

**T. C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**ERGENLERİN BAĞLANMA STİLLERİ VE
ALGILANAN EBEVEYN TUTUMLARININ, BEDEN
ALGISI VE YEME TUTUMLARI ÜZERİNDEKİ
ETKİLERİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Sinem ATASOY

Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Selcen YETKİN ÖZDEN

İstanbul – 2025

TEZ TANITIM FORMU

Yazar Adı Soyadı : Sinem ATASOY

Tezin Dili : Türkçe

Tezin Adı : Ergenlerin Bağlanma Stilleri ve Algılanan Ebeveyn Tutumlarının, Beden Algısı ve Yeme Tutumları Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi

Enstitü : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Anabilim Dalı : Psikoloji

Tezin Türü : Yüksek Lisans

Tezin Tarihi : 23.06.2025

Sayfa Sayısı : 185

Tez : Dr. Öğr. Üyesi Selcen YETKİN ÖZDEN

Danışmanları

Dizin Terimleri : Bağlanma Stilleri, Algılanan Ebeveyn Tutumları, Beden Algısı, Yeme Tutumları

Türkçe Özet : Araştırmada ergenlerin bağlanma stilleri ve algılanan ebeveyn tutumlarının, beden algısı ve yeme tutumu üzerindeki etkileri incelenmiştir. Bulgular, bu değişkenler arasında anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir.

Dağıtım Listesi : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

İmzası

Sinem ATASOY

**T. C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı**

**ERGENLERİN BAĞLANMA STİLLERİ VE
ALGILANAN EBEVEYN TUTUMLARININ, BEDEN
ALGISI VE YEME TUTUMLARI ÜZERİNDEKİ
ETKİLERİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Sinem ATASOY

**Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Selcen YETKİN ÖZDEN**

İstanbul – 2025

BEYAN

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının eserlerinden 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.

Sinem ATASOY

.../.../2025



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Sinem ATASOY'un "Ergenlerin Bağlanma Stilleri ve Algılanan Ebeveyn Tutumlarının, Beden Algısı ve Yeme Tutumları Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi" adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji anabilim dalı, Klinik Psikoloji bilim dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

İmza

Başkan

Dr. Öğr. Üyesi Selcen YETKİN ÖZDEN

(Danışman)

Üye

İmza

Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Osman Kurtkan KAPICIOĞLU

Üye

İmza

Dr. Öğr. Üyesi Selçuk ASLAN

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

... / ... / 2025

İmzası

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ

Enstitü Müdürü

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, ergen bireylerin bağlanma stilleri ile algılanan ebeveyn tutumlarının, beden algısı ve yeme tutumlarıyla olan ilişkilerini incelemektir. Araştırma kapsamında 12-18 yaş aralığında, İstanbul ilinde çeşitli özel ve devlet okullarında öğrenim gören araştırmaya katılmaya gönüllü olan 512 kadın ve 738 erkek olmak üzere toplam 1250 ergen katılımcıdan veriler toplanmıştır. Veri toplama sürecinde katılımcılara Sosyodemografik Bilgi Formu, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği, Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği, Beden Algısı Ölçeği ve Yeme Tutum Testi uygulanmıştır.

Verilerin analizinde SPSS programı kullanılmıştır. Araştırma kapsamında öncelikle betimleyici istatistikler incelenmiş, ardından normal dağılıma uygunluk testleri yapılmıştır. Parametrik test koşullarının sağlanmasıyla birlikte, bağımsız örneklem t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Pearson korelasyon analizi ve çoklu regresyon analizleri kullanılmıştır.

Araştırma bulgularına göre, bağlanma stilleri, algılanan ebeveyn tutumları, beden algısı ve yeme tutumları arasında çeşitli düzeylerde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Kaygılı-kararsız bağlanma stillerinin, yeme tutumlarını anlamlı düzeyde pozitif yönde yordadığı; güvenli bağlanma ve kaçınan bağlanmanın ise yeme tutumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı saptanmıştır. Benzer şekilde, güvenli bağlanma ve kaçınan bağlanma stillerinin beden algısını pozitif yönde yordadığı, kaygılı-kararsız bağlanmanın ise beden algısını negatif yönde etkilediği bulunmuştur.

Algılanan ebeveyn tutumlarına ilişkin analizlerde, özellikle anne ve baba duygusal sıcaklığının beden algısını pozitif yönde, anne aşırı koruyuculuğunun ise negatif yönde anlamlı şekilde yordadığı görülmüştür. Diğer alt boyutlarında ise beden algısı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı saptanmıştır. Ayrıca, baba reddediciliği ve anne aşırı koruyuculuk alt boyutları yeme tutumları üzerinde anlamlı düzeyde pozitif yordayıcı olarak saptanmıştır. Beden algısı ve yeme tutumuna ilişkin analizlerde ise negatif yönlü anlamlı ilişkiler saptanmıştır.

Korelasyon analizlerine göre, güvensiz bağlanma stilleri (kaygılı-kararsız ve kaçınan) ile olumsuz ebeveyn tutumları (reddedicilik ve aşırı koruyuculuk) arasında

pozitif yönde anlamlı ilişkiler; güvenli bağlanma ile olumlu ebeveyn tutumları (duygusal sıcaklık) arasında ise pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca, beden algısı ile yeme tutumları arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür.

Demografik değişkenler açısından incelendiğinde, cinsiyete göre bağlanma stillerinde; kadın katılımcıların kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğu; beden algısı puanlarının erkeklerde, yeme tutumu puanlarının ise kadınlarda daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yaşa göre yapılan analizlerde, güvenli bağlanma orta ergenlikte azalma gösterirken, kaçınan bağlanmanın ileri yaşlarda arttığı; kaygılı-kararsız bağlanmanın ise yaş grupları arasında belirgin bir farklılık göstermediği görülmüştür.

Sınıf düzeyine göre yapılan analizlerde, sınıf düzeyi yükseldikçe güvenli bağlanmanın azaldığı, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma eğilimlerinin arttığı belirlenmiştir. Ayrıca, ebeveynlerin evlilik birliğinin devam etmemesi durumunda, ergenlerin güvenli bağlanma puanlarının daha düşük, kaygılı-kararsız bağlanma puanlarının ise daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Beden algısı ve yeme tutumu da demografik değişkenlere göre incelendiğinde; özellikle ebeveynlerin eğitim düzeyi ve gelir durumu arttıkça, ergenlerin daha olumlu beden algısına sahip olduğu ve yeme tutumlarının daha dengeli seyrettiği görülmüştür. Vücut kitle indeksine göre ise beden algısı ve yeme tutumları anlamlı şekilde farklılık göstermiştir; kilolu ve obez gruplarda daha olumsuz beden algısı ve yeme davranışlarına rastlanmıştır.

Araştırma bulguları, ergenlik döneminde bağlanma örüntüleri ve ebeveyn tutumlarının, beden algısı ve yeme tutumu üzerinde belirleyici bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Bu doğrultuda, hem aile temelli müdahalelerde hem de okul temelli önleyici çalışmalarda bağlanma ve ebeveyn tutumları dikkate alınmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Bağlanma stilleri, Algılanan Ebeveyn Tutumları, Beden Algısı, Yeme Tutumları

SUMMARY

The aim of this study is to examine the relationships between adolescents' attachment styles and perceived parental attitudes with body image and eating attitudes. The sample consists of 1,250 adolescents (512 female, 738 male), aged between 12 and 18, who were voluntarily recruited from various public and private schools in Istanbul. During data collection, participants completed the Sociodemographic Information Form, Three-Dimensional Attachment Styles Scale, Shortened Perceived Parental Attitudes Scale, Body Image Scale, and Eating Attitudes Test.

The data were analyzed using the SPSS software. Descriptive statistics were calculated, and normality assumptions were tested. Parametric analyses including independent samples t-test, one-way ANOVA, Pearson correlation analysis, and multiple regression analysis were performed.

Findings revealed significant relationships among attachment styles, perceived parental attitudes, body image, and eating attitudes. Anxious-ambivalent attachment significantly predicted eating attitudes in a positive direction, while secure and avoidant attachment styles did not. Additionally, both secure and avoidant attachment styles positively predicted body image, whereas anxious-ambivalent attachment negatively predicted body image.

Regarding perceived parental attitudes, maternal and paternal emotional warmth positively predicted body image, while maternal overprotectiveness negatively predicted it. Other subdimensions had no significant effects on body image. Furthermore, paternal rejection and maternal overprotectiveness significantly and positively predicted eating attitudes.

Body image and eating attitudes were found to be negatively correlated. According to correlation analyses, insecure attachment styles (anxious-ambivalent and avoidant) were positively associated with negative parental attitudes (rejection and overprotectiveness), whereas secure attachment style showed a positive association with emotional warmth. Additionally, body image and eating attitudes were negatively associated.

In terms of demographic variables, females scored higher in anxious-ambivalent and avoidant attachment styles than males, while males had higher body image scores and females scored higher in eating attitudes. Analyses by age indicated a decrease in secure attachment during middle adolescence, and an increase in avoidant attachment in older ages, while no significant differences were found for anxious-ambivalent attachment across age groups.

Grade-level comparisons showed that as grade level increased, secure attachment decreased, while avoidant and anxious-ambivalent tendencies increased. Adolescents with separated parents reported lower secure attachment and higher anxious-ambivalent attachment levels.

Body image and eating attitudes also varied by demographic characteristics. Adolescents with more educated or higher-income parents reported more positive body image and more balanced eating attitudes. In terms of body mass index, overweight and obese adolescents reported more negative body image and disordered eating behaviors.

In conclusion, the findings highlight the key role of attachment patterns and perceived parental attitudes in shaping adolescents' body image and eating attitudes. These factors should be considered in both family-based interventions and school-based preventive efforts.

Keywords: Attachment styles, Perceived Parental Attitudes, Body Image, Eating Attitudes

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
SUMMARY	iii
İÇİNDEKİLER.....	v
KISALTMALAR	viii
TABLOLAR LİSTESİ.....	ix
ÖNSÖZ.....	xi
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM GENEL BİLGİLER

1.1. Ergenlik Dönemi ve Gelişimsel Dinamikleri	4
1.1.1. Ergenlik döneminin tanımı ve önemi	4
1.1.2. Biyolojik, bilişsel ve duygusal gelişim süreçleri.....	5
1.1.2.1. Biyolojik gelişim	5
1.1.2.2. Bilişsel gelişim	6
1.1.2.3. Duygusal gelişim	7
1.1.3. Kimlik gelişimi ve psikososyal faktörler	8
1.1.4. Aile ve çevrenin ergen üzerindeki etkisi.....	9
1.2. Bağlanma Kuramı ve Bağlanma Stilleri	10
1.2.1. Bağlanma kuramının kuramsal temelleri	10
1.2.2. Bağlanma stillerinin yaşam boyu etkileri	13
1.2.2.1. Çocukluk ve ergenlik döneminde etkileri	14
1.2.2.2. Yetişkinlik döneminde etkileri	15
1.2.2.3. Sosyal ve duygusal gelişim üzerindeki etkileri	15
1.2.3. Bağlanma stillerinin tanımı ve sınıflandırılması	16
1.2.3.1. Güvenli bağlanma	17
1.2.3.2. Kaygılı-kararsız bağlanma	17
1.2.3.3. Kaçınan bağlanma.....	18
1.2.4. Ergenlik döneminde bağlanma stillerinin etkileri	19
1.2.4.1. Psikolojik etkiler	19
1.2.4.2. Sosyal etkiler	20
1.3. Algılanan Ebeveyn Tutumları.....	21
1.3.1. Algılanan ebeveyn tutumları: kuramsal temeller	21
1.3.2. Gelişimsel ve psikososyal etkilere	22
1.3.2.1. Bilişsel gelişim üzerindeki etkileri	23
1.3.2.2. Duygusal ve sosyal gelişim üzerindeki etkileri	24
1.3.3. Algılanan ebeveyn tutumlarının sınıflandırılması.....	24
1.3.3.1. Anneye yönelik algılanan ebeveyn tutumları.....	25
1.3.3.2. Babaya yönelik algılanan ebeveyn tutumları	26

1.4. Beden Algısı	27
1.4.1. Beden algısının kuramsal temelleri	27
1.4.1.1. Beden algısı kavramı ve tanımı	27
1.4.1.2. Bilişsel, duygusal ve davranışsal boyutları	28
1.4.2. Beden algısının gelişim süreci	29
1.4.2.1. Çocuklukta beden algısı	29
1.4.2.2. Ergenlikte beden algısı.....	30
1.4.2.3. Yetişkinlikte beden algısı.....	31
1.4.3. Olumlu ve olumsuz beden algısı	31
1.4.3.1. Olumlu beden algısının etkileri	32
1.4.3.2. Olumsuz beden algısının ruh sağlığına etkisi.....	33
1.4.4. Beden algısını etkileyen faktörler.....	34
1.4.4.1. Kültürel ve toplumsal etkiler	34
1.4.4.2. Medya ve sosyal medya	35
1.4.4.3. Aile ve akran ilişkileri.....	36
1.4.5. Bağlanma stilleri ve beden algısı	36
1.4.5.1. Güvenli bağlanmanın beden algısı ile ilişkisi.....	37
1.4.5.2. Kaygılı-kararsız bağlanmanın beden algısı ile ilişkisi	37
1.4.5.3. Kaçınan bağlanmanın beden algısı ile ilişkisi	38
1.5. Yeme Tutumları	39
1.5.1. Yeme tutumu kavramı ve tanımı	39
1.5.1.1. Yeme tutumu ve davranışı arasındaki fark.....	39
1.5.1.2. Psikolojik ve sosyal faktörler	40
1.5.2. Yeme tutumlarının kuramsal temelleri.....	40
1.5.2.1. Bilişsel davranışçı kuram ve yeme tutumları	40
1.5.2.2. Psikodinamik yaklaşımlar ve yeme tutumları	41
1.5.2.3. Sosyal öğrenme kuramı ve yeme davranışları.....	41
1.5.3. Yeme tutumlarının sınıflandırılması.....	42
1.5.3.1. Sağlıklı yeme tutumları	42
1.5.3.2. Sağlıksız yeme tutumları.....	43
1.5.4. Yeme tutumlarını etkileyen faktörler	44
1.5.4.1. Biyolojik faktörler.....	44
1.5.4.2. Psikolojik faktörler.....	45
1.5.4.3. Ailesel faktörler	45
1.5.4.4. Kültürel ve sosyal faktörler	46
1.5.5. Yeme tutumlarının psikolojik ve sosyal etkileri	46
1.5.5.1. Yeme tutumlarının psikolojik etkileri	47
1.5.5.2. Yeme tutumlarının sosyal etkileri.....	48
1.5.6. Yeme Tutumlarının Beden Algısı ile ilişkisi	49
1.5.6.1. Olumsuz beden algısı ve yeme tutumları	50
1.5.6.2. Olumlu beden algısı ve yeme tutumları	50

1.5.7. Bağlanma stilleri, algılanan ebeveyn tutumları, beden algısı ve yeme tutumları arasındaki ilişkiler.....	51
1.5.7.1. Bağlanma stilleri ile beden algısı ve yeme tutumları arasındaki etkileşimler	51
1.5.7.2. Algılanan ebeveyn tutumlarının beden algısı ve yeme tutumları üzerindeki rölü	53

İKİNCİ BÖLÜM YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Amacı.....	56
2.2. Araştırmanın Modeli.....	57
2.3. Araştırmanın Evren ve Örnekleme.....	57
2.4. Veri Toplama Araçları	57
2.4.1. Sosyodemografik Bilgi Formu	57
2.4.2. Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği.....	57
2.4.3. Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları-Çocuk Formu.....	58
2.4.4. Beden Algısı Ölçeği	59
2.4.5. Yeme Tutum Testi.....	60
2.5. Verileri toplanması ve Analiz Edilmesi	60

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM BULGULAR

3.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	63
3.2. Çalışmada Kullanılan Ölçeklere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler	67
3.3. Katılımcıların Bağlanma Stilleri, Algılanan Ebeveyn Tutumları, Beden Algısı ve Yeme Tutumlarının Bazı Değişkenlere Göre Karşılaştırılması	69
3.4. Korelasyon Analizi Bulguları.....	95
3.5. Regresyon Analizi Bulguları	95

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM TARTIŞMA

SINIRLILIKLAR	129
SONUÇLAR VE ÖNERİLER.....	130
KAYNAKÇA.....	137
EKLER.....	160

KISALTMALAR

SPSS	:	Statistical Package for the Social Sciences
YTT	:	Yeme Tutum Testi
DSÖ	:	Dünya Sağlık Örgütü
KAET-Ç	:	Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları-Çocuk Formu
VKİ	:	Vücut Kitle İndeksi



TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Değişkenlere Ait Çarpıklık ve Basıklık Değerleri.....	62
Tablo 2. Katılımcıların Cinsiyete Göre Dağılımı	63
Tablo 3. Katılımcıların Yaş Dağılımı	63
Tablo 4. Katılımcıların Boy ve Kilo Dağılımı	63
Tablo 5. Katılımcıların Vücut Kitle İndeksi Sonuçlarına Göre Dağılımı	64
Tablo 6. Katılımcıların Sınıf Düzeyine Göre Dağılımı	64
Tablo 7. Katılımcıların Ebeveynlerinin Hayatta Olma Durumuna Göre Dağılımı.....	65
Tablo 8. Katılımcıların Anne Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı	65
Tablo 9. Katılımcıların Baba Eğitim düzeyine Göre Dağılımı.....	65
Tablo 10. Katılımcıların Ebeveynlerinin Evlilik Birliği Durumuna Göre Dağılımı	66
Tablo 11. Katılımcıların Aile Gelir Düzeyine Göre Dağılımı	66
Tablo 12. Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Alt Boyutlarının Betimleyici İstatistikleri.....	67
Tablo 13. Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeğinin Alt Boyutlarının Betimleyici İstatistikleri	67
Tablo 14. Beden Algısı Ölçeği Betimleyici İstatistikleri.....	68
Tablo 15. Yeme Tutum Testi Betimleyici İstatistikleri.....	68
Tablo 16. Cinsiyet Değişkenine Göre Bağlanma Stilleri, Algılanan Ebeveyn Tutumları, Beden Algısı ve Yeme Tutumları Değişkenlerinin Karşılaştırılması	69
Tablo 17. Yaş Değişkenine Göre Bağlanma Stilleri, Algılanan Ebeveyn Tutumları, Beden Algısı ve Yeme Tutumları Değişkenlerinin Karşılaştırılması	71
Tablo 18. Sınıf Düzeyine Göre ANOVA Sonuçları	75
Tablo 19. Sınıf Düzeyine Göre Anlamlı Fark Gösteren Değişkenler	77
Tablo 20. Ebeveynlerin Hayatta Olma Durumuna Göre Değişkenlerin ANOVA Sonuçları	79
Tablo 21. Annenin Eğitim Düzeyine Göre Değişkenlerin ANOVA Sonuçları.....	81
Tablo 22. Babanın Eğitim Düzeyine Göre Değişkenlerin ANOVA Sonuçları	84
Tablo 23. Gelir Düzeyine Göre Değişkenlerin ANOVA Sonuçları	87
Tablo 24. Vücut Kitle İndeksi Sonucuna göre Değişkenlerin ANOVA Sonuçları.....	90
Tablo 25. Ebeveynlerin Evlilik Birliği Durumuna Göre Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları	92
Tablo 26. Cinsiyet ve Beden Algısı Arasındaki İlişkinin Ki-Kare Analizi Sonuçları.....	94
Tablo 27. Cinsiyet ve Yeme Tutumu Arasındaki İlişkinin Ki-Kare Analizi Sonuçları.....	94
Tablo 28. Cinsiyet ve Yeme Davranışı Arasındaki İlişkinin Ki-Kare Analizi Sonuçları	95
Tablo 29. Değişkenler Arasındaki İlişkiyi Gösteren Korelasyon Katsayıları.....	96
Tablo 30. Bağlanma Stilleri ve Alt Boyutlarının Yeme Tutumları Üzerindeki Çoklu Regresyon Analizi	98
Tablo 31. Bağlanma Stilleri ve Alt Boyutlarının Beden Algısı Üzerindeki Çoklu Regresyon Analizi	98
Tablo 32. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Alt Boyutlarının Yeme Tutumları Üzerindeki Çoklu Regresyon Analizi.....	99

Tablo 33. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Alt Boyutlarının Beden Algısı Üzerindeki Çoklu Regresyon Analizi	100
Tablo 34. Beden Algısının Yeme Tutumları Üzerindeki Basit Doğrusal Regresyon Analizi	100
Tablo 35. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Alt Boyutlarının Güvenli Bağlanma Stili Üzerindeki Çoklu Regresyon Analizi	101
Tablo 36. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Alt Boyutlarının Kaçınan Bağlanma Stili Üzerindeki Çoklu Regresyon Analizi	101
Tablo 37. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Alt Boyutlarının Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili Üzerindeki Çoklu Regresyon Analizi	102



ÖNSÖZ

Bu tez çalışması, ergenlik dönemindeki bireylerin bağlanma stilleri ve algılanan ebeveyn tutumlarının, beden algısı ve yeme tutumlarıyla olan ilişkilerini incelemek amacıyla yürütülmüştür. Araştırma süreci boyunca edinilen bilgiler, ergenlerin psikososyal gelişimlerine ışık tutmakla birlikte, ruh sağlığı alanında çalışan uzmanlara da önemli katkılar sunmayı hedeflemektedir.

