olan grup bağımlılık davranışı sergilemiştir.<sup>206</sup>

### 5.3. Yeme tutumu ile Anne Babaya Bağlanma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Anneye bağlanma ile yeme tutumu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Anneye bağlanma arttıkça, yeme tutumu azalmaktadır. Anneye bağlanma ile sosyal baskı alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Anneye bağlanma arttıkça, sosyal baskı azalmaktadır. Anneye bağlanma ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Anneye bağlanma arttıkça, zayıflıkla aşırı uğraş azalmaktadır. Kontrol/aşırı koruma-anne alt boyutu ile yeme tutumu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kontrol/aşırı koruma-anne arttıkça, yeme tutumu azalmaktadır. Kontrol/aşırı koruma-anne alt boyutu ile sosyal baskı alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kontrol/aşırı koruma-anne arttıkça, sosyal baskı azalmaktadır. Kontrol/aşırı koruma-anne alt boyutu ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kontrol/aşırı koruma-anne arttıkça, zayıflıkla aşırı uğraş azalmaktadır. Kabul/ilgi-anne alt boyutu ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kabul/ilgi koruma-anne arttıkça, zayıflıkla aşırı uğraş azalmaktadır. Babaya bağlanma ile yeme tutumu ölçeği arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Babaya bağlanma arttıkça, yeme tutumu azalmaktadır. Babaya bağlanma ile

<sup>202</sup> Bilge Burçak Annagür vd., *Obezitede Dürtüsellik ve Emosyonel Faktörler: Bir Ön Çalışma*, Noro-Psikiyatri Arsivi, 49(1), 2012, s.14.

<sup>203</sup> Nur Aytin, *Ergenlerde yeme tutumları ile sorun çözme eğilimleri ve ebeveyne bağlanma arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa, 2014, s.48 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>204</sup> Caroline Davis ve Jacqueline Carter, *Compulsive overeating as an addiction disorder. A review of theory and evidence*, Appetite, 53(1), 2009, s.1-8.

<sup>205</sup> Ashley Gearhardt vd., *The addiction potential of hyperpalatable foods*, Current drug abuse reviews, 4(3), 2011, s.140-145.

<sup>206</sup> Guerrieri vd., a.g.e., s.708.

şişmanlık kaygısı alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Babaya bağlanma artıkça, şişmanlık kaygısı azalmaktadır. Babaya bağlanma ile sosyal baskı alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Babaya bağlanma artıkça, sosyal baskı azalmaktadır. Babaya bağlanma ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Babaya bağlanma artıkça, zayıflıkla aşırı uğraş azalmaktadır. Kabul/ilgi-baba alt boyutu ile yeme tutumu ölçeği arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kabul/ilgi koruma-baba artıkça, yeme tutumu azalmaktadır. Kontrol/aşırı koruma-baba alt boyutu ile yeme tutumu ölçeği arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kontrol/aşırı koruma-anne artıkça, yeme tutumu azalmaktadır. Kontrol/aşırı koruma-baba alt boyutu ile şişmanlık kaygısı alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kontrol/aşırı koruma-baba artıkça, şişmanlık kaygısı azalmaktadır. Kontrol/aşırı koruma-baba alt boyutu ile sosyal baskı alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kontrol/aşırı koruma-baba artıkça, sosyal baskı azalmaktadır. Kontrol/aşırı koruma-baba alt boyutu ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kontrol/aşırı koruma-baba artıkça, zayıflıkla aşırı uğraş azalmaktadır. Turner ve arkadaşları tarafından yapılan araştırmada, katılımcılar gösterdikleri yeme bozukluğu patolojisine göre gruplara ayrılmıştır. Orta düzeyde yeme problemleri olan, vücut biçimi ve kilosuyla ilgili kaygıları olan, orta düzeyde yeme bozukluğu semptomları sergileyen grup olarak ifade edilen ilk gruptaki katılımcıların, endişeli/kararsız bağlanma özellikleri yüksek düzeyde görülmüştür.<sup>207</sup> Anoreksiya nervoza tanısı almış kadınlarda yapılan bir diğer çalışmada, bağlanma teorisi ile yeme bozukluğu tedavi sürecinin ilişkisi araştırılmış; kaçınan bağlanma özelliği gösteren anoreksiya nervoza tanısı almış kişilerde, tedaviyi sürdürme oranının, endişeli bağlanma özelliği gösteren anoreksiya nervosa tanısı almış kişilere göre daha az olduğu saptanmıştır.<sup>208</sup> Oral çalışmasında yeme tutum bozukluğu ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre bağlanma stilleri ile yeme tutumları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir.<sup>209</sup> Erzi çalışmasında Kız üniversite öğrencilerinin yeme tutumları ile yetişkin bağlanma stilleri arasındaki

---

<sup>207</sup> Hannah Turner vd., *An approach to sub-grouping the eating disorder population: Adding attachment and coping style*, European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association, 17(4), 2009, s.269-280.

<sup>208</sup> Giorgio Tasca vd., *An attachment insecurity model of negative affect among women seeking treatment for an eating disorder*, Eating Behaviors, 7(3), 2006, s.252-257.

<sup>209</sup> Nursen Oral, *Yeme tutum bozukluğu ile kişilerarası şemalar, bağlanma stilleri, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke arasındaki ilişkilerin incelenmesi*, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Uygulamalı Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara, 2006, s.121-128 (**Yayımlanmamış Doktora Tezi**).



ilişkiyi incelemiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre bağlanma stilleri ile yeme tutumları arasında anlamlı bir ilişki elde edilmemiştir.<sup>210</sup>