Bu sürece katkı sunan, bilgi ve desteğini esirgemeyen değerli tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Selcen YETKİN ÖZDEN 'e en içten teşekkürlerimi sunarım. Araştırmaya gönüllü katılım gösteren öğrencilere ve gerekli izinleri sağlayan eğitim kurumlarına teşekkür ederim. Aynı zamanda, bu süreçte yanımda olan aileme ve akademik gelişimime katkı sunan tüm değerli hocalarıma minnettarım.

Bu çalışmanın alana nitelikli bir katkı sağlaması ve ilerleyen araştırmalara kaynaklık etmesi en içten dileğimdir.

Sinem ATASOY

GİRİŞ

Ergenlik dönemi, bireyin fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal alanlarda hızlı ve önemli değişimler yaşadığı aynı zamanda kimlik gelişiminin temellerinin atıldığı önemli bir gelişim aşamasıdır (Steinberg, 2011; Yörükoğlu, 2011). Ergenlik, bireyin çocukluk döneminden yetişkinlik sürecine geçişi temsil eden biyolojik olgunlaşma, psikolojik uyum sağlama, sosyal rolleri benimseme ve bilişsel becerileri yoğun şekilde birçok boyutlu gelişimin yaşandığı bir gelişim dönemidir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), ergenlik dönemini genellikle 10-19 yaş arası olarak tanımlasa da, bu süre bireysel, kültürel ve çevresel faktörlere bağlı olarak değişerek farklılık gösterebilir (Blakemore, 2012).

Ergenlik dönemi, aynı zamanda çeşitli zorluklar ve risk faktörlerini de beraberinde getirir. Fiziksel değişimlere uyum sağlama çabası, duygusal dengesizlikler ve kimlik karmaşası gibi faktörler onları ruh sağlığı sorunlarına karşı daha savunmasız hale getirebilir. Bu dönemde bireylerin beden algısı ve yeme davranışları gibi önemli psikolojik ve davranışsal özellikleri şekillenmektedir. Ergenlik dönemindeki bu kritik değişimlerin çevresel, ailevi ve bireysel faktörlerle karmaşık bir etkileşim içinde olduğu vurgulanmaktadır (Cash & Smolak, 2011; Köknel, 2018).

Özellikle ebeveyn tutumları ve bireylerin erken dönemde geliştirdikleri bağlanma stilleri, bu etkileşimde kritik bir rol oynar. Güvenli bağlanma stiline sahip ergenlerin beden algılarının daha olumlu olduğu ve yeme davranışlarının daha sağlıklı bir yapı sergilediği bulunmuştur (Bowlby, 1988). Buna karşılık, güvensiz bağlanma stillerine sahip bireylerde beden memnuniyetsizliği ve olumsuz yeme davranışlarının daha sık görüldüğü belirtilmektedir (Akıncı & Arslan, 2020).

Bağlanma kuramına göre, bireylerin yaşamın erken dönemlerinde bakım verenleriyle geliştirdiği bağlanma ilişkileri, ilerleyen yaşamlarında sosyal, duygusal ve davranışsal uyumlarını önemli ölçüde etkiler (Bowlby, 1988). Güvenli bağlanma geliştiren bireyler, kendilerine ve çevrelerine yönelik olumlu bir algıya sahip olurken; kaygılı ya da kaçınmacı bağlanma stillerine sahip bireyler, genellikle ilişkilerde ve benlik algısında zorluklarla karşılaşmaktadır (Mikulincer & Shaver, 2007; Sümer, 2006). Araştırmalar, güvensiz bağlanma stillerinin, beden algısı bozuklukları ve yeme

sorunlarıyla yakından ilişkili olduğunu göstermektedir (Tasca et al., 2006). Örneğin, kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerde, dışsal onay arayışına yönelik bir eğilim ve beden memnuniyetsizliği yaygındır (Fairburn et al., 2003). Türk literatüründe de bağlanma stilleri ile beden algısı arasındaki ilişkiler üzerine yapılan çalışmalar bu bulguları desteklemektedir (Çelik, 2015; Demir & Arslan, 2021).

Ebeveyn tutumlarının da ergenin psikososyal gelişimindeki etkisinin de beden algısı ve yeme bozukluğu eğilimlerinde etkiye sahip olduğu bilinmektedir. Demokratik ve destekleyici ebeveyn tutumları, bireyin sağlıklı bir beden algısı geliştirmesine yardımcı olurken; aşırı kontrolcü ya da eleştirel ebeveyn yaklaşımları, ergenlerde olumsuz beden algısına yol açabilmekte; dolayısıyla yeme bozuklukları riskini artırabilmektedir (Baumrind, 1991; Levine & Smolak, 2010). Ülkemizdeki çalışmalarda da benzer şekilde, demokratik ebeveyn tutumlarının, ergenlerin olumlu beden algısı geliştirmesine katkı sağladığı; otoriter ve ihmalkâr ebeveyn tutumlarının ise yeme bozukluklarına eğilimi artırdığı bulgulanmıştır (Özgüven, 2019; Tuzgöl Dost, 2006).

Sağlıklı bir toplumun temelini, sağlıklı bir ailede büyüyen ve yaşam süreçlerini dengeli bir şekilde tamamlayan bireyler oluşturmaktadır. Bu açıdan erken çocukluk döneminin, bireyin gelişimi açısından büyük bir önemi vardır. Bu dönemde, çocuğun temel bakımını sağlayan kişiyle kurduğu ilişkinin biçimi, yaşam boyu sürececek etkiler bırakmaktadır. Doğumla birlikte anneden ayrılan insan, kısa bir süre içinde bakım veren kişiyle sosyal ve duygusal bağ kurar. Bu bağ sayesinde zihinsel bir yapı oluşur ve bu yapı, yalnızca çocuklukla sınırlı kalmayarak bireyin tüm yaşamını şekillendirir. Bu bağlar, bireyin hem olumlu hem de olumsuz özelliklerini biçimlendirmede önemli bir role sahiptir (Okçi, 2017).

Beden algısı, bireyin kendi fiziksel görünümüne yönelik düşüncelerini, duygularını ve tutumlarını içeren çok boyutlu bir kavramdır (Grogan, 2016). Ergenlik döneminde, fiziksel değişimlerin yoğun yaşandığı bu süreçte, beden algısı sosyal kabul arayışı ile birlikte daha da hassas hale gelmektedir (Cash, 2004; Yörükoğlu, 2011). Olumsuz beden algısı, düşük benlik saygısı, depresyon ve yeme bozuklukları gibi psikolojik sorunlarla yakından ilişkilidir (Stice & Shaw, 2002; Doğan, 2020). Yapılan diğer çalışmalar, beden algısındaki bozuklukların ergenlerde yeme bozukluklarına yatkınlığı artırdığını göstermektedir (Akıncı & Arslan, 2020; Demir & Arslan, 2021).

Ergenlik dönemi, beden algısının ve yeme tutumlarının şekillendiği kritik bir süreçtir. Fiziksel değişimlerin hızlanmasıyla birlikte bireyler, bedenlerini çevrelerindeki kişilerle kıyaslama eğilimindedir (Thompson et al., 1999). Güvensiz bağlanma stilleri ve olumsuz ebeveyn tutumları, beden algısında bozulmalara ve yeme bozukluklarına zemin hazırlayabilir (Gerner & Wilson, 2005). Özellikle aşırı eleştirel veya kontrolcü ebeveynlerin çocuklarında yeme tutumlarına dair risk faktörlerinin daha yüksek olduğu gösterilmiştir (Van Durme et al., 2015).

Bu çalışmanın amacı;

- Ergenlerin bağlanma stilleri ve algıladıkları ebeveyn tutumlarının beden algısı ve yeme tutumları üzerindeki etkilerinin incelenmesi ve olası bağlantıların ortaya konmasıdır.
- Araştırmada, farklı bağlanma stillerine sahip ergenlerin beden algısı ve yeme tutumlarındaki farklılıklar değerlendirilecek ve ebeveyn tutumlarının bu ilişkideki rolü ele alınacaktır.
- Bağlanma stillerinin ve ebeveyn tutumlarının bu faktörler üzerindeki etkisinin sosyodemografik özelliklere (yaş, cinsiyet, aile yapısı, sosyoekonomik durum gibi) göre değişip değişmediği araştırılacaktır.

Sonuç olarak, bu araştırmanın, ergenlik dönemindeki bireylerin bağlanma stilleri ve algıladıkları ebeveyn tutumlarının, beden algısı ve yeme tutumları üzerindeki etkilerini derinlemesine inceleyerek, hem alandaki teorik bilgiye katkı sağlaması hem de aileler ve ruh sağlığı profesyonelleri için yol gösterici olması beklenmektedir.

BİRİNCİ BÖLÜM

GENEL BİLGİLER

1.1. Ergenlik Dönemi ve Gelişimsel Dinamikleri

Ergenlik dönemi, biyolojik, bilişsel, duygusal ve sosyal değişimlerin yaşandığı kritik bir gelişim evresidir (Steinberg, 2020). Hormonal değişimler, bilişsel dönüşümler ve kimlik arayışı, ergenlerin bu dönemde çeşitli psikolojik ve sosyal zorluklar yaşamasına neden olabilir (Santrock, 2019). Aile ve çevrenin desteği, sağlıklı bir kimlik gelişimi ve psikososyal uyum açısından büyük önem taşımaktadır (Grotevant & Cooper, 1985). Araştırmanın bu bölümde ergenlik döneminin tanımı, biyolojik, bilişsel ve duygusal gelişim süreçleri, kimlik gelişimi, aile ve çevrenin ergen üzerindeki etkilerinden bahsedilecektir.

1.1.1. Ergenlik döneminin tanımı ve önemi

Ergenlik dönemi, bireyin çocukluktan yetişkinliğe geçiş sürecini kapsayan ve bireyin, biyolojik, bilişsel, duygusal ve sosyal alanlarda önemli değişimleri yoğun bir şekilde yaşandığı önemli bir dönemdir (Steinberg, 2020). Dünya Sağlık Örgütü'ne (WHO, 2021) göre ergenlik, 10-19 yaşları arasındaki dönemi ifade eder ve bireyin fiziksel büyüme, cinsel olgunlaşma, kimlik gelişimi ve sosyal rollerin değişimi gibi çeşitli süreçleri içerir.

Bu dönemde, bireyler kendi kimliklerini keşfederek, toplumdaki yerlerini belirlemek ve duygusal olarak bağımsızlıklarını kazanmaya çalışırlar (Erikson, 1968). Bu gelişim süreci yalnızca biyolojik değişikliklerle sınırlı değildir, aynı zamanda bireyin toplumsal çevresiyle etkileşimi de önemli bir rol oynar (Bronfenbrenner, 1979). Ergenin yaşadığı çevresel faktörler, bu dönemin psikolojik ve sosyal etkilerini şekillendirir (Bronfenbrenner & Morris, 2006).

Türkiye'de yapılan çalışmalar, ergenliğin birey üzerindeki psikolojik ve sosyal etkilerinin kültürel bağlama göre farklılık gösterebileceğini ortaya koymaktadır. Kağıtçıbaşı (2017), bireylerin kimlik gelişim süreçlerinin toplulukçu ve bireyci kültürler arasında değişiklik gösterdiğini ve ebeveyn tutumlarının bu süreçte belirleyici bir rol oynadığını belirterek Türkiye gibi toplulukçu bir kültürde, ailelerin

ve yakın çevrenin etkisinin, bireysel kimlik gelişiminden çok daha fazla önem taşıdığını aktarmaktadır.

Ergenlikteki psikolojik zorlukların ve toplumsal beklentilerin gençler üzerindeki etkisi, özellikle aile yapısı ve ebeveyn tutumlarıyla bağlantılıdır. Bağımsızlık arayışı ve kimlik kazanma çabaları, toplumsal normlara ve aile bireylerinin tutumlarına bağlı olarak şekillenebilir (Güven, 2020). Steinberg ve Silk (2002) ergenlik dönemindeki aile ilişkilerinin, ergenin gelişiminde kritik bir rol oynadığını belirtirken, Bağcı (2018) Türkiye'deki ebeveyn-ergen ilişkilerinin ergenlerin özsaygısı ve psikolojik iyilik halleriyle güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu vurgulamaktadır.

Biyolojik gelişim de ergenlik döneminin temel unsurlarından biridir. Ergenin bedensel değişiklikleri, kimlik ve beden algısının şekillenmesinde etkili olabilir. Bu dönemde hızla gelişen fiziksel değişiklikler, beden algısını ve duygusal iyilik halini doğrudan etkilemektedir. Bu fiziksel dönüşüm, bireyin toplum içindeki rolünü anlamasında ve kabul etmesinde önemli bir aşamadır (Yılmaz ve ark., 2022).

Sonuç olarak, ergenlik dönemi, biyolojik, psikolojik ve sosyal gelişim arasındaki etkileşimleri belirgin şekilde gözler önüne seren bir geçiş evresidir (Steinberg, 2020). Bu dönemde bireyler, sadece kendi kimliğini keşfetmekle kalmaz, aynı zamanda toplumsal normlara uyum sağlamak için de büyük bir çaba sarf eder (Santrock, 2019). Bu gelişim sürecindeki farklılıklar, kültürel faktörler ve aile yapılarına göre şekillenebilir (Kağıtçıbaşı, 2017).

1.1.2. Biyolojik, bilişsel ve duygusal gelişim süreçleri

1.1.2.1. Biyolojik gelişim

Ergenlik döneminde biyolojik gelişim büyük ölçüde hormonal değişimlerle şekillenir. Hipotalamus-hipofiz-gonad (HHG) aksının etkinleşmesi ile birlikte, ergenlik süreci fiziksel gelişim ve cinsel olgunlaşmanın başlangıcını işaret eder (Blakemore, Burnett & Dahl, 2018). Bu süreçte östrojen ve testosteron seviyelerindeki artış, vücut yapısında değişimlere yol açarak kas ve yağ dağılımını etkiler, ses tonunda değişiklikleri ve üreme sisteminin gelişimini hızlandır (Susman & Dorn, 2009).

Yapılan araştırmalar, ergenlik dönemindeki fiziksel değişimlerin bireyin beden algısı üzerindeki etkisinin belirgin olduğunu ortaya koymuştur. Türkiye'de yapılan çalışmalara göre, ergenlerin bedensel değişimleri algılama biçimleri, özgüvenlerini ve

benlik saygılarını doğrudan etkilediği görülmektedir (Yılmaz, Kaya & Özdemir, 2022). Ayrıca, kültürel faktörlerin de ergen bireylerin beden algısına yönelik tutumlarında etkisi olduğu belirtilmektedir (Kağıtçıbaşı, 2017).

Konuyla ilgili uluslararası çalışmalar incelendiğinde, ergenlik dönemindeki biyolojik değişimlerin psikososyal sonuçları dikkati çekmektedir. Örneğin, Graber (2013), ergenlikte meydana gelen fiziksel değişimlerin, bireyin sosyal ilişkileri ve psikolojik sağlığı üzerinde uzun vadeli etkiler yaratabileceğini belirtmiştir. Özellikle erken ergenlik döneminde bireylerin, akranlarıyla uyum sağlama konusunda daha fazla zorlanabileceği ve benlik algılarının olumsuz etkilenebileceği vurgulanmaktadır (Mendle, 2014).

Bu bağlamda, ergenlerin beden algısını olumlu yönde geliştirebilmeleri için aile, okul ve akran gruplarının bilinçli bir şekilde destekleyici bir rol üstlenmesi önemlidir. Bu sosyal çevreler, ergenin psikolojik iyi oluşunu artırmada önemli faktörler olarak değerlendirilmektedir (Ata, 2020).

1.1.2.2. Bilişsel gelişim

Ergenlik dönemi, bireyin bilişsel kapasitesinde önemli değişimlerin yaşandığı bir gelişimsel süreçtir. Bu dönemde birey, karmaşık düşünme becerileri ve zihinsel işleyişinde ilerlemeler kaydeder. Piaget'nin (1972) bilişsel gelişim kuramına göre, bireyler bu dönemde "formel işlemler" evresine girerek, soyut düşünme, mantıksal çıkarımlar yapma, hipotez kurma ve problem çözme becerilerini geliştirir. Formel işlemler dönemindeki bir ergen, olası senaryoları analiz edebilir, varsayımlar üretebilir ve mantık yürüterek sonuçlara ulaşabilir (Inhelder & Piaget, 1958).

Nörobilim alanında yapılan çalışmalar, ergen beyninin özellikle prefrontal korteksin gelişmeye devam ettiği bir dönem olduğunu ortaya koymaktadır (Casey, Jones & Somerville, 2019). Prefrontal korteksin geç olgunlaşması, bireyin yürütücü işlevlerini; yani dikkat kontrolü, dürtü denetimi, karar verme ve planlama becerilerini gelişim sürecini etkilemektedir (Blakemore & Robbins, 2012). Prefrontal korteksin geç olgunlaşması, ergenlerin duygusal tepkilerini yönetmekte ve riskli kararlar almakta zorlanmalarına neden olabilir. Bu sebeple ergenler, yetişkin bireylere kıyasla duygusal tepkilerini düzenlemekte ve risk içeren durumlarla başa çıkmakta daha fazla zorlanabilmektedir (Steinberg, 2020).

Karaca ve Demir'in (2021) yaptığı bir araştırmada, ergenlerin risk alma eğilimlerinin, ebeveyn kontrol düzeyi, akran grupları ve sosyal çevreleriyle bağlantılı olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde, Yıldız ve arkadaşları da (2022) ergenlerde bilişsel kontrol mekanizmalarının, aile içi iletişim tarzı ve okul ortamının etkisiyle olduğunu belirtmektedir.

Bütün bu araştırmalardan anlaşılacağı üzere ergenlerin bilişsel gelişimi çevresel uyaranlardan bir hayli etkilenmektedir (Crone & Dahl, 2012). Özellikle eğitim ortamları, ergenlerin eleştirel düşünme becerilerini geliştirmelerinde belirleyici bir faktördür. Ziegler ve Stoeger (2017), problem çözüme ve soyut düşünme becerilerinin teşvik edilmesi için ergenlerin eğitim programlarında eleştirel düşünme uygulamalarına daha fazla yer verilmesi gerektiğini vurgulamaktadır.

1.1.2.3. Duygusal gelişim

Ergenlik, bireyin duygusal düzenleme deneyimlerinin geliştiği ancak aynı zamanda yoğun duygusal dalgalanmaların yaşandığı bir dönemdir. Bu dönemde birey, artan hormonal değişimler ve sosyal baskılar sebebiyle duygusal tepkilerini dengelemekte zorluk yaşayabilir (Larsen & Buss, 2018). Özellikle ergen beyinde limbik sistemin hızlı gelişmesi ile prefrontal korteks'in tam anlamıyla olgunlaşmamış olması, duygusal dalgalanmaların ve ani tepkilerin daha sık görülmesine neden olur (Casey, Jones & Somerville, 2019).