#### 5.4. Yeme Tutumu İle Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Anksiyete düzeyi ile yeme tutumu ölçeği puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Anksiyete düzeyi arttıkça, yeme tutumları puanları artmaktadır. Anksiyete düzeyi arttıkça, yeme tutumları puanları artmaktadır. Bu araştırmanın sonucuna bakılarak kişi yeme tutumunu bir kaçınma davranışı olarak edinebileceği düşünülebilir. Kişi kaygılı zamanlarında, bu kaygıyla baş etmek adına yeme davranışına sığınabilir. Anksiyete düzeyi ile şişmanlık kaygısı alt boyutu puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Anksiyete düzeyi arttıkça, şişmanlık kaygısı puanları artmaktadır. Anksiyete düzeyi ile diyet alt boyutu puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Anksiyete düzeyi arttıkça, diyet puanları artmaktadır. Anksiyete düzeyi ile sosyal baskı alt boyutu puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Anksiyete düzeyi arttıkça, sosyal baskı puanları artmaktadır. Anksiyete düzeyi ile zayıflıkla aşırı uğraş alt boyutu puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Anksiyete düzeyi arttıkça, zayıflıkla aşırı uğraş puanları artmaktadır. Yeme bozukluklarının etiolojisinde ve sürdürümünde anksiyeteyi azaltmanın önemli bir rolü olduğu bilinmektedir. Örneğin; anksiyeteyi azaltma modelinde kusmanın bulimikler için bir "kaçış" cevabı olduğu, "yasak yiyeceklerle" tetiklenen vücut şekli ve kilo hakkındaki anksiyeteyi azalttığı ileri sürülmektedir.<sup>211</sup> Çelikel ve arkadaşları yaptıkları çalışmada obsesif kompulsif bozukluk hastalarında yeme tutumlarını araştırmışlardır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre obsesif kompulsif bozukluğu olan hastalarda beden kitle indeksi ve yeme tutumları puanlarının kontrol grubuna oranla anlamlı düzeyde daha yüksek bulunduğu görülmektedir.<sup>212</sup> Vardar ve Erzenin yaptıkları çalışmada ergen bireylerde yeme bozuklukları ile psikiyatrik eş tanıları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre majör depresyon, yaygın anksiyete bozukluğu ve sosyal fobi, yeme bozukluğu olgularında daha sık olarak görülen eş tanı olduğu görülmektedir.<sup>213</sup> Hudson ve arkadaşları yaptıkları çalışmada yeme bozukluğuna yaygın anksiyete bozukluğunun eş tanı olduğu görülmektedir.<sup>214</sup>

---

<sup>210</sup> Erzi, a.g.e., s.78.

<sup>211</sup> Gül Özsoylar vd., *Panik Bozukluğu ve Obsesif Kompulsif Bozukluk Hastalarının Yeme Tutumları Açısından Karşılaştırılması*, Klinik Psikiyatri Dergisi, 11(1), 2008, s.17-24

<sup>212</sup> Feryal Çelikel Çam vd., *Obsesif Kompulsif Bozukluk Hastalarında Yeme Tutumu*, Noro-Psikiyatri Arsivi, 46(3), 2009, s.86.

<sup>213</sup> Erdal Vardar ve Mücadele Erzenin, *Ergenlerde yeme bozukluklarının yaygınlığı ve psikiyatrik eş tanıları iki aşamalı toplum merkezli bir çalışma*, Türk Psikiyatri Dergisi, 22(4), 2011, s.205-212.

<sup>214</sup> James Hudson vd., *The prevalence and correlates of eating disorders in the National Comorbidity Survey Replication*, Biological psychiatry, 61(3), 2007, s.348-358.

## ÖNERİLER

- Ergenlerde yeme tutumunun cinsiyet ile ilişkisinden elde ettiğimiz sonuçlara göre kız ve erkek katılımcılar arasında yeme tutumu farklı olduğunu, kızların daha sorunlu bir profil gösterdiği görülmektedir.
- Yeme tutumu ile dürtüsellik toplam ve alt puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu, dürtüsellik düzeyi yüksek olan bireylerin yeme tutumu açısından daha sorunlu olduğu görülmektedir.
- Ergenlerde yeme tutumu ile anne baba kilo değişkeni ile ilişkisinden elde ettiğimiz sonuçlara göre anne babası kilolu olan katılımcıların yeme tutumları üzerinde önemli bir rol oynadığı görülmektedir.
- Yeme tutumu ile anne babaya bağlanma toplam ve alt puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu, anne babaya bağlanma düzeyi arttıkça katılımcıların yeme tutumlarının azalmakta olduğu görülmektedir.
- Yeme tutumu ile kaygı düzeyi değişkeni ile ilişkisi arasında anlamlı bir ilişki olduğu, kaygı düzeyi yüksek olan katılımcıların yeme tutumu açısından sorunlu bir profil gösterdikleri görülmektedir.

Yapılan bu araştırmada ergenlerdeki yem tutumunu anlamak, onlara sağlıklı davranışları pekiştirmek için gereken bazı faktörler incelemiştir ve bu anlamda ışık tutacağına inanıyoruz, ancak bu konuda daha ileri araştırmalar yapılması gerekli olduğu düşünülmektedir.

## KAYNAKÇA

### KİTAPLAR

- AİNSWORTH Marry, Infancy in Uganda: Infant care and the growth of love, Baltimore: Johns Hopkins University Press, 1967.
- AİNSWORTH Marry, Patterns of Attachment: A Psychological Study Of The Strange Solution, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1978
- AİNSWORTH Mary, Attachment as related to motherinfant interaction, In J. S. Rosenblatt, R. A. Hinde, C. Beer, & M. Busnel (Eds.), Advances in the study of behavior (Vol. 9), Wiley, New York, 1979
- AKIŞ Yasemin, Soren Kierkegaard'da kaygı kavramı, Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 2014
- AKYÜZ Gamze, Yeme bozukluklarında psikoanalitik açıklamalar, Ege Psikiyatri Sürekli Yayınları, İzmir, 1999.
- Amerikan Psikiyatri Birliği, Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı, Çev. Ertuğrul Köroğlu, Hekimler Yayın Birliği, Ankara
- ARKONAÇ Sibel, Sosyal psikolojide insanları anlamak: Deneysel ve eleştirel yaklaşımlar, Nobel Yayın Dağıtım, İstanbul, 2008.
- ARNOW Bruce, Bulimiya Nervozanın Bilişsel-Davranışçı Terapisi, Çev. Rosita Kastro, 1. Basım, Prestij Yayınları, İstanbul, 2008, s.139-178
- BAŞAK Yücel, Psikiyatri, Ed: Baral Kulaksızoğlu, İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi Yayınları, İstanbul, 2009, s.191.
- BERKSUN Oğuz, Anksiyete ve anksiyete bozuklukları, Turgut Yayınevi, İstanbul, 2003.
- BOWLBY John, A Secure Base: Parent-Child Attachment And Healthy Human Development, Basic Books, New York, 1988.
- BOWLBY John, Attachment and Loss, Vol.1 Attachment, Hogarth Press, Londra, 1969.
- BOWLBY John, Attachment and loss: Attachment, Basic Books, New York, 1969.
- BRISMAN Judit, Psikodinamik Psikoterpi ve Eylem Odaklı Teknik, Çev. Rosita Kastro, 1. Basım, Prestij Yayınları, İstanbul, 2008, s.69-108
- BUDAK Selçuk, Psikoloji sözlüğü, Bilim ve Sanat Yayınevi, Ankara, 2000, s.437.
- CÜCELOĞLU Doğan, İnsan Ve Davranışı, Remzi Kitapevi, 11. Baskı, İstanbul, 2006.
- ERTAN Turan, Psikiyatrik Bozuklukların Epidemiyolojisi, Türkiye'de Sık Karşılaşılan Psikiyatrik Hastalıklar Sempozyum Dizisi, 62, 2008.
- GEÇTAN Engin, Psikanaliz ve sonrası, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2000.