Duygusal düzenleme, bireyin duygu yoğunluğunu, süresini ve ifadesini kontrol etme becerisi olarak tanımlanır ve sosyal çevreyle olan ilişkilerin sağlıklı yürütülebilmesi açısından önemli bir beceridir (Gross, 2014). Bu süreçte bireylerin stresle başa çıkma mekanizmaları gelişirken, uygun stratejilerin öğrenilmesi ruh sağlığını doğrudan etkilemektedir. Hormonal değişimler ve sosyal baskılar nedeniyle, ergenler sıklıkla stres, kaygı ve depresyon gibi durumlar yaşayabilirler (Compas et al., 2017).

Türkiye'de ergenlerin duygusal gelişimi üzerine yapılan çalışmalarda, duygu düzenleme becerileri ile aile desteği arasında güçlü bir ilişki olduğu ve ebeveyn desteğinin ergenlerin psikolojik dayanıklılığını arttırarak stresle başa çıkma becerilerini geliştirdiği ortaya konmuştur (Güven, 2020). Benzer şekilde, Akçay ve Arslan'ın (2021) yürüttüğü bir araştırmada, farklı ebeveyn tutumlarının, ergenlerin

olumlu ve olumsuz duygu düzenleme stratejileri geliştirmesine katkı sağladığı belirlenmiştir. Duygularını bastırma eğiliminde olan ergenlerin psikolojik iyi oluşlarının olumsuz etkilendiği görülmüştür.

Ergenlerin duygusal gelişiminde sosyal destek mekanizmalarının kritik rolü olduğunu belirten çok sayıda araştırma mevcuttur. Akran desteği ve aile içi sağlıklı iletişimin, ergenlerin duygusal dayanıklılığını artırarak psikolojik sorunlara karşı koruyucu bir faktör olduğu gösterilmiştir (Zimmer-Gembeck ve Skinner, 2016). Aldao ve Arkadaşları'nın (2010) yürüttüğü bir çalışmada ise, bilişsel yeniden yapılandırma gibi duygu düzenleme stratejilerinin, ergenlerin stresle daha sağlıklı bir Şekilde başa ıkılmalarını sağladığı ve depresif belirtileri azalttığı ifade edilmiştir.

1.1.3. Kimlik gelişimi ve psikososyal faktörler

Kimlik gelişimi, ergenlik döneminin önemli psikososyal gelişim evrelerinden biridir (Erikson, 1968). Erikson'un psikososyal gelişim kuramına göre, bireyler bu dönemde "kimlik kazanma ve rol karmaşası" aşamasını yaşarlar. Bu süreçte birey, kim olduğunu, hangi değerlere sahip olduğunu ve gelecekte nasıl bir yol izleyeceğini keşfederek, kendini tanımlama çabası içinde sosyal çevresi, ailesi ve kültürel dinamikler ile etkileşim halinde kimliğini oluşturur (Kroger, 2017).

Kimlik gelişimi, bireyin sahip olduğu kişisel özelliklerin yanı sıra, içinde bulunulan toplumsal bağlamdan da büyük ölçüde etkilenir. Yapılan alışmalar, kimlik oluşumunda kültürel faktörlerin belirleyici bir rol oynadığını göstermektedir (Bosma & Kunnen, 2001). Bireylerin kimlik gelişim süreçlerinin toplumsal normlar, aile yapısı ve kültürel değerler ile Şekillenir (Yıldız & İmamoğlu, 2020). Örneğin, etinkaya ve elik (2019) tarafından yapılan araştırmada, ergenlerin kimlik gelişiminin aile yapısı, sosyal destek ve medya etkileri ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Ergenlik döneminde meydana gelen fiziksel değerrişimler de bireyin beden algısını etkileyerek kimlik gelişimi sürecine katkı sağlayabilir veya bu süreci zorlaştırabilir (Jones et al., 2014). Özellikle toplumsal güzellik standartlarının ve sosyal medyanın etkisiyle beden algısında olumsuzluk yaşayan ergenlerin, kimlik gelişimi sürecinde düşük benlik saygısı ve psikolojik uyum güçlükleri ile karşılaşabileceği bulunmuştur (Ata, Ludden & Lally, 2007). Aynı zamanda, beden algısındaki olumsuzlukların,

sağlıksız yeme tutumlarını tetikleyerek kimlik gelişiminde zorluklara neden olabileceği belirtilmektedir (Stice et al., 2013).

Ebeveyn tutumları, ergenin kimlik oluşturma sürecinde kritik bir yere sahiptir. Ebeveynin ergen üzerindeki tutumu, onun benlik algısını, psikososyal uyumunu ve kimlik yönelimini doğrudan etkilemektedir (Soenens & Vansteenkiste, 2011). Algılanan ebeveyn tutumları bağlamında değerlendirildiğinde, aşırı koruyucu ebeveynlerin, ergenin bağımsızlık geliştirmesini zorlaştırabileceği; reddedici ebeveyn tutumlarının ise düşük benlik algısı ve kimlik karmaşasına yol açabileceği görülmektedir (Güngör & Bornstein, 2009). Öte yandan, duygusal sıcaklık içeren ebeveyn tutumlarının, ergenin güvenli bir kimlik geliştirmesini ve psikolojik iyi oluşunu desteklediği belirtilmektedir (Kaya & Günaydın, 2021).

Kimlik gelişimi, bireyin bağlanma stili (güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınmacı) ile de doğrudan ilişkilidir. Güvenli bağlanma geliştiren bireylerin, kimlik gelişim sürecinde daha sağlıklı uyum sağladıkları, kaygılı veya kaçınmacı bağlanma stillerine sahip bireylerin ise kimlik karmaşası yaşama olasılığının daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Zimmermann & Becker-Stoll, 2002). Algılanan ebeveyn tutumları, bireyin bağlanma stilini şekillendirmekte ve bu bağlamda kimlik gelişimini etkilemektedir. Örneğin, duygusal sıcaklık içeren ebeveyn tutumlarının güvenli bağlanmayı teşvik ettiği, reddediciliğin ise kaçınmacı ve kaygılı bağlanma ile ilişkili olduğu gösterilmiştir (Karreman & Vingerhoets, 2012).

Sonuç olarak, kimlik gelişimi, biyolojik, psikolojik ve sosyal faktörlerin etkileşimiyle şekillenen çok yönlü bir süreçtir. Ergenlerin sağlıklı bir kimlik geliştirebilmesi için ebeveyn desteğinin yanı sıra güvenli bağlanmanın teşvik edilmesi, olumlu beden algısının desteklenmesi ve sağlıklı yeme tutumlarının geliştirilmesinde kritik bir rol oynamaktadır.

1.1.4. Aile ve çevrenin ergen üzerindeki etkisi

Ergenlik döneminde bireyin aile ve çevresi ile olan ilişkilerin önemli ölçüde değişimler yaşadığı, bağımsızlık arayışının artarak bireyselleşme sürecinin hız kazandığı bir dönüşüm evresidir. Aile, ergenin duygusal ve sosyal gelişiminde temel bir destek kaynağıdır (Steinberg, 2014). Bu süreçte ergenler, ebeveynleriyle olan bağlarını sürdürmeye devam ederken, akran grupları, okul ortamı ve dijital medya gibi

dışsal etkenlerin de kimlik gelişimlerinde belirleyici bir rol oynadığı görülmektedir (Brown & Larson, 2009).

Ergen bireylerin duygusal, bilişsel ve sosyal gelişimi üzerinde aile önemli bir etkindir. Ebeveynlerin tutumları, ergenin psikolojik iyi oluşunu, özgüvenini ve sosyal ilişkilerini şekillendiren önemli bir faktördür (Grolnick & Pomerantz, 2009). Özellikle duygusal sıcaklık gösteren ebeveynler, ergenlerin benlik algısının güçlenmesini sağlarken, aşırı koruyucu ya da reddedici ebeveyn tutumlarının, ergenin bağımsızlık gelişimini engelleyebileceği veya psikolojik uyum sorunlarına yol açabileceği belirtilmektedir (Soenens & Vansteenkiste, 2010). Türkiye’deki çalışmalar, ebeveyn-ergen ilişkilerinin, ergenin akademik başarısı, özsaygısı ve psikolojik sağlığı üzerinde belirleyici bir faktör olduğunu ortaya koymaktadır (Kaya & Günaydın, 2020). Bununla birlikte, ergenin bağlanma stili de bu süreçte belirleyici bir faktördür. Güvenli bağlanma, ergenin ailesi ve akranlarıyla sağlıklı ilişkiler geliştirmesine, olumlu bir kimlik algısı oluşturmaya katkı sağlarken, kaygılı bağlanma aşırı bağımlılık, düşük özgüven ve kimlik karmaşası ile ilişkilendirilmektedir (Zimmermann & Becker-Stoll, 2002). Kaçınmacı bağlanma stili ise, ergenin yakın ilişkilerden kaçınmasına ve kimlik gelişimi sürecinde zorluklar yaşamasına neden olabilmektedir (Karreman & Vingerhoets, 2012).

Akran grupları, ergenlerin aidiyet duygusunu geliştirmelerine yardımcı olurken, aynı zamanda onların sosyal becerilerini ve öz yeterlilik algılarını pekiştirmektedir (Bukowski, Laursen & Rubin, 2018). Olumlu akran ilişkileri, ergenin sosyal destek mekanizmalarını güçlendirmesine katkı sağlarken, olumsuz akran etkileri riskli davranışlara yönelme olasılığını artırabilmektedir (Prinstein & Dodge, 2008).

Son yıllarda, sosyal medya kullanımının ergenler üzerindeki etkileri de önemli bir araştırma konusu haline gelmiştir. Sosyal medya, ergenlerin kendilerini ifade etme biçimlerini, sosyal ilişkilerini ve kimlik algılarını doğrudan etkilemektedir (Nesi & Prinstein, 2015). Sosyal medya platformlarının ergenlerin beden algısı, psikolojik iyi oluşu ve akran ilişkileri üzerinde güçlü bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Demir & Şahin, 2020). Özellikle, sosyal medyada maruz kalınan idealize edilmiş beden imgeleri, ergenlerin beden algısında bozulmalara ve sağlıksız yeme davranışlarına yönelmesine neden olabilmektedir (Perloff, 2014).

Ergenlerin kimlik gelişimi sürecinde beden algısı da önemli bir yer tutmaktadır. Bu dönemde yaşanan fiziksel değişimler, bireyin kendisini algılama biçimini etkileyerek özgüven ve psikolojik iyi oluş üzerinde belirleyici olabilmektedir (Jones et al., 2014). Olumsuz beden algısı, düşük benlik saygısı, sosyal anksiyete ve kimlik karmaşası ile ilişkili bulunurken, sağlıklı beden algısının ergenin psikososyal gelişimine olumlu katkılar sunduğu belirtilmektedir (Ata, Ludden & Lally, 2007). Bunun yanı sıra, beden algısı ve kimlik gelişimi arasındaki ilişki yeme tutumları ile de bağlantılıdır. Olumsuz beden algısı, sağlıksız yeme tutumlarını tetikleyerek ergenin psikolojik uyumunu olumsuz yönde etkileyebilir (Stice et al., 2013).

1.2. Bağlanma Kuramı ve Bağlanma Stilleri

Başlanma, bireyin doğuştan gelen temel bir ihtiyacı olup birincil bakım verenle kurduğu ve yaşamı boyunca devam eden bir duygusal başlanma sürecidir. Bu bağ, yalnızca erken çocukluk döneminde değil, bireyin tüm yaşamı boyunca sosyal, duygusal ve bilişsel gelişiminde belirleyici bir etkiye sahiptir (Bowlby, 1982).

Başlanma kuramı, bireyin erken dönemde bakım verenine yönelik geliştirdiği başlanma stiline, ilerleyen yaşlarda kişilerarası ilişkilerini ve psikolojik sağlığını etkilediğini öne sürer (Ainsworth et al., 1978). Başlanma ilişkisinin niteliği, bireyin dünyayı nasıl algıladığı, kendisine ve başkalarına dair geliştirdiği inanç sistemleri ve gelecekteki başlanma dinamikleri açısından kritik bir öneme sahiptir (Hazan & Shaver, 1987). Güvenli başlanma, bireyin kendisini değerli ve başkalarını güvenilir olarak algılamasını sağlarken; güvensiz başlanma stilleri olan kaygılı ve kaçınan başlanma, bireyin ilişkilerinde bağımlılık, korku veya mesafe koyma gibi farklı tutumlar geliştirmesine neden olabilir (Mikulincer & Shaver, 2016).

Bu bölümde, başlanma kuramının kuramsal temelleri, başlanma stillerinin yaşam boyu etkileri, başlanma stillerinin sınıflandırılması ve ergenlik döneminde başlanma stillerinin etkileri detaylı bir şekilde ele alınacaktır.

1.2.1. Başlanma kuramının kuramsal temelleri

Başlanma kuramı, bireyin bakım verenleriyle erken yaşlardan itibaren kurduğu ilişkilerin, ilerleyen yaşamındaki sosyal, duygusal ve bilişsel gelişimi üzerindeki etkilerini açıklayan temel psikolojik yaklaşımlardan biridir (Bowlby, 1969). Bu teori, bireylerin doğuştan gelen bir başlanma ihtiyacına sahip olduklarını ve stres korku

veya tehdit hissettiği durumlarda güvenlik arayışı içinde bağlanma figürlerine yöneldiğini savunmaktadır (Bowlby, 1988).

Bağlanma, bireyin sadece çocukluk döneminde değil, tüm yaşamı boyunca geliştirdiği sosyal ilişkilerde de belirleyici temel bir faktör olarak kabul görülmektedir (Mikulincer & Shaver, 2016). Araştırmalar, erken dönemde kazanılan bağlanma modelinin bireyin duygusal düzenleme becerileri, stresle başa çıkma yöntemleri ve kişilerarası ilişkileri üzerinde uzun süreli etkiler oluşturduğunu göstermektedir (Bretherton, 1992).

Bağlanma kuramı, ilk olarak John Bowlby tarafından geliştirilmiş ve gelişim psikolojisi, psikiyatri ve klinik psikoloji alanlarında önemli bir çerçeve oluşturmuştur. Bowlby, çocukların temel ihtiyaçlarını karşılayabilmek ve hayatta kalabilmek için bakım verenleriyle güçlü duygusal bağlar kurmaya biyolojik olarak eğilimli olduğunu ileri sürmüştür (Bowlby, 1969). Bu bağlanma süreci, bireyin yaşam boyu devam eden duygusal ve sosyal gelişimi üzerinde belirleyici bir mekanizma olarak değerlendirilmiştir (Bretherton, 1992).

Bowlby'nin ortaya koyduğu kurama Mary Ainsworth önemli katkılar sunarak kavramı genişletmiştir. Ainsworth, bağlanma davranışlarını değerlendirmek için Yabancı Durum Testi (*Strange Situation Test*) adlı gözlemsel bir yöntem geliştirmiştir (Ainsworth et al., 1978). Bu deneyde, annelerinden kısa süreliğine ayrılan bebeklerin sergilediği tepkiler analiz edilerek farklı bağlanma stilleri tanımlanmıştır. Bu gözlemler sonucunda güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma stilleri olmak üzere üç temel bağlanma modeli ortaya konmuştur (Ainsworth et al., 1978).

Bağlanma kuramı zaman içinde yalnızca bebeklik dönemine odaklanan bir teori olmaktan çıkmış, bireyin ergenlik ve yetişkinlik dönemindeki bağlanma süreçlerini de açıklayan daha geniş bir yapıya dönüşmüştür (Mikulincer & Shaver, 2016). Özellikle Hazan ve Shaver (1987), Bowlby'nin kuramını yetişkin romantik ilişkilerine uyarlamış ve bireylerin çocukluk döneminde geliştirdikleri bağlanma stillerinin yetişkinlikte kurdukları yakın ilişkileri nasıl şekillendirdiğini incelemiştir. Bu çalışma, bağlanmanın yalnızca çocukluk dönemindeki bir süreç olmadığını, yaşam boyu ilişki dinamiklerinde belirleyici bir unsur olarak varlığını sürdürdüğünü ortaya koymuştur.

Bağlanma kuramına göre, bireyler dünyayı içsel çalışma modelleri (*internal working models*) aracılığıyla anlamlandırır ve sosyal ilişkilerini bu modeller doğrultusunda düzenlerler (Bretherton, 1992). İçsel çalışma modelleri, bireyin kendisi ve başkaları hakkındaki inançlarını içermektedir. Olumlu içsel modele sahip bireyler, başkalarına güvenme eğilimindedir, sosyal ilişkilerinde destekleyici ve uyumlu davranışlar sergileyerek stresle daha etkili bir şekilde başa çıkabilirken, olumsuz içsel modele sahip bireyler diğer insanlara güvenmekte zorlanabilir, duygusal bağımlılık geliştirebilir ya da ilişkilerden kaçınma eğiliminde olabilirler. Bu durum, kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma stilleri ile ilişkilidir (Mikulincer & Shaver, 2016).

Bağlanma sisteminin işleyişi, bireyin sosyal ilişkileri, stres yönetimi ve psikolojik sağlamlığı üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Yapılan araştırmalar, güvenli bağlanma geliştiren bireylerin özsaygılarının daha yüksek olduğunu, sosyal destek mekanizmalarının daha güçlü çalıştığını ve duygusal düzenleme becerilerinin daha gelişmiş olduğunu göstermektedir (Sroufe, 2005).

Türkiye’de yapılan araştırmalar, bağlanma kuramının bireyin psikolojik sağlamlığı, sosyal uyumu ve psikopatoloji riskleriyle olan ilişkisini ortaya koymaktadır. Sümer ve Güngör (1999) tarafından yapılan çalışmalar, güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin daha yüksek psikolojik iyi oluş düzeyine sahip olduklarını, buna karşın güvensiz bağlanma stilleriyle depresyon, anksiyete ve düşük özsaygı gibi psikolojik problemlerin ilişkili olduğunu göstermektedir.

Ayrıca, Uysal ve Gençöz (2010) tarafından yapılan çalışmada, bağlanma stilleri ile başa çıkma stratejileri arasındaki ilişki incelenmiş ve güvenli bağlanma geliştiren bireylerin stresle daha sağlıklı başa çıktıkları belirlenmiştir. Kaygılı ve kaçınan bağlanma stillerine sahip bireylerin ise stres karşısında daha fazla zorlandıkları ve duygu düzenleme becerilerinin daha düşük olduğu bulunmuştur.

1.2.2. Bağlanma stillerinin yaşam boyu etkileri

Bağlanma, bireyin erken çocukluk döneminde bakım verenleriyle geliştirdiği duygusal bağların, ilerleyen yaşlarda sosyal, bilişsel ve duygusal gelişimi nasıl şekillendirdiğini açıklayan önemli bir kavramdır (Bowlby, 1969). Bu süreç, bireyin yaşamı boyunca kuracağı ilişkilerde nasıl bir yaklaşım sergileyeceğini belirleyen içsel

çalışma modellerinin (internal working models) gelişmesine katkı sağlar (Bretherton, 1992).

Bağlanma kuramına göre, erken çocukluk döneminde güvenli bağlanma geliştiren bireyler, yetişkinlikte psikolojik dayanıklılığı daha yüksek, sosyal ilişkilerde daha başarılı ve duygusal olarak daha sağlıklı olma eğilimindedir (Bowlby, 1988). Buna karşılık, kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma gibi güvensiz bağlanma stillerine sahip bireyler, çocukluk ve yetişkinlik boyunca çeşitli psikososyal uyum sorunları yaşayabilmektedir (Mikulincer & Shaver, 2016).

Bağlanma kuramı üzerine yapılan araştırmalar, bireyin erken dönemde geliştirdiği bağlanma stiline duygusal düzenleme becerileri, stresle başa çıkma stratejileri ve sosyal ilişkiler üzerinde uzun süreli etkiler yarattığını göstermektedir (Sroufe, 2005). Türkiye’de yapılan çalışmalarda, güvenli bağlanma geliştiren bireylerin daha yüksek psikolojik iyi oluşa sahip olduğunu, buna karşın güvensiz bağlanma geliştiren bireylerin depresyon, anksiyete ve yalnızlık duygularını daha sık deneyimlediğini ortaya koymaktadır (Sümer & Güngör, 1999; Uysal & Gençöz, 2010).

1.2.2.1. Çocukluk ve ergenlik döneminde etkileri

Erken dönemde kurulan bağlanma ilişkileri, bireyin sosyal becerilerini, öz düzenleme kapasitesini ve psikososyal gelişimini doğrudan etkilemektedir (Sroufe, 2005). Güvenli bağlanma geliştiren çocukların, stresli durumlarla daha etkili başa çıkarak duygusal destek arayabildiğini ve sağlıklı kişilerarası ilişkiler kurma eğiliminde olduğu, güvensiz bağlanma geliştiren çocukların ise daha yüksek kaygı düzeyine, düşük benlik saygısına ve sosyal çevreden uzaklaşma eğilimine daha fazla olduğu belirtilmektedir (Thompson, 2008).

Türkiye’de yapılan araştırmalar, güvenli bağlanma stiline sahip çocukların akran ilişkilerinde daha uyumlu olduğu ve sosyal becerilerinin daha güçlü geliştiği yönünde bulgular bulunmaktadır. Bu çocukların, duygusal düzenleme becerilerinin daha gelişmiş olması nedeniyle çatışma çözme ve iş birliği gerektiren durumlarda daha etkili stratejiler kullanabildiği görülmektedir (Karakuş, 2020). Buna karşın, kaygılı ve kaçınan bağlanma stiline sahip çocukların akran zorbalığına maruz kalma ya sosyal

ilişkilerde uyum sağlamada güçlük çekme riskinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Öztürk & Mutlu, 2021).

Bağlanma stili, bireyin ergenlik döneminde aile, akran ve romantik ilişkilerinde nasıl bir dinamik geliştireceğini de belirlemektedir. Güvenli bağlanma geliştiren ergenler, sosyal ilişkilerinde daha sağlıklı ve destekleyici bir tutum sağlayabilirken, güvensiz bağlanma stillerine sahip ergenler ilişkilerinde bağımlılık, duygusal dalgalanmalar ve düşük özsaygı gibi psikolojik zorluklarla karşılaşabilirler (Armsden & Greenberg, 1987).

1.2.2.2. Yetişkinlik döneminde etkileri

Bağlanma stilleri, yalnızca çocukluk ve ergenlik dönemini değil, bireyin yetişkinlikte romantik ilişkileri, sosyal bağları ve duygusal düzenleme becerilerini de etkilemektedir (Hazan & Shaver, 1987). Araştırmalar, güvenli bağlanma geliştiren bireylerin, yetişkinlik döneminde daha sağlıklı romantik ilişkiler kurabildiğini, duygusal dengelerini koruyabildiğini ve stresle daha etkili başa çıkabildiğini göstermektedir (Mikulincer & Shaver, 2016). Güvensiz bağlanma stillerine sahip bireylerde ise ilişki doyumunun düşük olması, duygusal istikrarsızlık ve aşırı bağımlılık eğilimleri daha yaygın olarak gözlemlenmektedir (Cassidy & Berlin, 1994). Türkiye’de yapılan araştırmalarda, güvensiz bağlanma stilleri ile depresyon, anksiyete ve yalnızlık duyguları arasında güçlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir (Yıldırım & Demirtaş, 2019). Özellikle kaygılı bağlanma geliştiren bireyler, romantik ilişkilerde yoğun kıskançlık ve reddedilme korkusu yaşayabilirken, kaçınan bağlanmaya sahip bireyler ise duygusal mesafeyi koruma eğiliminde olup, başkalarına güvenmekte zorlanabilirler (Fraley & Shaver, 2000).

1.2.2.3. Sosyal ve duygusal gelişim üzerindeki etkileri

Bağlanma stilleri, bireyin yaşam boyu kurduğu ilişkilerde nasıl bir etkiye sahip olduğunu belirleyen önemli bir psikolojik faktördür. Güvenli bağlanma geliştiren bireyler, yakın ilişkilerde daha açık, duygusal olarak destekleyici ve sağlıklı iletişim kurma eğilimindedirler. Buna karşın, kaygılı bağlanma geliştiren bireyler yakın ilişkilerde bağımlı hale gelme, reddedilme korkusu ve düşük özsaygıya sahip olma eğiliminde olabilirler (Gillath et al., 2016). Diğer yandan, kaçınan bağlanma geliştiren bireyler, sosyal ilişkilerde duygusal olarak savunmacı davranarak bağımsızlıklarını ön

planda tutmak isteyip, duygusal mesafeyi koruma eğiliminde olabilir ve bağlanmaktan kaçınabilirler (Mikulincer & Florian, 1998). Türkiye’de yapılan araştırmalar, kaçınan bağlanmaya sahip bireylerin yalnızlık duygularını daha sık deneyimlediklerini ve sosyal desteğe daha az başvurduklarını göstermektedir (Öztürk & Mutlu, 2021).

1.2.3. Bağlanma stillerinin tanımı ve sınıflandırılması

Bağlanma stilleri, bireyin kendisi ve diğer insanlar hakkındaki algılarının şekillendirdiği, sosyal ve duygusal ilişkilerde belirleyici rol oynayan duygu ve davranış kalıplarıdır (Bowlby, 1969). Bağlanma kuramına göre, bireyler erken çocukluk döneminde bakım verenleriyle kurdukları etkileşimler sonucunda belirli bir bağlanma stiline sahip olur ve bu stil, ilerleyen yaşlarda sosyal ve romantik ilişkileri de içerecek şekilde genişler (Mikulincer & Shaver, 2016).

Bağlanma stilleri güvenli ve güvensiz bağlanma olmak üzere iki temel kategoriye ayrılmaktadır. Güvensiz bağlanma, bireyin çocukluk döneminde yaşadığı tutarsız, ihmal edici veya aşırı koruyucu bakım deneyimlerinin bir sonucu olarak farklı alt türlere ayrılmaktadır (Ainsworth et al., 1978). Geleneksel olarak üç temel güvensiz bağlanma türü tanımlanmaktadır: kaygılı-kararsız bağlanma, kaçınan bağlanma ve korkulu (dağınık) bağlanma (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Ancak, daha güncel araştırmalar bağlanma stillerinin yalnızca kategorik olarak değil, boyutsal olarak da ele alınabileceğini öne sürmektedir. Brennan, Clark ve Shaver (1998) tarafından geliştirilen Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Modeli, bireyin bağlanma kaygısı, kaçınma eğilimi ve bağımlılık düzeylerine göre bağlanma biçimlerini değerlendiren bir yapı sunmaktadır. Bu model bağlanmayı, güvenli bağlanma, kaygılı-kararsız bağlanma ve kaçınan bağlanma olarak üç temel boyutta incelemektedir

Bağlanma stilleri, bireyin psikolojik iyi oluşu, sosyal uyumu ve ilişkisel dinamikleri üzerinde kalıcı etkiler bırakmaktadır. Güvenli bağlanma geliştiren bireyler, sosyal ortamlarda duygusal olarak daha dengeli ve sağlıklı ilişkiler kurabilirken, güvensiz bağlanma stillerine (kaygılı-kararsız bağlanma ve kaçınan bağlanma) sahip bireylerde duygusal düzenleme güçlükleri, sosyal kaygı ve düşük benlik saygısı gibi psikolojik zorluklar daha sık görülmektedir (Sümer & Güngör, 1999).

1.2.3.1. Güvenli bağlanma

Güvenli bağlanma, bireyin hem kendisini hem de başkalarını olumlu bir bakış açısıyla değerlendirdiği ve sosyal ilişkilerde rahat ve güvende hissettiği bağlanma türüdür (Bowlby, 1988). Bu bireyler, ilişkilerinde duygusal destek alıp vermekte zorluk yaşamaz, özerklik ile yakınlık arasında sağlıklı dengeli bir duruş sergiler ve stresle başa çıkmada daha başarılıdır (Mikulincer & Shaver, 2016).

Güvenli bağlanmanın gelişiminde ebeveynin tutarlı, duyarlı ve duygusal açıdan sıcaklık içeren bakım sunması önemli bir faktördür (Ainsworth et al., 1978). İhtiyaçları zamanında ve güven verici bir şekilde karşılanan çocukluk dönemindeki bireylerin, yetişkinliklerinde daha sağlıklı bağlanma dinamikleri geliştirdiği gözlemlenmiştir (Cassidy & Shaver, 1999).

Yapılan araştırmalar, güvenli bağlanmaya sahip bireylerin özgüvenlerinin yüksek olduğunu, stresle daha iyi başa çıktıklarını ve daha tatmin edici sosyal ve romantik ilişkiler kurduklarını göstererek bireylerin başkalarına güvenme yetisini artırırken, aynı zamanda duygusal ihtiyaçlarını karşılamada daha açık ve etkili iletişim kurmalarını sağlar. Bu bağlamda, güvenli bağlanma, yalnızca bireylerin psikolojik iyilik hallerinde değil, sosyal yaşamlarında da olumlu etkiler yaratmaktadır. (Hazan & Shaver, 1987). Güvenli bağlanma ile psikolojik sağlamlık arasında güçlü bir ilişki olduğu belirtilmektedir (Sümer & Güngör, 1999). Güvenli bağlanma geliştiren bireylerin, stresli durumlarla daha etkili başa çıktığı, duygusal zorluklar karşısında daha dirençli oldukları ve genel psikolojik iyilik halleriyle ilişkili olarak daha sağlıklı sosyal ilişkiler kurdukları gösterilmiştir.

1.2.3.2. Kaygılı-kararsız bağlanma

Kaygılı-kararsız bağlanma, bireyin ilişkilerinde aşırı bağımlı olduğu, reddedilme korkusu sebebiyle yoğun kaygı yaşadığı ve duygusal dalgalanmalara yatkın olduğu bağlanma stilidir (Ainsworth et al., 1978). Kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler, ilişkilerinde sürekli onay arayışı içinde olabilir, partnerlerinden gelen olası olumsuz tepkileri abartılı şekilde yorumlama eğiliminde olabilirler. Bu kişiler, ilişkilerinde güven duygusunu hissetmek için sürekli bir doğrulama arayışı içinde olabilir ve en küçük olumsuzlukları büyük bir tehdit olarak algılayarak ilişkinin

sağlıklı bir şekilde gelişmesini engelleyebilir ve duygusal istikrarsızlık yaratabilir. (Mikulincer & Shaver, 2016).

Bu bağlanma stiline temelinde, ebeveynlerin tutarsız ve belirsiz bakım sunması yer almaktadır. Bu tür bakım, çocuğun güven duygusunu sarsarak bireyin ilişkilerinde sürekli bir onay ve güvence arayışına sürükler. Ebeveynler, çocuğun ihtiyaçlarına zaman zaman duyarlı olurken, bazen de ihmal edici ve tutarsız davranışlar sergileyebilirler. Çocukluk döneminde bakım verenlerinden zaman zaman destek gören ancak sürekli bir güven ortamı oluşturulamayan bireylerin, ilerleyen yaşlarda ilişkilerinde güvensizlik, bağımlılık ve düşük özsaygı yaşama olasılığı artmaktadır (Cassidy & Berlin, 1994).

Araştırmalar, kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin ilişki bağımlılığı geliştirme riskinin daha yüksek olduğunu ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin genellikle düşük olduğunu göstermektedir (Hazan & Shaver, 1987). Türkiye’de yapılan çalışmalar, kaygılı bağlanma stili ile depresyon ve anksiyete arasında güçlü bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır (Sümer, 2006).

1.2.3.3. Kaçınan bağlanma

Kaçınan bağlanma, bireyin başkalarına güvenmekte zorlandığı, bağımsızlığı aşırı şekilde vurguladığı ve yakın ilişkilerde duygusal mesafe koyma eğiliminde olduğu bir bağlanma biçimidir (Bartholomew & Horowitz, 1991). Kaçınan bağlanmaya sahip bireyler, duygusal yakınlık gerektiren ilişkilerde kendilerini rahatsız hissedebilir, sosyal çevresine karşı yüzeysel bağlar kurabilir ve duygularını bastırmaya eğilimli olabilirler (Mikulincer & Shaver, 2016).

Kaçınan bağlanmanın temelinde, ebeveynin çocuğun duygusal ihtiyaçlarını ihmal etmesi veya aşırı kontrolcü bir tutum sergilemesi yer almaktadır (Main & Solomon, 1990). Bu bireyler, çocukluk döneminde duygusal ihtiyaçları yeterince karşılanmamış ya da bağımsızlıklarını aşırı vurgulamak zorunda kalmış olabilirler.

Araştırmalar, kaçınan bağlanmaya sahip bireylerin yakın ilişkilerde genellikle tatmin düzeylerinin düşük olduğunu, duygusal destek almaktan kaçındıklarını ve yalnızlık duygularını daha sık deneyimledikleri gözlemlenmiştir (Fraley & Shaver, 2000). Türkiye’de yapılan çalışmalarda da kaçınan bağlanma ile yalnızlık ve sosyal izolasyon arasında güçlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir (Kaya & Demir, 2021).

1.2.4. Ergenlik döneminde bağlanma stillerinin etkileri

Ergenlik, bireyin çocukluk ile yetişkinlik arasında geçiş yaptığı, biyolojik, bilişsel, duygusal ve sosyal gelişim süreçlerinin hızlı şekilde yaşandığı bir dönemdir (Steinberg, 2020). Bu süreçte bireyin kimlik gelişimi, özerklik kazanımı ve sosyal ilişkilerindeki değişimler, erken dönemde kazanılan bağlanma stillerinden etkilenir (Sroufe, 2005).

Bağlanma kuramına göre, bireyin bebeklik ve çocukluk döneminde geliştirdiği bağlanma modeli, ergenlik sürecinde sosyal ilişkileri, duygusal düzenleme becerileri ve psikolojik iyi oluşu üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir (Bowlby, 1988). Araştırmalar, güvenli bağlanma geliştiren ergenlerin daha sağlıklı sosyal ilişkiler kurduğunu, duygusal dayanıklılıklarının daha yüksek olduğunu ve daha iyi stresle başa çıktıklarını ortaya koymaktadır (Mikulincer & Shaver, 2016). Buna karşın, güvensiz bağlanma stillerine sahip ergenler düşük özsaygı, yüksek sosyal kaygı ve duygusal dalgalanmalar yaşayabilmektedir (Cassidy & Berlin, 1994).

Bağlanma stilleri, ergenlerin psikolojik sağlamlıkları, sosyal ilişkileri ve akademik başarıları gibi birçok faktör üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Ergenlik, bireylerin kimliklerini inşa ettikleri, duygusal ve sosyal bağlarını geliştirdikleri bir dönem olduğundan, bağlanma stilleri bu süreçte önemli bir rol oynamaktadır. Yapılan araştırmalar, bağlanma stillerinin ergenlerin duygusal düzenleme becerilerini ve sosyal uyumlarını doğrudan etkilediğini ortaya koymaktadır. Türkiye’de yapılan çalışmalar da bu ilişkiyi desteklemektedir ve bağlanma tarzlarının, ergenlerin duygusal zorluklarla başa çıkma yeteneklerini ve sosyal etkileşimlerdeki becerilerini şekillendirmektedir. (Sümer & Güngör, 1999; Karakuş, 2020).

1.2.4.1. Psikolojik etkiler

Bağlanma stilleri, ergenlik sürecinde duygusal düzenleme becerileri, stresle baş etme stratejileri ve genel psikolojik iyi oluş üzerinde güçlü bir etkiye sahiptir. Araştırmalar, güvenli bağlanma geliştiren ergenlerin daha düşük kaygı ve depresyon belirtilerine sahip olduğunu göstermektedir (Mikulincer & Florian, 1998).

Güvenli bağlanma geliştiren ergenlerin, olumlu benlik algısı, yüksek özsaygı ve duygusal düzenleme becerileri gelişmiş bireylerdir (Armsden & Greenberg, 1987). Türkiye’de yapılan çalışmalarda da güvenli bağlanma geliştiren ergenlerin daha

yüksek yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşa sahip oldukları belirlenmiştir (Yıldırım & Demirtaş, 2019).

Buna karşın, kaygılı-kararsız bağlanmaya sahip ergenler, reddedilme korkusu nedeniyle aşırı bağımlılık geliştirme, duygusal dalgalanmalar yaşama ve ilişkilerde aşırı hassasiyet gösterme eğilimindedir (Cassidy & Berlin, 1994). Bu bağlanma stiline sahip bireylerde anksiyete bozuklukları, yüksek stres düzeyi ve aşırı duygusal hassasiyet gibi psikolojik problemler yaygın olarak görülmektedir (Mikulincer & Shaver, 2016).

Kaçınan bağlanma stiline sahip ergenler ise yakın ilişkilerden kaçınma, duygusal mesafe koyma ve duygularını bastırma eğilimi gösterebilirler (Fraley & Shaver, 2000). Türkiye’de yapılan araştırmalar, kaçınan bağlanmaya sahip ergenlerin yalnızlık duygularının daha yüksek olduğunu ve sosyal desteğe daha az başvurduklarını belirtmektedir (Öztürk & Mutlu, 2021).

1.2.4.2. Sosyal etkiler

Bağlanma stilleri, ergenlerin aile içindeki bağlarından akran ilişkilerine ve romantik bağlarına kadar geniş bir alanı kapsayan belirleyici bir faktördür. Araştırmalar, güvenli bağlanma geliştiren ergenlerin sosyal becerilerinin daha gelişmiş olduğunu ve akranlarıyla sağlıklı ilişkiler kurduklarını göstermektedir (Sroufe, 2005).

Türkiye’de gerçekleştirilen araştırmalar, güvenli bağlanma geliştiren ergenlerin daha güçlü arkadaşlık ilişkileri kurduklarını, sosyal desteğe daha açık olduklarını ve akran zorbalığına uğrama olasılığının daha düşük olduğunu ortaya koymaktadır (Karakuş, 2020).

Güvensiz bağlanma stillerine sahip ergenler sosyal ilişkilerinde zorluklar yaşanabilmektedir. Kaygılı bağlanma geliştiren ergenler, yoğun yakınlık ihtiyacı hissedebilir ve reddedilme korkusu nedeniyle arkadaşlık ilişkilerinde bağımlılık geliştirebilirler (Mikulincer & Shaver, 2016). Kaçınan bağlanma geliştiren ergenler ise sosyal ilişkilerden kaçınma eğiliminde olabilir ve başkalarına güvenme konusunda isteksizlik gösterebilirler (Fraley, 2002).

Ayrıca, ergenlik dönemindeki romantik ilişkiler, bağlanma stillerinin ön planda olduğu önemli bir sosyal bağlamdır. Güvenli bağlanmaya sahip ergenler, romantik

ilişkilerinde daha yüksek güven ve daha az kıskançlık düzeyi sergilerken, kaygılı bağlanmaya sahip ergenler ilişkilerinde yoğun kıskançlık ve bağımlılık belirtileri gösterebilir (Hazan & Shaver, 1987).

Sonuç olarak, ergenlik döneminde bağlanma stilleri, bireyin psikolojik sağlamlığı, sosyal ilişkileri ve duygusal gelişimi açısından belirleyici bir faktördür. Güvenli bağlanma geliştiren bireyler daha sağlıklı psikososyal gelişim gösterirken, güvensiz bağlanma stilleri duygusal düzenleme güçlükleri, düşük özsaygı ve sosyal ilişkilerde güçlükler ile ilişkilendirilmektedir.

1.3. Algılanan Ebeveyn Tutumları: Kuramsal Temeller

1.3.1. Algılanan ebeveyn tutumları: kuramsal temeller

Ebeveyn tutumları, bireyin bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimi üzerinde etkisi olan temel çevresel faktörlerden biridir (Darling & Steinberg, 1993). Bu kavram, çocuğun ebeveynlerinin tutumlarını nasıl algıladığını ifade eder ve bu algılar, bireyin özsaygısı, kişilerarası ilişkileri ve ruh sağlığı üzerinde önemli bir etkiye sahip olabilir (Grolnick & Pomerantz, 2009). Algılanan ebeveyn tutumları, yalnızca ebeveynlerin sergilediği davranışlardan değil, çocuğun bu davranışları nasıl algılayıp yorumladığını ve içselleştirdiğini de ifade eder (Bornstein & Zlotnik, 2009).