KARAHAN Fikret ve Sardoğan Mehmet, Psikolojik danışma kuramları, Birsen Yayınevi, İstanbul, 1994.

KÖKNEL Özcan, Kaygıdan mutluluğa kişilik, Altın Kitap Yayınları, İstanbul, 1985.

Psikiyatri Derneği Yayınları, Ankara, 2013.

MANER Fulya, Yeme Bozuklukları, Psikiyatri Dünyası, 5, 2001.

MÜFTÜOĞLU Osman, Hafifleyin Gençleşin, Doğan Kitapçılık AŞ, İstanbul, 2004.

ÖNER Necla, Türkiye’de Kullanılan Psikolojik Testler, Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, İstanbul, 2008.

SİNİRLİOĞLU Ertaş, Yeme bozuklukları: anoreksiya, bulimia ve diğerleri, Timaş Yayınları, İstanbul, 2006.

SOYGÜT Gonca, Bilişsel tedavide kişilerarası süreçler: kişilerarası şemalar, terapötik ittifak ve terapötik ittifakta bozulma, Bilişsel-davranışçı terapiler içinde. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 2003.

TÜKEL Raşit, Yalnızlık üzerine notlar, Bağlam Yayınları, İstanbul, 2001.

YÜCEL Başak, Yeme bozuklukları ve obezite tanı ve tedavi kitabı, 1.Baskı, Türkiye ZİYALAR Adnan, Erişkin Psikopatolojisi, Yüve Yayın Dağıtım, İstanbul, 2006.

#### **MAKALELER**

AINSWORTH Marry ve BELL Silvia, Attachment, exploration and separation: illustrated by the behaviour of one – year olds in strange situation, Child Development, 41,(1), 1970, s. 49-67

AINSWORTH Marry, Object Relations, Dependency And Attachment: A Theoretical Review Of The Infant-Mother Relationship, Child Development, 40(4), 1969, s.969-1025.

AINSWORTH Marry, The personal origins of attachment theory, An interview with Mary Salter Ainsworth. Interview by Peter L. Rudnytsky. Psychoanal Study Child, 52, 1997, s.386

ALPASLAN Ahmet Hamdi, KOÇAK Uğur, AVCI Kadriye, TAŞ Hanife Uzel, The association between internet addiction and disordered eating attitudes among Turkish high school students, Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity, 20(4), 2015, s.441-448.

ANNAGÜR Bilge Burçak, ORHAN Fatma, ÖZER Ali, Obezitede Dürtüsellik ve Emosyonel Faktörler: Bir Ön Çalışma, Noro-Psikoloji Arsivi, 49(1), 2012, s.14.

ARNOW Bruce, JUSTİN Kenardy, STEWART Agras, Binge eating among the obese: A descriptive study, Journal of behavioral medicine, 15(2), 1992, s.155-170.

BABAYİĞİT Zeliha, ALÇALAR Nilüfer, BAHADIR Güler, Obez kadınlarda tıkanırcasına yeme bozukluğunun psikopatoloji ve bilişsel açıdan incelenmesi, *Turkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*, 33(4), 2013, s.1077-1087.

BARKER Marry, WILMAN Christine, BARKER Donald, Behaviour, body composition and diet in adolescent girls, *Appetite*, 35(2), 2000, s.161-170.

BARRATT Ernest S. ve PATTON Jim, Factor structure of the Barratt impulsiveness scale, *Journal of clinical psychology*, 51(6), 1995, s.768-774.

BARRETT Paula, RAPEE Ronald, DADDS Mark, Family enhancement of cognitive style in anxious and aggressive children, *Journal of abnormal child psychology*, 24(2), 1996, s.187-203.

BARTHOLOMEW Kim ve HOROWITZ Leonard M., Attachment styles among young adults: a test of a four-category model, *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 1991, s.226-241.

BATIGÜN Aysegül Durak ve UTKU Çisem, Bir grup gençte yeme tutumu ve öfke arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 2006, s.65.

BOWLBY John, The Making And Breaking Of Affective Bonds: Aetiology And Psychopathology In The Light Of Attachment Theory, *British Journal Of Psychiatry*, 130(3), 1977, s.201-210.

BRAUN Devra, R. SUNDAY, K. A. HALMI, Psychiatric comorbidity in patients with eating disorders, *Psychological medicine*, 24(4), 1994, s.859-867.

BREHERTON Inge, The Origins Of Attachment Theory: John Bowlby And Mary Ainsworth, *Development Psychology*, (28), 1992, s.759-775.

BROBERG Anders, INGRİD Hjalms, LAURİ Nevenen, Eating disorders, attachment and interpersonal difficulties: a comparison between 18-to 24-year-old patients and normal controls, *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association*, 9(6), 2001, s.381-396.

BULIK Cynthia, REBA Lauren, SIENGA-RİZ Anna Marie, Reichborn-Kjennerud Ted, Anorexia nervosa: definition, epidemiology, and cycle of risk, *International Journal of Eating Disorders*, 37(1), 2005 s.2-9.

BUTTON Erick, BARKE Sonuga, THOMPSON Davies, A prospective study of self-esteem in the prediction of eating problems in adolescent schoolgirls: Questionnaire findings, *British Journal of Clinical Psychology* 35(2), 1996, s.193-203.

CASSIDY Jude, Child-mother attachment and the self in six-year-olds, *Child development*, 1988.

COOPER Lynne, SHAVER Phillip R., COLLINS Nancy L., Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence, *Journal of personality and social psychology*, 74(5), 1998, s.1380.

CORDERO Elizabeth ve ISRAEL Tania, Parents as protective factors in eating problems of college women, *Eating Disorders*, 17(2), 2009, s.146-161.

CORTESE Samuele, ANGRIMAN Marco, MAFFEIS, Claudio, Attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD) and obesity: a systematic review of the literature, *Critical reviews in food science and nutrition*, 48(6), 2008, s.524-537.

ÇELİKEL Feryal Cam, BİNGÖL Tülay, YILDIRIM Duygu, TEL Havva, ERKORKMAZ Ünal, Obsesif kompulsif bozukluk hastalarında yeme tutumu, *Archives of Neuropsychiatry*, 46(3), 2009, s.86-91.

ÇELİKEL Feryal Cam, CUMURCU Birgül, KOÇ Medine, ETİKAN İlker, YÜCEL Başak, Psychologic correlates of eating attitudes in Turkish female college students, *Comprehensive psychiatry*, 49(2), 2008, s.188-194.

ÇOBAN Aysel Esen ve KARAMAN Neslihan Güney, Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk, kaygı ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar, *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmaları*, 2(2), 2013, s.78-88.

DAVIS Caroline ve CARTER Jacqueline, Compulsive overeating as an addiction disorder. A review of theory and evidence, *Appetite*, 53(1), 2009, s.1-8.

DEVECİ Ester, DOKSAT Nesrim Güvendeğer, YEKTAŞ Çiğdem, DOKSAT Kerem, Üniversite Öğrencisi Kızların Yeme Tutumlarının Duygudurum Bozukluğu İle İlişkisi, *Anatolian Clinic the Journal of Medical Sciences*, 21(2), 2016, s.129-134.

DUNKLEY Tracy, ELEANOR H. Wertheim, SUSAN J. Paxton, Examination of a model of multiple sociocultural influences on adolescent girls' body dissatisfaction and dietary restraint, *Adolescence*, 36(142), 2001, s.265.

DURAN Songül, ERGÜN Sibel, ÇALIŞKAN Türkan, KARADAŞ Ayşe, Hemşirelik öğrencilerinin yeme tutumları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki, *Sted*, 25, 2016, s.6-12.

ENDLER Norman ve KOCOVSKI Nancy, State and trait anxiety revisited, *Journal of anxiety disorders*, 15(3), 2001, s.231-245.

ENG Winnie, HEIMBERG Richard, TREVOR Hart, Attachment in individuals with social anxiety disorder: the relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression, *Emotion*, 1(4), 2001, s.365.

EPKINS Catherine, Cognitive specificity and affective confounding in social anxiety and dysphoria in children, *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 18(1), 1996, s.83-101.

EVENDEN John, Varieties of impulsivity, *Psychopharmacology*, 146(4), 1999, s.348-361.

FAIRBURN Christopher ve HARRISON PJ, Eating disorders, *The Lancet* 361, 2003, s.361

FERNÁNDEZ-ARANDA Fernando, THORNTRON Laura, BERRETTINI Wade, Impulse control disorders in women with eating disorders, *Psychiatry research*, 157(1-3), 2008, s.147-157.

FOX Claudine ve HAWTON Keith, *Deliberate self-harm in adolescence*, Jessica Kingsley Publishers, 2004, s.17-24

GARNER David ve GARFINKEL Paul, The Eating Attitudes Test: An index of the symptoms of anorexia nervosa, *Psychological medicine*, 9(2), 1979, s.273-279.

GEARHARDT Ashley, CAROLINE Davis, Kushner Rachel, The addiction potential of hyperpalatable foods, *Current drug abuse reviews*, 4(3), 2011, s.140-145.

GUERRIERI Ramona, NEDERKOORN Chantal, ANITE Jansen, The interaction between impulsivity and a varied food environment: its influence on food intake and overweight, *International Journal of Obesity*, 32(4), 2008, s.708.

GUERRIERI Ramona, NEDERKOORN Chantal, JANSEN Anita, How impulsiveness and variety influence food intake in a sample of healthy women, *Appetite*, 48(1), 2007, s.119-122.

GUERRIERI Ramona, NEDERKOORN Chantal, SHROOTEN Martien, Inducing impulsivity leads high and low restrained eaters into overeating, whereas current dieters stick to their diet, *Appetite*, 53(1), 2009, s.93-100.

GÜLEÇ Hüseyin, TAMAM Lut, Güleç MEDİNE Yazıcı, Psychometric properties of the Turkish version of the Barratt Impulsiveness Scale-11, *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 18(4), 2008, s.251-258.

GVION Yari ve APTER Alan, Aggression, impulsivity, and suicide behavior: a review of the literature, *Archives of Suicide Research*, 15(2), 2011, s.93-112.

HAMILTON Claire, Continuity and discontinuity of attachment from infancy through adolescence, *Child development*, 71(3), 2000, s.690-694.

HATANO Giyoo ve İNAGAKİ Kayoko *Affective Minds*, Usa: Elsevier Health Sciences, 2000, s.40.

HAWTON Keith ve JAMES Anthony, Suicide and deliberate self harm in young people, *Bmj*, 330.7496, 2005, s.891-894.

HAWTON Keith, SAUNDERS Kate, O'Connor Rory, Self-harm and suicide in adolescents, *The Lancet*, 379.9834, 2012, s.2373-2382.

HERZOG David, KELLER Martin, SACKS Natalie, Psychiatric comorbidity in treatment-seeking anorexics and bulimics, *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 31(5), 1992, s.810-818.

HOLLANDER Eric ve EVERS Martin, New developments in impulsivity, *The Lancet*, 358.928, 2001, s.949-950.

HORCAJADAS Arias, ROMERO Sanchez, GORGOJÓ Martinez, Clinical differences between morbid obese patients with and without binge eating, *Actas espanolas de psiquiatria*, 34(6), 2006, s.362-370.

HUDSON James, HİRİPİ Eva, POPE Harrison, The prevalence and correlates of eating disorders in the National Comorbidity Survey Replication, *Biological psychiatry*, 61(3), 2007, s.348-358.