Bağlanma kuramına göre, bireyin erken çocukluk döneminde bakım verenleriyle kurduğu ilişkiler, ilerleyen yaşamındaki duygusal düzenleme becerilerini, sosyal ilişkilerini ve psikolojik uyumunu önemli ölçüde etkiler (Bowlby, 1969, 1988). Ebeveynlerin çocuklarına karşı gösterdiği sıcaklık, reddedicilik veya aşırı koruyuculuk gibi tutumlar, çocuğun kendisi ve başkaları hakkında oluşturduğu içsel çalışma modellerini doğrudan etkilemektedir (Bretherton, 1992). Araştırmalar, ebeveynlerin sergilediği farklı tutumların çocukların öz yeterlilik, stresle başa çıkma becerileri ve akademik başarıları üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Pinquart, 2017).

Baumrind (1991) tarafından yapılan çalışmalar, ebeveyn tutumlarını otoriter, demokratik ve izin verici olmak üzere üç temel kategoride incelenmiştir. Ancak sonraki araştırmalar, ebeveyn-çocuk ilişkilerinin yalnızca ebeveynlerin sergilediği davranışlarla değil, aynı zamanda çocukların ebeveynlerinin davranışlarını nasıl algıladığıyla da şekillendiğini öne sürmüştür (Rohner, 2004). Kısaltılmış Algılanan

Ebeveyn Tutumları Ölçeği gibi psikometrik araçlar, bireylerin ebeveynlerini nasıl algıladığını değerlendirerek, duygusal sıcaklık, reddedicilik ve aşırı koruyuculuk gibi faktörlerin bireyin psikolojik iyi oluş üzerindeki etkilerini anlamaya yardımcı olmaktadır (Güven et al., 2020).

Ebeveyn tutumlarının bireylerin bağlanma stilleri, psikolojik dayanıklılığı ve akademik motivasyonu ile güçlü bir ilişki içerisinde olduğu belirlenmiştir (Sümer & Güngör, 1999; Yılmaz & Aydın, 2021). Duygusal sıcaklık içeren ebeveyn tutumlarının, bireylerin daha güçlü sosyal becerilere sahip olmasını, daha yüksek özsaygı geliştirmesini ve kaygı düzeylerinin daha düşük olmasını desteklemektedir (Karaarslan & Yalçın, 2019). Buna karşın, reddedici ve aşırı koruyucu ebeveyn tutumlarının bireyin bağımsızlık kazanmasını zorlaştırdığı ve sosyal uyum becerilerini olumsuz yönde etkileyebildiği bulunmuştur (Rohner & Veneziano, 2001).

Ebeveyn tutumları sadece çocukluk ve ergenlik döneminde değil, bireyin yetişkinlik döneminde geliştirdiği sosyal ilişkiler ve ruh sağlığı üzerinde de uzun süreli etkiler bırakabilmektedir. Çalışmalar, çocuklukta yeterli duygusal sıcaklık hissetmeyen bireylerin, yetişkinlikte daha fazla kaygı, depresif belirtiler ve ilişki sorunları yaşama ihtimalinin arttığını göstermektedir (Khaleque & Rohner, 2012). Bu durum, algılanan ebeveyn tutumlarının yalnızca çocukluk ve ergenlikte değil, bireyin yaşam boyu psikolojik gelişimi üzerinde belirleyici bir etken olduğunu göstermektedir.

1.3.2. Gelişimsel ve psikososyal etkiler

Ebeveyn-çocuk ilişkisi, bireyin gelişim sürecini şekillendiren en önemli etmenlerden biridir. Çocukların ebeveynleri tarafından nasıl algılandıkları ve ebeveynlerinin tutumlarını nasıl değerlendirdikleri, onların duygusal, bilişsel ve sosyal gelişimleri üzerinde kalıcı etkilere sahip olabilir (Darling & Steinberg, 1993). Bu durum, ebeveynlerin yalnızca fiziksel bakım sağlayan bireyler olmadığını, aynı zamanda çocuğun dünyayı nasıl algıladığı ve kendisi hakkında nasıl düşündüğü üzerinde güçlü bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Algılanan ebeveyn tutumları, bireyin erken yaşlardan itibaren ebeveynleriyle olan etkileşimlerinden hareketle oluşturduğu içsel çalışma modellerine dayanır ve yaşam boyu süren ilişkilerinde belirleyici temel oluşturur (Bowlby, 1988).

Çocuk ve ergen gelişimi üzerindeki algılanan ebeveyn tutumlarının etkileri, farklı psikososyal süreçler bağlamında incelenmektedir. Bağlanma kuramına göre, çocuklukta bakım verenlerin tutarlılığı, duygusal sıcaklığı veya ilgisizliği, bireyin güvenli ya da güvensiz bağlanma stilleri geliştirmesinde önemli bir etkidir (Ainsworth et al., 1978).

Sosyal öğrenme kuramı ise çocukların ebeveynlerinin davranışlarını gözlemleyerek öğrendiğini için ebeveyn tutumlarının çocukların öz düzenleme, problem çözme becerileri ve kişilerarası ilişkileri üzerindeki etkisinin büyük olduğunu öne sürer (Bandura, 1986).

Araştırmalar, ebeveynlerin sergilediği duygusal sıcaklık ve destekleyici yaklaşımların, çocukların psikolojik sağlamlıklarını ve öz yeterlilik algılarını güçlendirdiğini göstermektedir (Khaleque & Rohner, 2012). Bununla birlikte, aşırı koruyucu, ihmal edici veya reddedici ebeveyn tutumlarının, çocuklarda anksiyete, depresyon ve düşük özsaygı riskini artırdığı belirlenmiştir (Grolnick & Pomerantz, 2009; Pinquart, 2017).

1.3.2.1. Bilişsel gelişim üzerindeki etkileri

Çocukların bilişsel gelişimi ve akademik performansı, yalnızca genetik özelliklerle değil, aynı zamanda aile içi etkileşimlerle de ilişkilidir (Pinquart & Kauser, 2018). Ebeveynin akademik beklentileri, destekleyici yaklaşımları ve çocuğa sağladıkları bilişsel uyarılar, çocuğun öğrenme motivasyonunu ve akademik performansını etkileyebilir (Grolnick et al., 1997). Demokratik ve destekleyici ebeveyn tutumları, çocukların eleştirel düşünme becerilerini geliştirmesine ve akademik özgüven kazanmasına katkı sağlarken, baskıcı ya da aşırı kontrolcü tutumlar, çocuğun öğrenmeye olan ilgisini azaltabilir (Baumrind, 1991).

Ebeveynlerin çocuklarına yönelik aşırı koruyucu ve kontrolcü tutumlarının, çocukların akademik başarıları düzeylerini düşürebileceğini ortaya koymaktadır (Kaya & Çelik, 2020). Duygusal sıcaklık ve destekleyici ebeveyn tutumları ise çocuğun akademik öz yeterliliğini artırarak, eğitim sürecinde daha bağımsız ve başarılı olmasına katkı sağlamıştır (Karakuş, 2019).

1.3.2.2. Duygusal ve sosyal gelişim üzerindeki etkileri

Ebeveynlerin sergilediği duygusal sıcaklık veya reddedici tutumları, çocukların öz düzenleme becerilerini, duygusal dayanıklılıklarını ve sosyal ilişkilerindeki davranışlarını şekillendiren en önemli faktörlerden biridir (Cassidy & Berlin, 1994). Güvenli bağlanma geliştiren bireyler, ebeveynlerinden yeterli düzeyde destek gören ve duygusal sıcaklık algısı yüksek olan bireylerdir; bu bireyler, sosyal ilişkilerinde daha uyumlu, empatik ve güvenli bağlar kurma eğilimindedirler (Sroufe, 2005). Ancak, reddedici veya aşırı kontrolcü ebeveyn tutumları çocuklarda sosyal kaygı, düşük özsaygı ve ilişki kurmada zorluklar gibi psikolojik sonuçlara yol açabilir (Mikulincer & Shaver, 2016). Türkiye'deki araştırmalarda, ebeveynlerin aşırı kontrolcü veya ilgisiz tutumlarının ergenlerde sosyal izolasyon, depresyon ve özgüven eksikliği ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Yıldırım & Demirtaş, 2019).

Ayrıca, ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları etkileşim biçimleri, çocukların gelecekte romantik ilişkilerde nasıl bağlanma stilleri geliştireceğini de etkileyebilir (Hazan & Shaver, 1987). Güvenli bağlanmaya sahip bireyler, sağlıklı ve uzun vadeli ilişkiler kurmaya yatkınken, güvensiz bağlanma stillerine sahip bireyler, aşırı bağımlılık, kıskançlık veya ilişkilerden kaçınma gibi sorunlar yaşayabilmektedir (Fraley & Shaver, 2000).

1.3.3. Algılanan ebeveyn tutumlarının sınıflandırılması

Ebeveynlerin çocuklarına karşı sergiledikleri tutumlar, çocukların duygusal, bilişsel ve sosyal gelişim süreçlerini önemli ölçüde etkiler (Baumrind, 1991). Ancak ebeveynlerin gerçek davranışlarından daha önemli olan, çocukların bu tutumları nasıl algıladığıdır. Algılanan ebeveyn tutumları, çocuğun ebeveynleriyle olan ilişkisini nasıl değerlendirdiğini ve bu ilişkinin bireyin gelişimi üzerindeki etkilerini ortaya koyar (Rohner, 2004).

Yapılan araştırmalar, ebeveynlerin çocuklarına yönelik sergiledikleri duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik gibi tutumların, bireyin bağlanma stilleri, psikolojik sağlamlığı ve sosyal ilişkileri üzerinde belirleyici etkiler bıraktığını göstermektedir (Khaleque & Rohner, 2012; Sümer & Güngör, 1999). Bu doğrultuda, Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği, ebeveyn

tutumlarını anne ve baba ekseninde duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik olmak üzere üçer alt boyutta ele almaktadır.

Bu kategoriler, hem anneye hem de babaya yönelik algılanan ebeveyn tutumlarını değerlendirerek kapsamlı bilgiler sunar (Güven, Yıldırım & Aydın, 2020). Her bir tutum ayrıntılı şekilde ele alınarak literatür taraması gerçekleştirilmiştir.

1.3.3.1. Anneye yönelik algılanan ebeveyn tutumları

Anneler, çocukların ilk bağlanma figürüdür, onların duygusal ve psikososyal gelişimi üzerinde güçlü etkilere sahiptir (Bowlby, 1988). Çocukların anneleriyle geliştirdiği ilişkiler, bireyin ilerleyen dönemlerde kuracağı bağlanma modellerini ve sosyal ilişkilerini doğrudan etkilemektedir (Ainsworth et al., 1978).

Çocuğun annesiyle kurduğu ilişkinin niteliğine bağlı olarak, anneye yönelik algılanan ebeveyn tutumları duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik olmak üzere üç temel boyutta sınıflandırılmaktadır:

Duygusal sıcaklık, annenin çocuğuna karşı sevgi dolu, destekleyici ve anlayışlı bir yaklaşım sergilemesini ifade eder. Bu tutumu gösteren anneler, çocuklarının özsaygısını, güven duygusunu ve psikolojik dayanıklılığını güçlendirmektedir (Khaleque & Rohner, 2012). Araştırmalar, annesinden duygusal sıcaklık gördüğünü algılayan bireylerin, yetişkinlik döneminde daha güçlü sosyal becerilere ve daha sağlıklı bağlanma stillerine sahip olduğunu göstermektedir (Grolnick & Pomerantz, 2009). Türkiye’de yapılan çalışmalarda, annesinden yeterli duygusal sıcaklık algılayan bireylerin, ergenlik döneminde daha düşük kaygı ve depresyon belirtileri gösterdiği bulunmuştur (Karaarslan & Yalçın, 2019).

Aşırı koruyuculuk, annenin çocuğun üzerinde fazla kontrolcü davranışlar göstermesi, çocuğunun bağımsızlık kazanmasını engeller. Aşırı koruyucu anneler, çocuklarını sürekli olarak dış tehditlerden koruma çabası içinde olması, çocuklarının kendi kararlarını verebilmesine engel olmaktadır (Pinquart, 2017). Araştırmalar, aşırı koruyucu anne tutumlarının çocukların özgüvenlerini olumsuz yönde etkilediğini, problem çözme becerilerini sınırladığını ve bağımlı kişilik özelliklerinin gelişimine neden olabileceğini göstermektedir (Grolnick et al., 1997). Türkiye’de yapılan çalışmalar, aşırı koruyucu ebeveynlerin çocuklarında kaygı bozuklukları ve akademik

özgüven eksikliği görülme oranının daha yaygın olduğunu ortaya koymuştur (Karakuş, 2019).

Reddedici annelerin, çocuklarının duygusal ve fiziksel ihtiyaçlarına karşı daha ilgisiz davranışlar sergilediği görülmektedir. Çocuklarına yeterince ilgi göstermeyen, onları sıkça eleştiren veya duygusal olarak mesafeli bir tutum sergileyen anneler, çocuklarının güvensiz bağlanma geliştirmelerine neden olabilir (Rohner & Veneziano, 2001). Çocukluk döneminde reddedici tutumlara sahip olan anneleri tarafından büyütülen bireylerin, yetişkinlikte duygusal ilişkilerde güven sorunları yaşama, düşük özsaygı ve yalnızlık duygularıyla mücadele etme olasılıklarının daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Khaleque & Rohner, 2012).

1.3.3.2. Babaya yönelik algılanan ebeveyn tutumları

Babalar, geleneksel olarak otorite ve koruyucu figürler olarak kabul edilseler de, çocuklarının duygusal gelişimi ve yönlendirilmesinde önemli bir role sahiptirler (Lamb, 2010). Babaların çocuklarını karşı gösterdiği duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedici tutumlar, onların ilerleyen yaşlardaki psikososyal uyumlarını ve gelişimlerini büyük ölçüde etkilemektedir (Rohner, 2004).

Çocuğun babasıyla kurduğu ilişkinin niteliğine bağlı olarak, babaya yönelik algılanan ebeveyn tutumları duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik olmak üzere üç temel boyutta sınıflandırılmaktadır:

Duygusal sıcaklık tutumuna sahip babalar, çocuklarına sevgi, ilgi ve destekle yaklaşması, onların psikolojik dayanıklılığını güçlendirmektedir (Rohner & Veneziano, 2001). Araştırmalar, duygusal sıcaklık gösteren babalarla büyüyen çocukların, sosyal ilişkilerde daha başarılı olduğunu ve akademik özgüvenlerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır (Pinquart & Kauser, 2018).

Babanın aşırı koruyucu bir tutum sergilemesi, çocuğun bağımsızlık kazanmasını zorlaştırabilir ve ilerleyen yaşlarda özgüven eksikliğine yol açabilir (Grolnick & Pomerantz, 2009). Aşırı koruyucu babalar tarafından büyütülen bireylerin, kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip olma olasılıklarının daha yüksek olduğu gösterilmiştir (Sümer & Güngör, 1999).

Babalarının reddedici tutumlar sergilediğini algılayan çocuklar, duygusal ihmal ve güvensiz bağlanma belirtileri gösterebilirler (Khaleque & Rohner, 2012). Baba

reddediciliğinin, bireyin sosyal ilişkilerde kopukluk yaşama, düşük özsaygı ve depresyon riskini artırdığı bulunmuştur (Lamb, 2010).

1.4. Beden Algısı

1.4.1. Beden algısının kuramsal temelleri

1.4.1.1. Beden algısı kavramı ve tanımı

Beden algısı, bireyin fiziksel görünümü hakkındaki düşüncelerini, hislerini ve tutumlarını kapsayan çok boyutlu bir psikolojik kavramdır (Cash & Pruzinsky, 2002). Bu kavram, bireyin kendi vücudunu nasıl algıladığı ve değerlendirdiği kadar, toplumsal ve çevresel etkenlerin bu algı üzerindeki etkilerini de içerir (Grogan, 2016).

Beden algısı, bireylerin yalnızca fiziksel özelliklerine dair görüşlerini içermez, aynı zamanda kişinin benlik algısı, öz yeterlilik düzeyi ve sosyal ilişkilerini de kapsar (Schilder, 1935). Bireyin bedenine yönelik olumlu ya da olumsuz algıları, ruh sağlığı açısından önemli etkiler oluşturabilir (Thompson et al., 1999). Olumlu beden algısına sahip bireyler, kendilerini hem fiziksel hem de psikolojik olarak daha sağlıklı hissederken, olumsuz beden algısına sahip bireyler ise depresyon, anksiyete ve düşük benlik saygısı gibi psikolojik sorunlarla ilişkilendirilmektedir (Grabe et al., 2008). Türkiye’de yapılan çalışmalar da beden algısının bireyin psikolojik sağlığı, sosyal uyumu ve genel iyi oluşu üzerindeki etkilerini ortaya koymaktadır. Karaarslan ve Yalçın (2019), özellikle ergenlerde beden algısı ile özgüven arasındaki güçlü ilişkiye dikkat çekmiştir. Araştırmalarında olumsuz beden algısına sahip bireylerin benlik saygısının ve öz yeterlilik düzeylerinin daha düşük olduğunu belirtmiştir. Öztürk ve arkadaşları (2020) ise beden algısının medya, sosyal çevre ve toplumsal normlardan güçlü bir şekilde etkilendiğini göstermiştir.

Bireyin beden algısı, sosyal çevresindeki insanların görüşleri, tutumları ve beklentilerinden de etkilenmektedir. Sosyal Karşılaştırma Kuramı (Festinger, 1954), bireylerin kendi fiziksel görünümünü sürekli olarak diğer insanlarla karşılaştırdığını ve bu karşılaştırma sürecinin beden algısının gelişiminde önemli bir etken olduğunu savunmaktadır. Özellikle sosyal medyanın hızla yaygınlaşmasıyla birlikte bireylerin kendi bedenlerini idealize edilmiş vücut imgeleriyle kıyaslama eğilimlerinin arttığı belirtilmiştir (Perloff, 2014).

1.4.1.2. Bilişsel, duygusal ve davranışsal boyutları

Beden algısı bilişsel, duygusal ve davranışsal boyut olmak üzere üç temel boyutta ele alınmaktadır.

Beden algısının bilişsel boyutu, bireyin bedenine dair sahip olduğu inançlar, düşünceler ve değerlendirmeleri ifade eder. Örneğin, bir birey “Çok kiloluyum” ya da “Daha kaslı olmalıyım” gibi düşüncelerle bedenini değerlendirir (Cash, 2012). Duygusal boyut ise, kişinin bedenine yönelik hissettiği duyguları kapsar. Bu duygular, memnuniyet, utanç ya da hayal kırıklığı gibi farklı duygusal tepkileri içerebilir (Grogan, 2016). Son olarak, davranışsal boyut, bireyin beden algısına dayanarak geliştirdiği davranışları ifade eder. Bu davranışlar, sıkı diyetler uygulama, aşırı spor yapma ya da vücudunu saklama gibi tutumlar olabilir (Thompson et al., 1999). Beden algısının bu üç boyutu, bireyin bedenine ilişkin genel tutum ve davranışlarını derinlemesine anlamamıza yardımcı olur. Bireyin kendini fiziksel olarak nasıl gördüğünü, bedenine yönelik nasıl hissettiğini ve bu algı doğrultusunda hangi davranışları sergilediğini belirler (Cash & Smolak, 2011). Araştırmalar, olumsuz beden algısına sahip bireylerin daha yüksek sosyal kaygı düzeylerine sahip olduğunu ve yeme bozuklukları geliştirme olasılıklarının arttığını göstermektedir (Fairburn & Harrison, 2003).