KADIOĞLU Merve ve ERGÜN Ayşe, Üniversite öğrencilerinin yeme tutumu, öz-etkililik ve etkileyen faktörler, *Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 5(2), 2015, s.96-104.

KATZMARZYK Peter, PERUSSE Louis, BOUCHARD Claude, Familial risk of obesity and central adipose tissue distribution in the general Canadian population, *American journal of epidemiology*, 149(10), 1999, s.933-942.

KEILP John, HAROLD A. Sackeim, and J. John MANN, Correlates of trait impulsiveness in performance measures and neuropsychological tests, *Psychiatry research*, 135(3), 2005, s.191-201.

KESKİN Gülseren ve ÇAM Olcay, Ergenlerin ruhsal durumları ve anne baba tutumları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Anadolu psikiyatri dergisi*, 9(3), 2008, s.139.

KING Lisa ve HARTER Susan, Sociocultural values of appearance and attachment processes: An integrated model of eating disorder symptomatology, *Eating Behaviors*, 7(2), 2006, s.134-151.

KINGSBURY Stephen, HAWTON Keith, Steinhard Karen, Do adolescents who take overdoses have specific psychological characteristics? A comparative study with psychiatric and community controls, *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 38(9), 1999, s.1125-1131.

165.

KUTLU Ömer, Ergenlerin üniversite sınavına ilişkin kaygıları, *Eğitim ve Bilim*, 26(121), 2001, s.12-23

LEYTON Marco, OKAZAWA Hidehiko, DİKSİC Mirko, Brain regional  $\alpha$ -[11C] methyl-L-tryptophan trapping in impulsive subjects with borderline personality disorder, *American Journal of Psychiatry*, 158(5), 2001, s.775-782.



LOTH Katie, VAN DEN Berg Patricia, EISENBERG, Marla, Stressful life events and disordered eating behaviors: Findings from Project EAT, *Journal of Adolescent Health*, 43(5), 2008, s.514-516.

LUTKENHAUS Paul, GROSSMANN Klaus, GROSSMANN Karin, Infant-mother attachment at twelve months and style of interaction with a stranger at the age of three years, *Child Development*, 1985, s.1538-1542.

MCKEOWN Robert, GARRISON Carol, CUFFE Steven, Incidence and predictors of suicidal behaviors in a longitudinal sample of young adolescents, *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 37(6), 1998, s.612-619.

MOELLER Gerard, BARRATT Ernest, DOUGHERTY Donald, Psychiatric aspects of impulsivity, *American journal of psychiatry*, 158(11), 2001, s.1783-1793.

MUSAIGER Abdulrahman, FATİMA O. Nabag, MARIAM Al-Mannai Obesity, dietary habits, and sedentary behaviors among adolescents in Sudan: alarming risk factors for chronic diseases in a poor country, *Food and nutrition bulletin*, 37(1), 2016, s.65-72.

NEDERKOORN Chantal, ANİTA Jensen, MULKENS Simone, Impulsivity predicts treatment outcome in obese children, *Behaviour research and therapy*, 45(5), 2007, s.1071-1075.

NEDERKOORN Chantal, GUERRIERI Ramona, JANSEN Anita, The interactive effect of hunger and impulsivity on food intake and purchase in a virtual süpermarket, *International journal of obesity*, 33(8), 2009, s.905.

NEUMARK-SZTAINER Dianne, WALL Melaine, STORY Mary, Are family meal patterns associated with disordered eating behaviors among adolescents?, *Journal of adolescent health*, 35(5), 2004, s.350-359.

O'BRIEN Karina ve VİNCENT Norah, Psychiatric comorbidity in anorexia and bulimia nervosa: nature, prevalence, and causal relationships, *Clinical psychology review*, 23(1), 2003, s.57-74.

O'DEA Jennifer, ABRAHAM S., HEARD R., Food habits, body image and weight control practices of young male and female adolescents, *Australian Journal of Nutrition and Dietetics*, *Australian journal of nutrition and dietetics*, 1996,

OQUENDO Maria ve MANN John, The biology of impulsivity and suicidality, *Psychiatric Clinics of North America*, 23(1), 2000, s.11-25.

ORAL Nursen ve ŞAHİN Nesrin Hisli, Yeme Tutum Bozukluğunun Kişilerarası Şemalar, Bağlanma, Kişilerarası İlişki Tarzları ve Öfke ile İlişkisi, *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(62), 2008, s.37-48.

OWENS Linda, TONDA Hughes, DAWN Owens-Nicholson, The effects of sexual orientation on body image and attitudes about eating and weight, *Journal of Lesbian Studies*, 7(1), 2002, s.15-33.

ÖRSEL Sibel, CANPOLAT Işık, AKDEMİR Asena, ÖZBAY Haluk Diyet Yapan ve Yapmayan Ergenlerin Kendilik Algısı, Beden İmajı ve Beden Kitle İndeksi Açısından Karşılaştırılması, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 15(1), 2004, s.11.

ÖZBARAN Bildik, Bağlanmanın Nörobiyolojisi, *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 13, 2006.

ÖZER Samet, BOZKURT Hasan, SÖNMEZGÖZ Ergün, BİLGE Serap, YILMAZ Resul, DEMİR Osman, Obezite Tanılı Çocuklarda Yeme Davranışının Değerlendirilmesi, *Çocuk Dergisi*, 14(2), 2014, s.66-71.

ÖZMEN Dilek, ÇETİNKAYA Aynur, ERGİN Dilek, Lise öğrencilerinin yeme alışkanlıkları ve beden ağırlığını denetleme davranışları, *TSK koruyucu hekimlik bülteni*, 6(2), 2007, s.98-105.

ÖZSOYLAR Gül, SAYIN Aslıhan, CANDANSAYAR Selçuk, Panik Bozukluğu ve Obsesif Kompulsif Bozukluk Hastalarının Yeme Tutumları Açısından Karşılaştırılması, *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 11(1), 2008, s.17-24

ÖZTÜRK Abdulkadir, Sorumluluk tutumu ve aileden algılanan sosyal desteğin sosyal kaygıyı yordamadaki rolü, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29 (3), 2014, s.137-152

ÖZUSTA Şeniz, Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, *Türk Psikoloji Dergisi*, 34 (10), 1995, s.32-44.