Bireylerin beden algısını şekillendiren faktörlerin toplumsal cinsiyet rolleri, medya etkisi ve ebeveyn tutumlarıyla yakından ilişkili olduğu belirlenmiştir (Koca & Aşçı, 2011). Ebeveynlerin çocuklarının fiziksel görünümüyle ilgili eleştirel yorumlar yapması, özellikle ergenlik döneminde beden memnuniyetsizliğini artırmaktadır (Yılmaz & Güler, 2020).

Beden algısı aynı zamanda bireyin psikolojik sağlamlığı ile de ilişkilidir. Duygusal düzenleme becerileri gelişmiş olan bireylerin, bedenleriyle ilgili daha sağlıklı bir algıya sahip oldukları belirtilmiştir (Avalos et al., 2005). Bu bağlamda, olumlu beden algısının, bireyin kendine güvenini artıran ve sağlıklı yaşam biçimlerini destekleyen bir faktör olduğu ifade edilmektedir (Tiggemann, 2012).

Beden algısı, bireyin kendisini nasıl gördüğünü, hissettiğini ve bu algı doğrultusunda nasıl davrandığını belirleyen çok boyutlu bir kavramdır. Kültürel normlar, sosyal medya ve ebeveyn tutumları gibi dışsal faktörler, bireyin beden

algısını büyük ölçüde şekillendirmektedir. Olumlu beden algısı, psikolojik sağlamlığı desteklerken, olumsuz beden algısı depresyon, anksiyete ve yeme bozuklukları ile ilişkili olabilir. Bu nedenle, beden algısını şekillendiren faktörlerin iyi anlaşılması, bireylerin psikososyal iyi oluşlarını desteklemek açısından önemlidir.

1.4.2. Beden algısının gelişim süreci

Beden algısı, bireyin fiziksel görünümüyle ilgili düşüncelerini, duygularını ve tutumlarını içeren çok yönlü psikolojik bir kavramdır (Cash & Pruzinsky, 2002). Bu algı, bireyin fiziksel özelliklerini olduğu gibi kabul etmesini veya kendisiyle ilgili memnuniyetsiz hissetmesine sebep olabilir (Grogan, 2016). Gelişim süreci boyunca, biyolojik değişimler, çevresel faktörler ve kültürel normlar beden algısını şekillendirir (Tiggemann, 2012).

Beden algısı çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde önemli değişimler geçirmekte olup bu süreç bireyin ruh sağlığı, sosyal ilişkileri ve genel yaşam memnuniyeti üzerinde kalıcı etkiler bırakmaktadır (Thompson et al., 1999). Gelişim psikolojisi açısından bakıldığında, beden algısının, bireyin içinde bulunduğu yaş dönemine ve çevresel etkenlere bağlı olarak değişkenlik gösterdiği belirtilmektedir (Slater & Tiggemann, 2010).

Beden algısı yalnızca bireyin fiziksel görünümüne yönelik içsel değerlendirmelerini yansıtmaz, aynı zamanda toplumsal etkileşimler, medya etkileri ve kültürel değerler gibi dışsal faktörler de beden algısını şekillendirmektedir (Tylka, 2011).

1.4.2.1. Çocuklukta beden algısı

Çocukluk dönemi, bireyin fiziksel benliğine dair ilk temel farkındalığın oluşmaya başladığı evredir (Slaughter & Brownell, 2012). Bu süreçte çocuklar fiziksel görünümünü keşfetmeye başlayarak fiziksel özellikleri hakkında temel kavramlar geliştirir ve çevrelerindeki insanların kendilerine yönelik yorumlarını anlamlandırmaya çalışır (Ricciardelli & McCabe, 2001).

Çocukluk döneminde geliştirilen ebeveyn tutumları, medya ve akranlar ile kurulan ilişkiler beden algısını etkilemektedir (Smolak, 2011). Çocukların bedenlerine yönelik algıları ise genellikle sosyal çevrelerinden aldıkları geri bildirimler ile şekillenmektedir (Dittmar et al., 2006).

Ebeveyn tutumları, medya ve kültürel normlar ile akran ilişkileri, çocukların beden algısını şekillendiren önemli faktörlerdir. Ebeveynlerin beden imajına yönelik tutumları, çocukların fiziksel benlik algısını doğrudan etkileyebilir (Yılmaz & Güler, 2020). Özellikle aşırı eleştirel ebeveyn tutumları, çocuklarda olumsuz beden algısına ve düşük benlik saygısına yol açabilir (Rodgers & Chabrol, 2009). Bununla birlikte, olumlu ebeveyn desteği, çocukların kendi bedenlerine dair olumlu duygular geliştirmelerini sağlayarak, sağlıklı bir beden algısı oluşturabilir (Koch, 2021). Medya ve kültürel normlar da çocukların ideal beden algısında önemli bir rol oynar. Çizgi filmler, reklamlar ve oyuncaklar, çocukların beden imajını şekillendirmede etkili olabilir (Harrison, 2003). Ayrıca, cinsiyet normlarına dayalı medya içerikleri, özellikle belirli fiziksel özelliklerin ideal olduğu algısını pekiştirebilir (Dohnt & Tiggemann, 2006). Akran ilişkileri de çocukların beden algısını etkileyebilir. Akran zorbalığı ve sosyal dışlanma, çocuklarda beden memnuniyetsizliğinin temel nedenlerinden biri olabilir (Pope et al., 2002). Ayrıca, sosyal karşılaştırmalar, özellikle okul çağındaki çocuklarda beden algısını etkileyerek, benlik saygısı ve bedenle ilgili düşünceleri şekillendirebilir (Slater & Tiggemann, 2011).

Çocukluk döneminde olumlu beden algısı geliştiren bireylerin, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde daha sağlıklı bir beden algısına sahip olma eğiliminde olduğu belirtilmektedir (Hart et al., 2008).

1.4.2.2. Ergenlikte beden algısı

Ergenlik, bireyin fiziksel görünümü ve beden algısı üzerinde önemli dönüşümlerin yaşandığı bir gelişim evresidir (Steinberg, 2020). Bu dönemde hormon düzeylerindeki değişimler, fiziksel büyüme ve cinsel olgunlaşma, bireyin bedenine yönelik algılarının oluşumunda etkilere sahiptir (Blakemore et al., 2010). Özellikle bu dönemde çevrelerinden gelen akran baskısı, sosyal medya etkisi ve toplumsal güzellik algıları, ergenlerin bedenlerinden memnun olup olmamalarında belirleyici faktörlerdir (Grogan, 2016).

Ergenlik dönemi, biyolojik, hormonal, sosyal ve kültürel faktörlerin etkileşimiyle şekillenen önemli bir süreçtir. Biyolojik ve hormonal değişimler, ergenlerin beden algısını etkileyen temel unsurlardır. Hızlı büyüme, kilo değişiklikleri ve cinsiyet özelliklerinin belirginleşmesi, bu dönemde ergenlerin bedenlerini farklı bir şekilde algılamalarına yol açabilir (Ata et al., 2007). Özellikle kız çocuklarında kilo artışı ve

vücut yağ oranındaki değişiklikler olumsuz beden algısına neden olurken, erkek çocuklarında kas gelişimi önemli bir odak noktası haline gelmektedir (Pope et al., 2000). Akran ilişkileri ve sosyal medya da ergenlerin beden algısını şekillendiren en güçlü etkenlerden biridir. Akran baskısı ve sosyal medya, ergenlerin bedenlerini idealize edilmiş imgelerle kıyaslamalarına neden olabilmektedir, bu da beden memnuniyetsizliğine yol açabilir (Perloff, 2014; Fardouly et al., 2015). Ayrıca, toplumsal ve kültürel normlar da ergenlerin beden algısını etkileyen önemli faktörlerdir. Kültürel olarak belirlenen güzellik standartları, ergenlerde beden memnuniyetsizliğine yol açabilir (Tiggemann, 2012). Türkiye’de yapılan araştırmalarda, ergenlerin beden algılarının toplumsal cinsiyet normları tarafından şekillendirildiği belirlenmiştir (Koca & Aşçı, 2011).

1.4.2.3. Yetişkinlikte beden algısı

Yetişkinlik döneminde beden algısı daha stabil hale gelmekle birlikte, yaşlanma süreci ve sağlık sorunları gibi faktörler beden algısında değişimlere neden olabilir (Tiggemann, 2004). Yaşlanma sürecinde vücutta meydana gelen kırışıklıklar ve kilo değişimleri beden algısını etkileyebilir (Halliwell & Dittmar, 2003). Özellikle kadınlar için ebeveynlik ve doğum sonrası dönem, beden algısında büyük değişikliklere yol açabilmektedir (Clark et al., 2009). Bunun yanı sıra, kronik hastalıklar ve fiziksel aktivitelerdeki azalma, bireyde beden algısına yönelik olumsuz duyguların gelişmesine sebep olabilir (Peat et al., 2008).

1.4.3. Olumlu ve olumsuz beden algısı

Beden algısı, bireyin fiziksel görünümüne yönelik algıları, düşünceleri ve duygularını içeren çok yönlü bir psikolojik kavramdır (Cash & Pruzinsky, 2002). Beden algısı olumlu veya olumsuz olabilir ve bireyin özgüvenini, ruh sağlığını ve sosyal ilişkilerine etki edebilir (Grogan, 2016). Olumlu beden algısına sahip birey, kendi bedenini olduğu gibi kabul ederek fiziksel görünümünden memnunken, olumsuz beden algısına sahip birey, vücut şekli, kilosuna veya fiziksel özelliklerinden dolayı kaygı hissederek bedenine karşı memnuniyetsizlik hisseder (Tiggemann, 2012).

Bireyin beden algısını şekillendiren pek çok faktör vardır. Genetik özellikler, kültürel normlar, aile tutumları, medya etkisi ve akran ilişkileri beden algısının gelişiminde önemli etkilere sahiptir (Thompson et al., 1999). Araştırmalar, özellikle

ergenlik döneminde beden algısının hassas bir konu olduğunu ve bu dönemde edinilen algıların yetişkinlik dönemine kadar sürebilecek kalıcı etkiler bırakabileceğini göstermektedir (Smolak, 2011).

1.4.3.1. Olumlu beden algısı

Olumlu beden algısı, bireyin fiziksel görünümüyle barışık olması, bedenini olduğu gibi kabul etmesi ve fiziksel özelliklerinden bağımsız olarak kendisini değerli hissetmesi ile tanımlanır (Tylka, 2011). Bu kavram, bireyin bedenini yalnızca estetik bir unsur olarak değil, işlevsel bir yapı olarak değerlendirmesiyle de ilişkilidir (Alleva et al., 2015).

Bedeninden memnun olan bireyler, daha yüksek özgüvene, daha iyi psikolojik iyi oluşa ve daha tatmin edici sosyal ilişkilere sahip olma eğilimindedir (Wood-Barcalow et al., 2010). Olumlu beden algısına sahip bireyler, fiziksel görünümünden bağımsız olarak kendilerini kabul ettikleri için, toplumdaki güzellik standartlarından daha az etkilenirler ve kendilerini başkalarıyla kıyaslama eğilimleri daha düşüktür (Andrew et al., 2016).

Olumlu beden algısını destekleyen çeşitli faktörler bulunmaktadır. Bunlardan ilki, aile desteği ve ebeveyn tutumlarıdır. Aile içinde bireyin fiziksel özelliklerinin olumlu bir şekilde kabul edilmesi, çocuğun beden algısının güçlenmesine katkı sağlar (Rodgers & Chabrol, 2009). Destekleyici ebeveyn tutumları, çocukların ve ergenlerin bedenlerinden memnun olmalarına yardımcı olarak benlik saygılarını artırır (Yılmaz & Güler, 2020).

Bir diğer önemli faktör, sağlıklı sosyal ilişkiler ve akran desteğidir. Olumlu sosyal etkileşimler, bireyin bedenine yönelik daha pozitif bir algı geliştirmesine yardımcı olur (Halliwel, 2013). Özellikle ergenlik döneminde akran desteği ve sosyal onayın, beden memnuniyetini artıran temel unsurlardan biri olduğu görülmektedir (Karakuş, 2020).

Ayrıca, medya okuryazarlığı ve toplumsal güzellik algılarına direnç de olumlu beden algısını destekleyen etmenler arasındadır. Medya okuryazarlığı, bireylerin medyada sunulan idealize edilmiş beden imajlarını eleştirel bir bakış açısıyla değerlendirmelerini sağlar (Perloff, 2014). Yapılan araştırmalar, medya okuryazarlığı eğitimi alan bireylerin, medya tarafından dayatılan güzellik standartlarından daha az

etkilendiğini ve bedenlerinden daha fazla memnuniyet duyduklarını ortaya koymaktadır (Tiggemann & Slater, 2013).

1.4.3.2. Olumsuz beden algısı

Olumsuz beden algısı, bireyin fiziksel görünümüyle ilgili memnuniyetsizlik duyması, ideal beden görünümüne ulaşamadığını düşünmesi ve vücuduna yönelik sürekli eleştirel bir tutum geliştirir (Grogan, 2016). Bu durum, bireyin özgüvenini düşürerek kaygı ve depresyon gibi psikolojik sorunlara yol açabilir ve sosyal ilişkilerde olumsuz etkiler yaratabilir (Cash & Pruzinsky, 2002).

Özellikle ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerinde olumsuz beden algısına sahip bireylerde, yeme bozuklukları, aşırı diyet yapma, estetik kaygılar ve kendini sosyal ortamlardan soyutlama gibi davranışlar sıkça görülmektedir (Levine & Piran, 2001). Türkiye’de yapılan çalışmalar da olumsuz beden algısının benlik saygısı, psikolojik iyi oluş ve akademik başarıyla doğrudan ilişkili olduğunu göstermektedir (Yıldırım & Demirtaş, 2019).

Olumsuz beden algısını etkileyen çeşitli faktörler bulunmaktadır. Bunlardan ilki, toplumsal güzellik algıları ve medya etkisidir. Medya ve moda endüstrisi, bireylerde ulaşılması zor ideal beden algısını teşvik ederek olumsuz beden algısına yol açabilir (Dittmar et al., 2006). Özellikle sosyal medya platformlarında sürekli olarak filtrelenmiş ve mükemmel görünen bedenlerin paylaşılması, bireylerin kendilerini yetersiz hissetmelerine neden olabilmektedir (Perloff, 2014).

Bir diğer önemli faktör, aile ve akran baskısıdır. Ebeveynlerin çocuklarına yönelik bedenle ilgili eleştirileri, çocukların beden memnuniyetsizliği geliştirmesine sebep olabilir (Rodgers & Chabrol, 2009). Aynı şekilde, akran gruplarında beden görünümlerine yönelik alaycı yorumlar ve zorbalık, özellikle ergenlik döneminde düşük benlik saygısına ve olumsuz beden algısına yol açabilmektedir (Pope et al., 2000).

Bunun yanı sıra, psikolojik faktörler de olumsuz beden algısının gelişiminde etkili olabilir. Depresyon ve anksiyete gibi ruhsal durumlar, bireyin bedenine yönelik olumsuz algılar geliştirmesine neden olabilir (Peat et al., 2008). Ayrıca, mükemmeliyetçilik ve sosyal kaygı, bireyin fiziksel görünümüne karşı daha eleştirel

bir bakış açısı geliştirmesine ve beden memnuniyetsizliği yaşamasına yol açabilmektedir (Tylka, 2011).

1.4.4. Beden algısını etkileyen faktörler

Beden algısı, bireyin fiziksel görünümüne ilişkin öznel değerlendirmelerini ve duygusal tepkilerini içeren çok boyutlu bir kavramdır (Cash & Smolak, 2011). Beden algısının nasıl şekillendiği, bireyin gelişim sürecinde etkisi altında olduğu çevresel, kültürel ve bireysel faktörlere bağlı olarak değişebilir (Tiggemann, 2012). Çocukluk ve ergenlik dönemlerinde kazanılan beden algısı, yetişkinlik döneminde bireyin kendilik algısını, psikolojik iyi oluşunu ve sosyal ilişkilerini etkilemektedir (Grogan, 2016).

Beden algısını belirleyen faktörler arasında kültürel normlar, medya etkisi, aile tutumları ve akran ilişkileri gibi çevresel etmenler önemli bir yer tutarken; genetik yapı, kişilik özellikleri ve psikolojik süreçler gibi bireysel faktörler de beden algısının oluşumunda etkili olmaktadır (Thompson et al., 1999).

1.4.4.1. Kültürel ve toplumsal etkiler

Kültürel normlar ve toplumsal beklentiler beden algısının gelişimini etkilemektedir (Dittmar, 2009).

Her toplum, kendi kültürel normları ve değerleri doğrultusunda ideal beden algısını farklı şekillerde tanımlar. Bu nedenle, bir toplumda kabul gören güzellik standartları, başka bir toplumda farklılıklar gösterebilir. Güzellik anlayışları, bireylerin bedenlerine dair algılarını ve kendiliklerini doğrudan etkileyebilir (Swami, 2015). Örneğin, Batı toplumlarında ince ve atletik beden yapısı genellikle ideal kabul edilirken, bazı Afrika ve Pasifik Adaları kültürlerinde daha dolgun vücut yapıları sağlık ve refahın bir göstergesi olarak kabul edilmektedir (Anderson-Fye, 2004).

Türkiye’de yapılan araştırmalar, kültürel değerlerin beden algısı üzerindeki etkisini ortaya koymaktadır. Geleneksel ve muhafazakâr yapıya sahip toplumlarda, kadınlar beden görünüşleri konusunda daha fazla toplumsal baskı hissederek, bedenlerini belirli güzellik standartlarına göre şekillendirmeye yönelik sosyal bir zorunluluk oluşturur. Erkekler ise genellikle kaslı ve güçlü bir vücuda sahip olma yönünde bir beklentiyle karşı karşıya kalmaktadır (Karakuş, 2020). Kültürel yapı,

bireyin beden algısını şekillendiren temel unsurlardan biri olup, bireylerin kendilerini değerlendirme süreçlerini yönlendirmektedir (Yılmaz & Güler, 2020).

Beden algısının oluşumunda toplumsal cinsiyet rolleri önemli bir etkidir. Toplum, kadınları daha ince, estetik ve bakımlı olmaya yönlendirirken, erkeklerden kaslı, güçlü ve atletik bir vücut yapısına sahip olmaları beklenmektedir (Tiggemann, 2004). Bu tür toplumsal beklentiler, bireylerin beden memnuniyeti düzeylerini belirleyerek, beden algısına yönelik olumsuz tutumlar geliştirmelerine neden olabilmektedir (Grogan, 2016).

1.4.4.2. Medya ve sosyal medya

Günümüzde medya ve özellikle sosyal medya, bireylerin beden algısını büyük ölçüde etkilemektedir (Perloff, 2014). Medyanın ideal beden imajını sürekli olarak vurgulaması, bireylerin kendilerini bu standartlara göre değerlendirmelerine ve bedensel memnuniyetsizlik geliştirmelerine neden olabilmektedir (Dittmar, 2009).

Araştırmalar, sosyal medya platformlarının, özellikle ergenler ve genç yetişkinler üzerinde idealize edilmiş beden algısının yayılmasında önemli bir araç haline geldiğini göstermektedir (Fardouly et al., 2015). Filtrelenmiş ve düzenlenmiş görsellerin yaygın kullanımı, bireylerin gerçekçi olmayan güzellik standartları oluşturmasına ve kendilerini bu imajlarla kıyaslamalarına sebep olmaktadır (Tiggemann & Slater, 2013).

Sosyal medya kullanımının artmasıyla birlikte gençlerde beden memnuniyetsizliğinin ve diyet yapma oranlarının arttığı belirtilmektedir (Demir & Şahin, 2021). Sosyal medya platformlarında sürekli olarak “ideal” beden ölçülerinin öne çıkarılması, bireylerin bedenlerini daha eleştirel bir gözle değerlendirmelerine neden olmaktadır (Yıldırım & Demirtaş, 2019).

Medyanın beden algısı üzerindeki etkisini azaltmak için medya okuryazarlığı eğitimi önemli bir strateji olarak önerilmektedir. Medya okuryazarlığı, bireylerin gördükleri içerikleri eleştirel bir şekilde değerlendirmelerini sağlayarak, olumsuz beden algısının önlenmesine yardımcı olmaktadır (Levine & Piran, 2001).