PARK Kathryn ve WATERS Everett, Security of attachment and preschool friendships, *Child development*, 1989, s.1076-1081.

PARKER Gordon, TUPLİNG Hilary, BROWN Laurance, A parental bonding instrument. *Br J Med Psychol*, 52, 1979,1-10.

PEARLMAN Ellen, The Etiology of Eating Disorders From an Attachment Theory Perspective, *Psychoanalytic Review*, 92 (2), 2005, s.223-236.

PEARSON Carolyn, MİLLER Jonathan, ACKARD Diann, LOTH Katie, Stability And Change in Patterns of Eating Disorder Symptoms From Adolescence to Young Adulthood, *International Journal of Eating Disorders*, 50, 2017, s.748-757,

PEKCAN Gülden, Adolesan döneminde beslenme, *Klinik Çocuk Forumu*, 4(1), 2004, s.38-47.

POLAT Abdurrahman, Bir grup üniversite öğrencisinde yeme davranışı özellikleri: Bir ön çalışma, *Nöropsikiyatri Arşivi*, C 42, 2005, s.1-4.

POWER Yuri, LORENA Power, and MARÍA Beatriz Canadas, Low socioeconomic status predicts abnormal eating attitudes in Latin American female adolescents, *Eating Disorders*, 16(2), 2008, s.136-145.

PRATT Elizabeth, TELCH Christy, LABOUVIE Erich, Perfectionism in women with binge eating disorder, *International Journal of Eating Disorders*, 29(2), 2001, s.177-186.

REED Lee ve R. A. PRICE, Familial risk ratios for extreme obesity: implications for mapping human obesity genes, *International journal of obesity*, 21(10), 1997, s.935.

ROBBINS Trevor, Chemistry of the mind: neurochemical modulation of prefrontal cortical function, *Journal of Comparative Neurology*, 493(1), 2005, s.140-146.

ROSENSTEIN Diana ve HOROWITZ Harvey, Adolescent attachment and psychopathology, *Journal of consulting and clinical psychology*, 64(2), 1996, s.244.

ROSVALL Lindsay, STEIGER Howard, BRUCE Kenneth, Impulsivity in women with eating disorders: problem of response inhibition, planning, or attention?, *International Journal of Eating Disorders*, 39(7), 2006, s.590-593.

SAFRAN Jeremy, Towards a refinement of cognitive therapy in light of interpersonal theory: I. Theory, *Clinical Psychology Review*, 10(1), 1990, s.87-105.

SANSONE Randy, WIEDERMAN Michael, MONTEITH Doug, Obesity, borderline personality symptomatology, and body image among women in a psychiatric outpatient setting, *International Journal of Eating Disorders*, 29(1), 2001, s.76-79.

SAVAŞIR Işık ve EROL Neşe, Yeme Tutum Testi: Anoreksiya nervoza belirtileri indeksi, *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 1989, s.19-25.

SCHUCKIT Marc, JAYSON Tipp, Anthelli Robert, Bucholz Kathleen, Anorexia nervosa and bulimia nervosa in alcohol-dependent men and women and their relatives, *The American journal of psychiatry*, 1996, s.74-82

SEROCZYNSKI Alesha, C. S. BERGEMAN, Emil F. COCCARO, Etiology of the impulsivity/aggression relationship: genes or environment?, *Psychiatry research*, 86(1), 1999, s.41-57.

SEVEN Serdal ve AYTAR Abide Güngör, Tamamlanmamış Oyuncak Bebek Ailesi Hikâyeleri Ölçeği'nin Türk Çocuklarına Uyarlanması, *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 10(1), 2010, s.489.

SHAFRAN Roz ve ROBINSON Paul, Thought-shape fusion in eating disorders, *British Journal of Clinical Psychology*, 43(4), 2004, s.399-408.

SHARPE Tamara, KILLEN Joel, BRYSON Susan, Attachment style and weight concerns in preadolescent and adolescent girls, *International journal of eating disorders*, 23(1), 1998, s.39-44.

SPIELBERGER Charles, State-Trait anxiety inventory, The Corsini encyclopedia of psychology, 2010, s.1-13.

STEIN Murray ve WALKER John, Triumph Over Shyness, McGraw-Hill Professional Publishing, 2001.

STRAKOWSKI Stephen, FLECK David, DELBELLO Melissa, ADLER Caleb, Characterizing impulsivity in mania, Bipolar Disorders, 11(1), 2009, s.41-51.

TANER Yasemin Işık ve AYSEV Ayla, Çocuk Ve Ergen Ruh Sağlığı Ve Hastalıkları, Golden Print, İstanbul, 2007, s.719-726.

TANRIVERDİ Derya, SAVAŞ Esen, KURDAL Ebru, Lise öğrencilerinin yeme tutumları, yeme davranışları ve benlik saygılarının incelenmesi, Gaziantep Tıp Dergisi, 17(1), 2011, s.33-39.

TASCA Giorgio, KOWAL John, BALFOUR Louise, An attachment insecurity model of negative affect among women seeking treatment for an eating disorder, Eating Behaviors, 7(3), 2006, s.252-257.

TAŞDEMİR Cahit, Ortaokul öğrencilerinin matematik kaygı düzeylerinin incelenmesi, Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi, 5(1), 2015, s.1-12.

TOKER Dilek Ertuğ ve HOCAOĞLU Çiçek, Yeme bozuklukları ve aile yapısı: bir gözden geçirme, Düşünen Adam, 22(1-4), 2009, s.36-42.

TOZZI Federica, SULLIVAN Patrick, FEAR Jennifer, MCKENZIE Jan, Causes and recovery in anorexia nervosa: The patient's perspective, International Journal of Eating Disorders, 33(2), 2003, s.143-154.

TURNER Hannah, RACHEL Bryant-Waugh, and ROBERT Peveler, An approach to sub-grouping the eating disorder population: Adding attachment and coping style, European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association, 17(4), 2009, s.269-280.

ULAŞ Bircan, UNCU Fatoş, ÜNER Sarp, Sağlık yüksekokulu öğrencilerinde olası yeme bozukluğu sıklığı ve etkileyen faktörler, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 2(2), 2013, s.15-22.

USKUN Ersin ve ŞABAPLI Ayşe, Lise Öğrencilerinin Beden Algıları ile Yeme Tutumları Arasındaki İlişki, TAF Preventive Medicine Bulletin, 12(5), 2013, s.519-528

USTA Esra, SAĞLAM Elvan, ŞEN Sevim, Hemşirelik öğrencilerinin yeme tutumları ve obsesif-kompulsif belirtileri, Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi, 2(2), 2015, s.187-197.

ÜNGÜREN Engin ve EHTİYAR Rüya, Türk ve Alman Öğrencilerin Umutsuzluk Düzeylerinin Karşılaştırılması ve Umutsuzluk Düzeylerini Etkileyen Faktörlerin

Belirlenmesi: Turizm Eğitimi Alan Öğrenciler Üzerinde Bir Araştırma, Journal of Yasar University, 4 (14), 2009, s.2093-2127

Van Gaalen Marcel, VAN KOTEN Reinout, SCHOFFELMEER Anton, Critical involvement of dopaminergic neurotransmission in impulsive decision making, Biological psychiatry, 60(1), 2006, s.66-73.

VAN STRIEN Tatjana ve OUWENS Machteld, Effects of distress, alexithymia and impulsivity on eating, Eating Behaviors, 8(2), 2007, s.251-257.

VARDAR Erdal ve ERZENGİN Mücadele, Ergenlerde yeme bozukluklarının yaygınlığı ve psikiyatrik eş tanıları iki aşamalı toplum merkezli bir çalışma, Türk Psikiyatri Dergisi, 22(4), 2011, s.205-212.

VERDEJO-GARCÍA Antonio, ANDREW J. Lawrence, and LUKE Clark, Impulsivity as a vulnerability marker for substance-use disorders: review of findings from high-risk research, problem gamblers and genetic association studies, Neuroscience & Biobehavioral Reviews, 32(4), 2008, s.777-810.

WARD Anne, ROSALİND Ramsay, JANET Treasure, Attachment research in eating disorders, British Journal of Medical Psychology, 73(1), 2000, s.35-51.

WHITE Sabina, JOCELYN B. Reynolds-Malear, ELİZABETH Cordero, Disordered eating and the use of unhealthy weight control methods in college students: 1995, 2002, and 2008, Eating disorders, 19(4), 2011, s.323-334.

WINSLOW James, SHAPİRO Lawrance, CARTER Sue, Oxytocin and complex social behavior: species comparisons, Psychopharmacology Bulletin, 1993, s.409-414.

WORLD HEALTH ORGANİZATİON, Adolescent Health & Development Programme Family & Reproductive Health, 1997.

YAPICIOĞLU Bekir, KAVAKCI Önder, GÜLER Ayşegül, Semiz Murat, Doğan Orhan, Sivas il merkezinde erişkin dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğunun yaygınlığı ve eşlik eden eksen-I, eksen-II tanıları, Anadolu Psikiyatri Dergisi, 12, 2011, s.177-184.

YAZICI Kemal ve ERTEKİN Aylin Yazici, Dürtüselliğin Nöroanatomik ve Nörokimyasal Temelleri/Neuroanatomical and Neurochemical Basis of Impulsivity, Psikiyatride Guncel Yaklasimler, 2(2), 2010, s.254.

YEOMANS Martin, LEİTCH Margaret, SİROUS Mobini, Impulsivity is associated with the disinhibition but not restraint factor from the Three Factor Eating Questionnaire, Appetite, 50(2-3), 2008, s.469-476.

YÜCEL Başak, Estetik bir kaygıdan hastalığa uzanan yol: yeme bozuklukları, İlk Söz, İstanbul Tabip Odası Dergisi, 22(4), 2009, s.39-45.

YILMAZ İbrahim Alpay, Üniversite öğrencilerinin kaygı düzeyinin belirlenmesi: bir örnek çalışma, Ejoboc (Electronic Journal of Vocational Colleges), 4(4), 2014, s.16-26.

## TEZLER

AKARÇEŞME Cengiz, Voleybolda Müsabaka Öncesi Durumluk Kaygı İle Performans Ölçütleri Arasındaki İlişki, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara, 2004, s.54-62 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

AKDAĞ Senem Turan, Ergenlerin Bağlanma Stilleri İle Ebeveynlerinin Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki, Akdeniz Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Antalya, 2011 **(Tıpta Uzmanlık Tezi)**.

AKSEKİLİ Elif, 60 Ay ve Üzeri Okul Öncesi Eğitim Alan Çocukların Bağlanma Stillерinin, Ahlaki Ve Sosyal Kural Algısı Ve Sosyal Davranışları İle İlişkinin İncelenmesi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Okul Öncesi Eğitimi Anabilim Dalı, Ankara, 2017 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

ARSLAN Çiğdem, Üniversite öğrencilerinin sürekli kaygı ve kişisel kararsızlık düzeylerinin incelenmesi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Konya, 2007, s.17 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

AYTIN Nur, Ergenlerde yeme tutumları ile sorun çözme eğilimleri ve ebeveyn bağlanma arasındaki ilişkinin incelenmesi, Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa, 2014, s.48 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

BOLATTEKİN Alper, Anne Babanın Bağlanma Stilleri, Anne Baba Tutumları Ve Çocuklarındaki Davranış Problemleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2014 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

Emrah Tekneci, Zihin engelliler öğretmenliği 1. ve 4. sınıf öğrencilerinin öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları ile kaygı düzeylerinin karşılaştırılması, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Özel Eğitim Anabilim Dalı, İstanbul, 2010, s.33 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

ERZİ Seda Kız Üniversite Öğrencilerinin Yeme Tutumları ile Yetişkin Bağlanma Stilleri ve Stresle Başa Çıkma Yollarının İlişkisi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

İLASLAN Özlem, Çocukların Bağlanma Davranışlarının Özlük Nitelikleri Ve Anne Bağlanma Stillерine Göre İncelenmesi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çocuk Gelişimi ve Ev Yönetimi Anabilim Dalı, Konya, 2009 **(Yayımlanmamış Doktora Tezi)**.