1.4.4.3. Aile ve akran ilişkilerinin etkisi

Beden algısının şekillenmesinde aile dinamikleri ve akran ilişkileri önemli bir rol oynamaktadır (Rodgers & Chabrol, 2009). Ebeveynlerin çocuklarına yönelik tutumları, beden algısının gelişiminde temel belirleyicilerden biri olarak kabul edilmektedir (Khaleque & Rohner, 2012).

Olumlu ebeveyn tutumları, çocukların bedenlerinden memnun olmalarına yardımcı olurken, aynı zamanda özgüvenlerini artırmaktadır (Yılmaz & Güler, 2020). Buna karşın, aşırı eleştirel ebeveyn tutumları, çocukların bedenleri hakkında olumsuz algılar geliştirmelerine ve özsaygılarının düşmesine neden olabilmektedir (Rodgers & Chabrol, 2009). Destekleyici bir aile ortamı ise bireyin bedenine yönelik pozitif algılar geliştirmesine katkı sağlamaktadır (Halliwell, 2013). Aile kadar akran etkisi de beden algısının oluşumunda belirleyici bir faktördür. Akran baskısı, bireyin beden algısını olumsuz yönde etkileyebilir ve özellikle ergenlerde, arkadaş çevresindeki güzellik standartlarına uyma çabası beden memnuniyetsizliğini artırabilir (Karakuş, 2020). Bununla birlikte, akran desteğinin bireyin bedenine yönelik olumlu tutum geliştirmesinde koruyucu bir faktör olduğu belirtilmektedir (Tiggemann, 2004). Dolayısıyla, hem aileden hem de akranlardan gelen destek, bireyin beden algısını güçlendirerek, psikolojik iyi oluşunu olumlu yönde etkileyebilir.

Konuyla ilgili araştırmalarda ebeveynlerin ve akranların bedenle ilgili yaptıkları eleştirilerin, bireyin beden memnuniyetsizliğini artırdığını ve yeme bozukluklarıyla ilişkili olabileceğini ortaya koymaktadır (Yıldırım & Demirtaş, 2019).

1.4.5. Bağlanma stilleri ve beden algısı

Beden algısı, bireyin kendi fiziksel görünümüne yönelik düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını içeren çok yönlü bir kavramdır (Cash & Smolak, 2011). Bağlanma stilleri ise bireyin erken çocukluk döneminde bakım verenleriyle kurduğu ilişkiler sonucunda geliştirdiği içsel çalışma modelleriyle şekillenir ve yaşam boyu sosyal ilişkiler, duygusal düzenleme ve benlik algısı üzerinde etkili olur (Bowlby, 1988).

Bağlanma kuramı bağlamında değerlendirildiğinde, bireyin bağlanma stili, bedenine yönelik algısını ve bu algının onun psikososyal işlevselliği üzerindeki etkilerini belirleyebilmektedir (Mikulincer & Shaver, 2016). Araştırmalar, güvenli

bağlanmaya sahip bireylerin bedenleriyle daha olumlu ilişkiler geliştirdiğini ve beden algısı konusunda daha yüksek memnuniyet düzeyine sahip olduğunu gösterirken (Cash, 2011), güvensiz bağlanma stillerine sahip bireylerde beden memnuniyetsizliği, olumsuz benlik algısı ve düşük özsaygı gibi psikolojik risk faktörlerinin daha yaygın olduğu görülmektedir (Keating et al., 2013).

1.4.5.1. Güvenli bağlanmanın beden algısı ile ilişkisi

Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler, erken dönemde bakım verenleri tarafından tutarlı, sevgi dolu ve destekleyici bir ilişki içinde büyüyen kişilerdir (Ainsworth et al., 1978). Bu bireyler, hem sosyal hem de duygusal ilişkilerde daha yüksek özsaygıya ve psikolojik dayanıklılığa sahip olup, bedenleriyle daha olumlu bir ilişki geliştirme eğilimindedirler (Mikulincer & Shaver, 2016).

Araştırmalar, güvenli bağlanmaya sahip bireylerin bedenlerinden daha memnun olduklarını, bedenlerine yönelik daha az eleştirel ve daha kabullenici tutumlar sergilediklerini ortaya koymaktadır (Cash & Pruzinsky, 2002). Güvenli bağlanan bireylerin öz yeterlilik algılarının daha yüksek olması, idealize edilmiş beden normlarına uyma baskısını daha az hissetmelerine ve sosyal karşılaştırmalardan daha az etkilenmelerine yol açmaktadır (Scharf & Mayseless, 2011).

Türkiye’de yapılan çalışmalar da benzer sonuçlar ortaya koymaktadır. Güvenli bağlanmaya sahip bireylerin, bedenlerinden daha yüksek düzeyde memnuniyet duydukları, sosyal medya ve toplumsal güzellik standartlarından daha az etkilendikleri tespit edilmiştir (Yıldız & İmamoğlu, 2020). Güvenli bağlanmanın sağladığı psikolojik dayanıklılık, bireyin bedenine yönelik daha sağlıklı bir perspektif geliştirmesini desteklemektedir (Sümer & Güngör, 1999)

1.4.5.2. Kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanmanın beden algısı ile ilişkisi

Güvensiz bağlanma stilleri arasında yer alan kaygılı-kararsız bağlanma ve kaçınan bağlanma, bireyin beden algısını olumsuz etkileyebilen önemli faktörler arasında yer almaktadır (Mikulincer & Shaver, 2016).

Kaygılı-kararsız bağlanmaya sahip bireyler, bakım verenlerinden tutarsız duygusal destek gören ve bu nedenle ilişkilerinde aşırı bağımlılık, reddedilme korkusu ve düşük özsaygı geliştiren bireylerdir (Cassidy & Berlin, 1994). Bu bağlanma stiline

sahip bireyler, bedenlerini daha eleştirel bir şekilde değerlendirme ve sosyal onay arayışı içinde olma eğilimindedirler (Keating et al., 2013).

Çalışmalar, kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin beden algısı konusunda daha düşük memnuniyet duyduklarını ve sosyal karşılaştırmalara daha yatkın olduklarını göstermektedir (Cash & Smolak, 2011). Bu bireyler, özellikle sosyal medya ve toplumsal güzellik standartlarından daha fazla etkilenmekte ve bedenlerine yönelik daha yüksek düzeyde kaygı duymaktadırlar (Fardouly et al., 2015).

Türkiye’de yapılan araştırmalar, kaygılı bağlanmaya sahip bireylerin beden memnuniyetsizliği düzeylerinin daha yüksek olduğunu ve bedenleriyle ilgili daha fazla olumsuz duyguya sahip olduklarını ortaya koymaktadır (Demir & Şahin, 2021). Bu durum, bu bireylerin toplumsal güzellik standartlarına uyma konusunda daha fazla baskı hissettiklerini ve beden algılarını daha olumsuz değerlendirdiklerini göstermektedir (Yıldırım & Demirtaş, 2019).

1.4.5.3. Kaçınan bağlanma ve beden algısı

Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler, bakım verenleri tarafından duygusal açıdan yeterli destek görmemiş ve bu nedenle bağımsızlıklarını aşırı derecede ön planda tutan bireylerdir (Bartholomew & Horowitz, 1991). Bu bireyler, genellikle bedenleriyle ilgili duygularını bastırma eğiliminde olup, beden görünümüne yönelik ilgisiz bir tutum sergileyebilirler (Mikulincer & Florian, 1998).

Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler, bedenlerini değerlendirme konusunda duygusal mesafeli olabilirler ve bedensel kusurlarıyla yüzleşmek yerine, bu konuyu görmezden gelmeyi tercih edebilirler (Tiggemann, 2012). Bu durum, bazen bireylerin bedenlerine yönelik ilgisiz bir tutum sergilemelerine ve sağlıklı yaşam alışkanlıklarından uzaklaşmalarına neden olabilir (Swami, 2015).

Türkiye’de yapılan araştırmalar, kaçınan bağlanmaya sahip bireylerin bedenlerine yönelik düşük farkındalık geliştirdiklerini ve kendilerine yönelik ilgisizlik eğiliminde olduklarını göstermektedir (Karakuş, 2020). Bu bireyler, bedenleriyle ilgili olumsuz duygular hissettiklerinde, bu duyguları bastırarak, duygusal kopukluk geliştirme eğiliminde olabilirler (Yılmaz & Güler, 2020).

Bağlanma stilleri, bireyin beden algısını şekillendiren önemli bir psikolojik faktördür. Güvenli bağlanmaya sahip bireyler, bedenleriyle daha olumlu bir ilişki

geliştirirken, güvensiz bağlanma stilleri beden memnuniyetsizliği, düşük özsaygı ve sosyal karşılaştırmalara daha yatkın olma gibi olumsuz sonuçlarla ilişkilidir. Kaygılı bağlanmaya sahip bireyler, bedenlerini daha eleştirel bir şekilde değerlendirirken, kaçınan bağlanmaya sahip bireyler beden görünümüne karşı ilgisiz veya mesafeli bir tutum sergileyebilmektedir.

1.5. Yeme Tutumları

1.5.1. Yeme tutumu kavramı ve tanımı

Yeme tutumu, bireyin beslenme alışkanlıklarına, yiyecek tercihlerine ve yeme davranışlarına yönelik geliştirdiği bilişsel, duygusal ve davranışsal eğilimleri ifade eden çok yönlü bir kavramdır (Herman & Polivy, 2008). Yeme tutumu, yalnızca fiziksel açlık ve beslenme ihtiyacına dayalı bir süreç olmaktan öte, bireyin psikolojik durumu, kültürel geçmişi, sosyal çevresi ve bilişsel yapılarıyla doğrudan ilişkili olan dinamik bir olgudur (Fairburn, 2008).

Bireylerin yeme tutumları, çeşitli psikososyal faktörlerden etkilenmektedir. Örneğin, stres, kaygı, depresyon gibi psikolojik faktörler sağlıklı yeme tutumlarına neden olabilirken, kültürel normlar ve medya gibi dış etkenler de bireyin yiyeceklere ve bedenine yönelik algısını şekillendirebilmektedir (Stice et al., 2013). Türkiye’de yapılan araştırmalar da bireylerin yeme tutumlarının aile yapısı, toplumsal beklentiler ve medya etkisiyle değişebildiğini göstermektedir (Erol & Toprak, 2020).

1.5.1.1. Yeme tutumu ve yeme davranışı arasındaki fark

Yeme tutumu kavramı, genellikle yeme davranışı ile karıştırılmaktadır. Yeme tutumu, bireyin yiyecekler hakkındaki düşüncelerini, duygularını ve bunlara yönelik geliştirdiği bilişsel çerçeveyi kapsarken, yeme davranışı, bireyin fiili olarak gösterdiği yemek yeme eylemlerini ifade eder (Wardle et al., 2004). Yani, birey sağlıklı bir yeme tutumuna sahip olsa bile, çevresel faktörler nedeniyle sağlıklı yeme davranışları sergileyebilir veya bunun tam tersi de mümkün olabilir.

Türkiye’de yapılan çalışmalarda, bireylerin yeme tutumlarının kültürel ve sosyal faktörlere göre değiştiği bulunmuştur (Yılmaz & Gökmen, 2019). Özellikle Batılı diyet normlarının ve ince beden idealinin sosyal medya aracılığıyla yaygınlaşması, bireylerin yeme tutumları üzerinde belirgin bir baskı yaratmaktadır (Ata et al., 2007).

1.5.1.2. Psikolojik ve sosyal faktörler

Bireyin yeme tutumlarını etkileyen en önemli faktörlerden biri psikolojik süreçlerdir. Örneğin, duygusal yeme, stres, kaygı ve depresyon gibi psikolojik faktörlerle doğrudan ilişkilidir (Van Strien, 2018). Duygusal yeme, bireyin olumsuz duygularını bastırmak veya düzenlemek için aşırı veya düzensiz yeme davranışları sergilemesiyle karakterizedir (Heatherton & Baumeister, 1991).

Ayrıca, sosyal faktörler de bireyin yeme tutumlarında önemli bir rol oynamaktadır. Aile, arkadaş çevresi, medya ve kültürel normlar, bireyin yiyecek seçimlerini ve yeme alışkanlıklarını şekillendiren temel unsurlar arasında yer almaktadır (Lowe et al., 2012). Örneğin, aile içinde uygulanan beslenme alışkanlıkları ve ebeveynlerin çocuklarına sunduğu yiyecekler, bireyin ilerleyen yaşlarda geliştirdiği yeme tutumlarını belirlemede etkili olmaktadır (Birch & Fisher, 1998). Yapılan araştırmalar da benzer sonuçlar ortaya koymaktadır. Örneğin, Türk toplumunda ailelerin yemek kültürünün, bireyin yeme tutumları üzerinde önemli bir etkisi olduğu; özellikle anne-baba tutumlarının, bireyin beslenme alışkanlıklarıyla doğrudan ilişkili olduğu belirlenmiştir (Gündoğdu & Doğan, 2021).

1.5.2. Yeme tutumlarının kuramsal temelleri

Yeme tutumları, bireyin yiyeceklere yönelik algısını, beslenme alışkanlıklarını ve yeme davranışlarını şekillendiren psikolojik ve sosyal süreçleri içeren çok boyutlu bir kavramdır (Herman & Polivy, 2008). Bireyin yeme alışkanlıklarını anlamlandırmak ve değerlendirmek için farklı psikolojik kuramlar geliştirilmiş olup, bu yaklaşımlar yeme tutumlarını açıklamada önemli bir teorik çerçeve sunmaktadır. Bilişsel davranışçı kuram, psikodinamik yaklaşım ve sosyal öğrenme kuramı, yeme tutumlarının oluşumunu ve sürdürülmesini açıklamada sıkça başvurulan temel yaklaşımlar arasında yer almaktadır (Fairburn, 2008).

1.5.2.1. Bilişsel davranışçı kuram ve yeme tutumları

Bilişsel davranışçı kuram (BDT), bireyin yeme tutumlarını, yiyeceklerle ilgili düşünceleri, inançları ve bu düşüncelerin beslenme davranışları üzerindeki etkileri açısından ele almaktadır (Beck, 1976). Bu yaklaşıma göre, bireyin geliştirdiği olumsuz düşünce kalıpları, yeme bozuklukları veya sağlıksız beslenme alışkanlıkları geliştirmesine neden olabilir (Fairburn, 2008).

Özellikle bilişsel çarpıtmalar, bireyin yemek yeme davranışlarını etkileyen temel unsurlardan biridir. Örneğin, "Eğer tatlı yersem kilo alırım ve kendimi kötü hissederim" gibi otomatik düşünceler, bireyin yeme tutumlarını doğrudan etkileyebilir (Cooper et al., 2004). Türkiye’de yapılan araştırmalar da, bilişsel çarpıtmaların özellikle kadınlarda yeme bozukluğu riskini artırdığı ve beden imajı algısını olumsuz etkilediğini göstermektedir (Yılmaz & Gökmen, 2019).

Bilişsel davranışçı kuram, yeme bozukluklarının tedavisinde en yaygın kullanılan yöntemlerden biri olarak kabul edilmektedir. Bilişsel davranışçı terapi (BDT), bireylerin olumsuz yeme tutumlarını değiştirmeye yönelik farkındalık kazanmalarına yardımcı olmakta ve sağlıklı yeme alışkanlıklarını geliştirmelerine destek olmaktadır (Fairburn et al., 2003).

1.5.2.2. Psikodinamik yaklaşımlar ve yeme tutumları

Psikodinamik kuram, bireyin çocukluk döneminde yaşadığı deneyimlerin, bilinçdışı süreçler yoluyla yetişkinlikte yeme tutumlarını ve yeme davranışlarını nasıl etkilediğini açıklamaktadır (Bruch, 1973). Bu kurama göre, çocukluk döneminde ebeveynler tarafından yeterince beslenme ihtiyacı karşılanmayan bireyler, ilerleyen yaşlarda yiyecekleri bir başa çıkma mekanizması olarak kullanabilirler (Blatt & Levy, 2003).

Psikodinamik yaklaşımın yeme tutumları üzerindeki en önemli vurgularından biri duygusal açlık ve fiziksel açlık arasındaki farktır (Costin, 1999). Birey, fiziksel olarak aç olmadığı halde stres, kaygı veya üzüntü gibi olumsuz duygular yaşadığında yemek yeme eğiliminde olabilir. Bu durum, özellikle "duygusal yeme" kavramıyla ilişkilendirilmektedir (Van Strien, 2018).

Duygusal yeme eğiliminin, bireylerin erken çocukluk deneyimleriyle ilişkili olduğu ve özellikle reddedilme veya ihmal edilme hissi yaşayan bireylerde daha sık gözlemlendiği belirtilmektedir (Karakuş, 2020).

1.5.2.3. Sosyal öğrenme kuramı ve yeme davranışları

Sosyal öğrenme kuramı, bireylerin yeme tutumlarını ve beslenme alışkanlıklarını, çevrelerindeki bireyleri gözlemleyerek ve model alarak geliştirdiğini öne sürmektedir (Bandura, 1986). Özellikle çocukluk döneminde ebeveynlerin ve

akranların beslenme alışkanlıkları, bireyin yeme tutumlarını büyük ölçüde şekillendirmektedir (Birch & Fisher, 1998).

Sosyal medya ve kitle iletişim araçları da bireyin yeme tutumlarını doğrudan etkileyebilen önemli faktörler arasındadır (Tiggemann & Slater, 2013). Örneğin, sosyal medya platformlarında sıkça karşılaşılan "fit" beden algısı ve diyet trendleri, bireylerin yeme tutumları üzerinde baskı oluşturabilmektedir (Perloff, 2014). Türkiye’de yapılan araştırmalar da sosyal medyanın, özellikle ergenlerde beden algısı bozuklukları ve sağlıksız diyet alışkanlıklarıyla doğrudan ilişkili olduğunu göstermektedir (Demir & Şahin, 2021).

1.5.3. Yeme tutumlarının sınıflandırılması

Bireylerin yeme davranışlarını belirleyen yeme tutumları, psikolojik, biyolojik ve çevresel faktörlerin etkileşimi sonucu şekillenen karmaşık bir süreçtir (Stice et al., 2013). Yeme tutumları genellikle sağlıklı ve sağlıksız olmak üzere iki temel kategoriye ayrılmaktadır. Sağlıklı yeme tutumları, bireyin besin gereksinimlerini dengeli ve bilinçli bir şekilde karşılamasını ifade ederken, sağlıksız yeme tutumları, aşırı yeme, düzensiz beslenme veya yetersiz beslenme gibi riskli davranışları içermektedir (Herman & Polivy, 2008).

Sağlıksız yeme tutumları, özellikle yeme bozuklukları, duygusal yeme ve kısıtlayıcı diyet yapma gibi alt kategorilerde ele alınmaktadır (Fairburn, 2008). Bu sınıflandırmalar, bireylerin yemekle kurdukları ilişkiyi anlamlandırmada ve yeme davranışlarının altında yatan psikososyal süreçleri değerlendirmede önemli bir çerçeve sunmaktadır.

1.5.3.1. Sağlıklı yeme tutumları

Sağlıklı yeme tutumları, bireyin yeterli ve dengeli beslenmesini, açlık ve tokluk sinyallerini doğru yorumlamasını ve besin seçimlerinde bilinçli kararlar almasını içerir (Birch & Fisher, 1998). Bu tutum, sağlıklı yaşam alışkanlıkları ve psikolojik iyi oluş ile doğrudan ilişkilidir (Pinquart, 2017). Sağlıklı yeme tutumlarının temel özellikleri arasında bireyin açlık ve tokluk sinyallerine duyarlı olması, dengeli ve çeşitli besin gruplarını içeren bir beslenme düzeni benimsemesi, duygusal durumlara bağlı olmaksızın yemek yeme davranışı geliştirmesi ve yemek yeme davranışını bir stresle başa çıkma yöntemi olarak kullanmaması yer almaktadır. Türkiye’de yapılan

araştırmalar, sağlıklı yeme tutumlarının bireylerin fiziksel sağlıklarını korumalarının yanı sıra psikolojik iyi oluşlarını da desteklediğini göstermektedir (Demir & şahin, 2021). Özellikle ebeveynlerin beslenme konusundaki bilinçli tutumları, çocukların sağlıklı yeme alışkanlıkları geliştirmesinde kritik bir rol oynamaktadır (Karakuş, 2020).