KARABOĞA Mehmet, Çocuklarda Bağlanma Stilleri Ve Benlik Saygısının Aleksitimi Üzerinde Yordayıcı Rolünün İncelenmesi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Tokat, 2011 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

KESKİNGÖZ Berna, Üniversite Öğrencileri ile Anoreksiya Nervoza Tanısı Alan ve Almayan Bireylerde Bağlanma Biçimleri, Kişiler Arası Şemalar ve Yeme Örüntüleri Arasındaki İlişkiler, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara, 2002 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

ORAL Nursen, Yeme tutum bozukluğu ile kişilerarası şemalar, bağlanma stilleri, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke arasındaki ilişkilerin incelenmesi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Uygulamalı Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara, 2006, s.121-128 **(Yayımlanmamış Doktora Tezi)**.

SÖNMEZ Ahmet, Ebeveynlerin Bağlanma Stilleri Ve Sürekli Kaygı Durumlarının Çocukların Ansiyete Duyarlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2015 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

TOKTAŞ Sermet, Okul Spor Müsabakalarına Katılan Lise Öğrencilerinin Kaygı, Özgüven Ve Güdülenmeleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Trabzon, 2017, s.34-56 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

TÜRKÖZ Yeşim, Okul Öncesi Çocuklarda Bağlanma Örüntüsünün Kişilerarası Problem Çözme Ve Açık Bellek Süreçlerine Etkisi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara, 2007, s.20 **(Yayımlanmamış Doktora Tezi)**.

YERLİOĞLU Akif Ercihan, Çocuğun Bağlanma Davranışının Anne Hassasiyeti Ve Çocuğun Sosyo-Duygusal Yetkinliğiyle İlişkisi: Bağlanma Davranışları Sınıflandırma Setinin, Okul Öncesi Dönemdeki Türk Çocuklarıyla Kullanılması, Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2010 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

YILDIZ Mehmet Ali, Ergenlerde Anne-Babaya Bağlanma İle Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Ve Baş Etme Yöntemlerinin Çoklu Aracılık Rolü, Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Mersin, 2014c **(Yayımlanmamış Doktora Tezi)**.

## EKLER

## EK-A: Kişisel Bilgi Formu

## Genel Bilgiler Formu

- 1.Cinsiyetiniz: A)Kadın B)Erkek
- 2.Doğum Yılıınız:
- 3.Kilonuz:
- 4.Boyunuz:
- 5.Sınıfınız:
- 6.Lise not ortalamanızı yaklaşık olarak belirtiniz.  
A.0-44 B.45-54 C.55-69 D.70-84  
E.85-100
- 7.Kaç kardeşsiniz.....(Siz dahil toplam sayıyı belirtiniz)
- 8.Anne babanızın : A)her ikisinde sağ B)anne sağ C)baba sağ
- 9.Anne babanızın medeni durumu:  
A)Evlili B)Boşanmış C)Dul D)Ayrı Yaşıyor  
E)Resmi nikahlı değil
- 10.Ailenizin ekonomik durumu nasıl?  
A)Çok düşük B)Düşük C)Orta D)İyi E)Çok iyi
- 11.Ailenizde diyet yapan biri var mı?  
A)Evet (Evet ise kim olduğunu belirtiniz:.....)  
B)Hayır
- 12.Fast food yer misiniz?  
A)Evet B)Hayır  
Evet ise ne sıklıkla fast food yersiniz?  
A)Ayda bir iki kez  
B)Ayda dört beş kez  
C)Haftada en az bir kez
- 13.Cips, çikolata, abur cubur vs. yer misiniz?  
A)Evet B)Hayır  
Evet ise, Ne sıklıkla yersiniz?  
A)Ayda bir kez  
B)Ayda dört beş kez  
C)Haftada en az bir kez
- 14.Diyet yapan arkadaşlarınız var mı?  
A)Evet B)Hayır
- 15.Anne ve babanızın kilo durumu?  
A)Anne kilolu  
B)Baba kilolu  
C)Anne ve Baba kilolu  
D)Anne ve Baba normal



**EK-B: Yeme Tutumu Testi**

Bu anket sizin yeme alışkanlıklarınızla ilgilidir. Lütfen her bir soruyu dikkatlice okuyunuz ve size uygun gelen seçeneği işaretleyiniz. Örneğin "Çikolata yemek hoşuma gider" cümlesini okudunuz. Çikolata yemek hiç hoşunuza gitmiyorsa, "Hiçbir zaman" seçeneğine karşı gelen "F" kutucuğunu tıklayınız; her zaman hoşunuza gidiyorsa "Daima" seçeneğine karşı gelen "A" kutucuğunu tıklayınız.

A: Daima B: Çok sık C: Sık sık D: Bazen E: Nadiren F: Hiçbir zaman

	A	B	C	D	E	F
1. Başkalarıyla birlikte yemek yemekten hoşlanırım.						
2. Başkaları için yemek pişiririm, ama pişirdiğim yemeği yemem.						
3. Yemekten önce sıkıntılı olurum.						
4. Şişmanlamaktan ödüm kopar.						
5. Acıktığımda yemek yememeğe çalışırım.						

## EK-C: Barrat Dürtüsellik Testi

	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Hemen
1.İşlerimi dikkatle planlarım				
2.Düşünmeden iş yaparım				
3.Hızla karar veririm				
4.Hiç bir şeyi dert etmem				
5. Uçuşan düşüncelerim var				



## EK-D: Anne Babaya Bağlanma Ölçeği

	Tamamen Öyleydi		Kısmen Öyleydi		Pek Öyle Değildi		Hiç Öyle Değildi	
	A	B	A	B	A	B	A	B
1.Benimle yumuşak ve arkadaşça bir tarzda konuşurdu								
2.İhtiyaç duyduğum kadar yardım etmezdi								
3.Hoşlandığım şeyleri yapmama izin verirdi								
4.Duygusal olarak bana karşı soğuk görünürdü								
5. Sorunlarımı ve endişelerimi anlıyor görünürdü.								

## EK-E: Beck Kaygı Ölçeği

	Hiç	Hafif düzeyde beni pek etkilemedi	Orta düzeyde hoş değildi ama katlanabildim	Ciddi düzeyde dayanmakta çok zorlandım
1.Bedeninizin herhangi bir yerinde uyuşma veya karıncalanma				
2.Sıcak/ateş basmaları				
3.Bacaklarda halsizlik titreme				
4.Gevşeyememe				
5. Çok kötü şeyler olacak korkusu				