1.5.3.2. Sağlıksız yeme tutumları

Sağlıksız yeme tutumları, bireyin beslenme düzenini bilinçsiz bir şekilde yönetmesi, yeme davranışlarının duygusal ve psikolojik faktörlerden etkilenmesi veya aşırı kontrol mekanizmaları geliştirmesi şeklinde ortaya çıkabilmektedir (Fairburn, 2008).

Duygusal Yeme:

Duygusal yeme, bireyin açlık hissetmeksizin stres, kaygı, üzüntü veya mutluluk gibi duygusal durumlarına bağlı olarak yemek yeme davranışı sergilemesi olarak tanımlanmaktadır (Van Strien, 2018). Araştırmalar, duygusal yemenin genellikle yüksek kalorili, şekerli ve yağlı besinlere yönelme eğilimi ile bağlantılı olduğunu göstermektedir (Herman & Polivy, 2008). Duygusal yeme ile ilgili temel bulgular incelendiğinde, yüksek stres seviyeleri ve duygusal yeme arasında güçlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir (Costin, 1999). Ayrıca, ocukluk çağında ebeveynleri tarafından besinlerle ödüllendirilen bireylerde duygusal yeme eğiliminin daha fazla olduğu gözlemlenmiştir (Blissett et al., 2010). Türkiye’de yapılan çalışmalar, duygusal yeme eğilimi gösteren bireylerin genellikle düşük benlik saygısı ve yüksek kaygı düzeyine sahip olduğunu ortaya koymaktadır (Karakuş, 2020).

Kısıtlayıcı Yeme:

Kısıtlayıcı yeme, bireyin kilo verme veya ideal bedene ulaşma amacıyla aşırı kontrollü bir beslenme düzeni benimsemesi ve belirli yiyecek gruplarından tamamen kaçınmasıdır (Fairburn, 2008). Bu alışkanlık, bireylerde yeme bozuklukları riskini artıran temel etmenlerden biri olarak görülmektedir (Stice et al., 2013). Araştırmalar, aşırı diyet yapma davranışının zamanla metabolizmayı yavaşlattığını ve sağlıksız kilo dalgalanmalarına neden olduğunu ortaya koymaktadır (Cooper et al., 2004). Beden imajı kaygısı, kısıtlayıcı yeme eğiliminin başlıca nedenlerinden biri olarak öne çıkmaktadır (Perloff, 2014). Türkiye’de yapılan çalışmalarda, sosyal medya

kullanımının kısıtlayıcı yeme davranışları üzerindeki etkisi incelenmiş ve özellikle kadın bireylerde bu ilişkinin güçlü olduğu bulunmuştur (Demir & Şahin, 2021).

Aşırı Yeme ve Tıkınırcasına Yeme:

Aşırı yeme, bireyin fiziksel olarak aç olmamasına rağmen büyük miktarlarda yiyecek tüketmesi olarak tanımlanmaktadır (Fairburn, 2008). Tıkınırcasına yeme ise aşırı yemenin kontrol kaybı yaşanan bir versiyonu olup, bireyin kısa sürede büyük miktarda yiyecek tükettiği ve ardından suçluluk veya pişmanlık hissettiği bir yeme bozukluğu türü olarak değerlendirilmektedir (Stice et al., 2013). Araştırmalar, aşırı yemenin bireylerde yüksek depresyon ve kaygı düzeyleriyle ilişkili olduğunu göstermektedir (Herman & Polivy, 2008). Tıkınırcasına yeme bozukluğu, kontrolsüz yeme döngüsünü tetikleyerek obezite riskini artırmaktadır (Van Strien, 2018). Türkiye’de yapılan çalışmalarda, aşırı yeme eğilimi gösteren bireylerin çoğunlukla düşük öz kontrol seviyesine ve yüksek stres düzeyine sahip olduğu belirlenmiştir (Karakuş, 2020).

1.5.4. Yeme tutumlarını etkileyen faktörler

Yeme tutumları, bireyin beslenme alışkanlıklarını, yemek yeme motivasyonlarını ve yiyeceklerle kurduğu ilişkiyi şekillendiren çok boyutlu bir süreçtir. Bu süreç, biyolojik, psikolojik, ailesel, kültürel ve çevresel birçok faktörden etkilenmektedir (Fairburn, 2008). Araştırmalar, sağlıklı ve sağlıksız yeme tutumlarının bireyin geçmiş deneyimlerinden, kişilik özelliklerinden, sosyal çevresinden ve hatta medya etkilerinden güçlü bir şekilde etkilendiğini göstermektedir (Herman & Polivy, 2008; Stice et al., 2013).

Türkiye’de yapılan çalışmalarda, yeme tutumlarını belirleyen en önemli faktörlerin ebeveyn tutumları, beden algısı, duygusal durum, sosyal medya kullanımı ve kültürel normlar olduğu belirtilmiştir (Demir & Şahin, 2021; Yılmaz & Gökmen, 2019).

1.5.4.1. Biyolojik faktörler

Bireyin yeme davranışlarını yönlendiren temel unsurlardan biri biyolojik süreçlerdir. Genetik faktörler, hormonal değişimler ve beyin kimyası, bireyin yeme alışkanlıklarını ve besin tercihlerine yönelik eğilimlerini belirleyebilmektedir (Van Strien, 2018). Özellikle leptin, ghrelin, insülin ve kortizol gibi hormonlar, açlık-tokluk

mekanizmasını düzenleyerek yeme davranışlarını etkilemektedir (Herman & Polivy, 2008). Örneğin, leptin hormonu tokluk sinyali gönderirken, ghrelin hormonu açlık hissini artırmaktadır (Birch & Fisher, 1998).

Biyolojik faktörler, bireyin yeme alışkanlıkları ve yeme bozuklukları üzerindeki etkili unsurlardan biridir. Genetik yatkınlık, bireyin obezite veya yeme bozukluklarına daha duyarlı olmasına neden olabilir (Stice et al., 2013). Ayrıca, hormon dengesizlikleri, özellikle stres hormonlarının (kortizol) yükselmesi, duygusal yeme eğilimini artırabilmektedir (Fairburn, 2008). Türkiye’de yapılan araştırmalar, ergenlik dönemindeki hormonal değişimlerin yeme alışkanlıkları üzerinde belirleyici bir rol oynadığını göstermektedir (Karakuş, 2020).

1.5.4.2. Psikolojik faktörler

Bireyin yeme davranışları, psikolojik durumuyla doğrudan ilişkilidir. Stres, depresyon, kaygı ve özsaygı düzeyi, bireyin yemek yeme davranışlarını olumlu veya olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Cooper et al., 2004).

Duygusal yeme, bireyin stres, mutsuzluk veya kaygı gibi olumsuz duygularla başa çıkmak için yemek yemeye yönelmesi olarak tanımlanır (Van Strien, 2018). Bu durum, genellikle sağlıksız ve yüksek kalorili besin tüketimini artırarak kilo alma riskini yükseltmektedir.

Psikolojik faktörler, bireylerin yeme alışkanlıklarını doğrudan etkileyen önemli unsurlardan biridir. Depresyon ve anksiyete düzeyi yüksek bireylerde duygusal yeme eğilimi daha sık görülmektedir (Fairburn, 2008). Türkiye’de yapılan çalışmalar, düşük özsaygıya sahip bireylerde aşırı yeme veya kısıtlayıcı diyet yapma oranlarının daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır (Demir & Şahin, 2021). Ayrıca, bilişsel çarpıtmalar ve olumsuz beden algısı, bireylerin yeme alışkanlıklarını sağlıksız bir şekilde yönlendirebilmektedir (Perloff, 2014).

1.5.4.3. Ailesel faktörler

Aile, bireyin yeme alışkanlıklarının oluşmasında en önemli sosyal çevrelerden biridir. Ebeveyn tutumları, aile içi iletişim ve çocukluk döneminde edinilen yeme alışkanlıkları, bireyin ilerleyen yaşamındaki yeme tutumları üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir (Pinquart, 2017).

Ailesel faktörler, bireylerin yeme alışkanlıklarının şekillenmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Ebeveynlerin aşırı kontrolcü tutumu, çocukların ilerleyen yaşlarında yeme bozuklukları geliştirme riskini artırabilmektedir (Grolnick & Pomerantz, 2009). Aile içindeki yemek alışkanlıkları, çocukların beslenme düzenlerini doğrudan etkilemekte olup, sağlıklı beslenme alışkanlıklarına sahip ailelerde büyüyen çocukların erişkinlikte de sağlıklı yeme alışkanlıkları geliştirme olasılığı daha yüksektir (Karakuş, 2020). Türkiye’de yapılan araştırmalar, ebeveynlerin ödül-ceza yöntemiyle yemek yemeyi teşvik etmesinin çocuklarda duygusal yeme eğilimini artırdığını göstermektedir (Yılmaz & Gökmen, 2019).

1.5.4.4. Kültürel ve sosyal faktörler

Bireylerin yeme alışkanlıkları ve beslenme tercihleri, içinde buldukları kültürden ve sosyal normlardan büyük ölçüde etkilenmektedir. Toplumsal güzellik algıları, medya etkisi ve sosyal çevre, bireyin yemekle kurduğu ilişkiyi yönlendirebilmektedir (Perloff, 2014).

Kültürel ve sosyal faktörler, bireylerin yeme alışkanlıklarını ve beslenme tutumlarını şekillendiren önemli etkenlerdir. Batı kültürlerinde ince vücut algısının baskın olması, bireylerin kısıtlayıcı diyet yapma eğilimlerini artırmaktadır (Tiggemann & Slater, 2013). Türkiye’de yapılan çalışmalar, sosyal medya kullanımının yeme tutumları üzerinde güçlü bir etkisi olduğunu göstermektedir. Özellikle Instagram ve TikTok gibi platformlar, bireylerin vücut algılarını şekillendirerek aşırı diyet yapma veya sağlıksız yeme alışkanlıkları geliştirmelerine neden olabilmektedir (Demir & Şahin, 2021). Ayrıca, ailelerin yemek kültürüne yönelik tutumları, bireyin besin tercihlerini belirleyerek yeme bozukluğu geliştirme riskini etkileyebilmektedir (Karakuş, 2020).

1.5.5. Yeme tutumlarının psikolojik ve sosyal etkileri

Yeme tutumları, bireyin yalnızca fiziksel sağlığını değil, aynı zamanda psikolojik ve sosyal yaşamını da doğrudan etkileyen önemli bir faktördür. Sağlıklı yeme alışkanlıkları, bireyin fiziksel ve ruhsal iyilik halini desteklerken, sağlıksız yeme tutumları duygusal dengesizlikler, düşük benlik saygısı ve sosyal uyumsuzluk gibi çeşitli olumsuz sonuçlarla ilişkilendirilmektedir (Fairburn, 2008; Stice et al., 2013).

Psikolojik faktörler, bireyin yemekle kurduğu ilişkiyi doğrudan etkileyerek aşırı yeme, yeme bozuklukları veya yemek yeme motivasyonundaki değişimlere yol açabilir (Herman & Polivy, 2008). Aynı zamanda, bireyin sosyal çevresi ve toplumdaki yeme kültürü, yeme tutumlarını şekillendiren önemli unsurlar arasındadır (Perloff, 2014).

1.5.5.1. Yeme tutumlarının psikolojik etkileri

Bireyin yemek yeme alışkanlıkları, psikolojik sağlığıyla yakından ilişkilidir. Yapılan araştırmalar, sağlıksız yeme tutumlarının anksiyete, depresyon, stres yönetimi ve duygusal düzenleme becerileri ile doğrudan bağlantılı olduğunu ortaya koymuştur (Fairburn, 2008).

Duygusal yeme, bireyin olumsuz duygularla başa çıkmak için yemek yemeye yönelmesi olarak tanımlanmaktadır (Van Strien, 2018). Araştırmalar, depresyon ve anksiyete düzeyi yüksek bireylerde duygusal yeme eğiliminin daha sık görüldüğünü ortaya koymaktadır (Cooper et al., 2004). Türkiye’de yapılan çalışmalar, duygusal yeme eğiliminin genellikle stresle başa çıkma mekanizması olarak kullanıldığını ve uzun vadede obezite ile yeme bozuklukları riskini artırdığını göstermektedir (Demir & Şahin, 2021)

Yeme bozuklukları ve psikolojik sorunlar, bireylerin beslenme alışkanlıklarını olumsuz yönde etkileyen ciddi durumlar arasında yer almaktadır. Anoreksiya nervoza, kişinin yemek yemeyi ciddi derecede kısıtlaması ve kilo almaktan aşırı derecede korkması ile karakterizedir (Bruch, 1973). Bulimiya nervoza, aşırı yemek yeme ataklarının ardından kendini kusturma, aşırı egzersiz yapma veya laksatif kullanımı gibi dengeleyici davranışlarla kendini gösterir (Fairburn et al., 2003). Tıkınırcasına yeme bozukluğu ise bireyin kısa sürede aşırı miktarda yemek tüketmesi ancak bunu telafi edici davranışlarla dengelememesi ile ortaya çıkmaktadır (Stice et al., 2013). Türkiye’de yapılan araştırmalar, yeme bozukluklarının sıklıkla düşük benlik saygısı, olumsuz beden algısı ve yüksek kaygı düzeyi ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Yılmaz & Gökmen, 2019).

Stresli durumlar, vücuttaki biyolojik yanıtları değiştirerek yeme davranışlarını doğrudan etkileyebilir. Özellikle stresin artması, vücutta kortizol seviyelerinin yükselmesine neden olur ve bu durum, bireylerin yeme davranışlarını şekillendirebilir

(Herman & Polivy, 2008). Yüksek stres seviyeleri yaşayan bireyler, genellikle karbonhidrat ve yağ oranı yüksek besinlere yönelerek aşırı yeme eğilimi gösterebilirler. Bu yeme tarzı, kısa süreli rahatlama sağlasa da, uzun vadede kilo artışı ve olumsuz psikolojik etkiler yaratabilir (Birch & Fisher, 1998). Türkiye’de yapılan çalışmalarda ise, sınav stresi gibi yüksek düzeyde kaygı yaratan durumlarla karşılaşan öğrencilerde aşırı yeme veya iştah kaybı gibi yeme tutumlarında belirgin değişimler gözlemlenmiştir (Karakuş, 2020). Bu bulgular, stresin yeme davranışları üzerindeki etkisinin bireysel farklılıklar gösterdiğini ve stresli durumların, beslenme alışkanlıklarını önemli ölçüde değiştirebileceğini ortaya koymaktadır.

1.5.5.2. Yeme tutumlarının sosyal etkileri

Yeme alışkanlıkları yalnızca bireysel psikolojik faktörlerden değil, aynı zamanda sosyal çevre, kültürel normlar ve medya tarafından da şekillendirilmektedir. Aile, arkadaş çevresi, sosyal medya ve toplumdaki güzellik algıları, bireyin yeme tutumlarını ve beden algısını doğrudan etkilemektedir (Perloff, 2014).

Aile bireylerinin yeme alışkanlıkları, bireyin çocukluk ve ergenlik döneminde kazandığı yeme tutumlarını büyük ölçüde etkileyebilir (Grolnick & Pomerantz, 2009). Ailedeki yeme alışkanlıkları, çocukların beslenme tercihlerinin şekillenmesinde belirleyici bir rol oynamaktadır. Özellikle aşırı baskıcı ebeveyn tutumları, çocuklarda sağlıksız yeme alışkanlıklarının gelişmesine yol açabilir ve bu da uzun vadede olumsuz sağlık sonuçlarına neden olabilir (Pinquart, 2017). Türkiye’de yapılan çalışmalarda ise, yemek saatlerinde aileyle birlikte yemek yeme alışkanlığına sahip bireylerin daha sağlıklı yeme tutumları geliştirdiği gözlemlenmiştir (Kaya & Çelik, 2020). Bu durum, aile içindeki yeme alışkanlıklarının bireylerin sağlıklı beslenme davranışları üzerinde önemli bir etkisi olduğunu göstermektedir.

Sosyal medya, bireylerin beden algısını etkileyerek sağlıksız yeme alışkanlıklarının oluşmasına neden olabilir (Tiggemann & Slater, 2013). Sosyal medya platformlarında karşılaşılan ideal güzellik standartları, bireylerde vücutlarına yönelik olumsuz duygular uyandırabilir ve bu da sağlıksız yeme davranışlarına yol açabilir. Araştırmalar, sosyal medya kullanımının bireylerde kilo kaybı ve diyet yapma baskısını artırabileceğini göstermektedir (Perloff, 2014). Bu baskı, özellikle genç bireylerde beden imajı ile ilgili kaygıları artırabilir. Türkiye’de yapılan çalışmalarda

ise, sosyal medya platformlarında sıkça vakit geçiren bireylerde yeme bozuklukları ve beden memnuniyetsizliğinin daha yaygın olduğu bulunmuştur (Demir & Şahin, 2021). Bu bulgular, sosyal medyanın bireylerin beden algısı üzerindeki olumsuz etkilerini ve sağlıksız yeme alışkanlıklarının yayılmasını destekleyen bir faktör olabileceğini ortaya koymaktadır.

Farklı kültürel normlar, bireylerin yemek yeme alışkanlıklarını büyük ölçüde şekillendirmektedir (Birch & Fisher, 1998). Kùltürler, hangi yiyeceklerin tercih edileceği, ne kadar yenileceği ve yeme davranışlarının sosyal olarak nasıl kabul edileceği konusunda belirleyici bir rol oynamaktadır. Batı kùltürlerinde ince vücut algısı ön plandayken, bazı Dođu kùltürlerinde daha dolgun beden yapısının idealize edildiği gör÷lmektedir (Tiggemann & Slater, 2013). Bu kültürel farklar, bireylerin beden algısını ve yeme alışkanlıklarını etkileyebilir. Türkiye’de yapılan araştırmalarda ise, toplumsal cinsiyet normlarının kadın ve erkek bireylerin yeme alışkanlıklarını farklı şekillerde etkilediği belirlenmiştir (Yılmaz & Gökmen, 2019). Bu durum, kültürel ve toplumsal normların, bireylerin beslenme davranışlarını şekillendiren önemli bir faktör olduğunu göstermektedir.

1.5.6. Yeme tutumlarının beden algısı ile ilişkisi

Yeme tutumları ve beden algısı, bireyin fiziksel ve psikolojik sağlığını etkileyen iki önemli kavramdır. Beden algısı, bireyin kendi vücut şekli ve ağırlığına ilişkin düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını içerirken (Cash & Pruzinsky, 2002), yeme tutumları ise bireyin yemek yeme alışkanlıklarını, besin tüketimiyle ilgili inançlarını ve yeme davranışlarını şekillendiren psikolojik süreçleri kapsar (Herman & Polivy, 2008).

Beden algısı ile yeme tutumları arasındaki ilişki, özellikle ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerinde belirgin hale gelmektedir. Bu dönemde, bireylerin beden algıları, sosyal medya, akran etkisi ve kültürel güzellik standartları gibi faktörlerden büyük ölçüde etkilenmekte ve bu durum yeme davranışları üzerinde önemli değişikliklere neden olabilmektedir (Perloff, 2014; Tiggemann & Slater, 2013). Türkiye’de yapılan araştırmalar da beden algısı bozukluklarının, sağlıksız yeme tutumları ve yeme bozuklukları ile güçlü bir ilişki içinde olduğunu ortaya koymaktadır (Demir & Şahin, 2021; Yılmaz & Gökmen, 2019).

1.5.6.1. Olumsuz beden algısı ve yeme tutumları

Olumsuz beden algısı, bireyin kendi fiziksel görünümünden memnun olmaması ve vücut yapısını ideal güzellik standartlarıyla kıyaslaması sonucunda ortaya çıkmaktadır (Grogan, 2016). Yapılan çalışmalar, olumsuz beden algısının özellikle genç bireylerde aşırı diyet yapma, yeme bozuklukları geliştirme ve sağlıksız yeme tutumları benimseme olasılığını artırdığını göstermektedir (Fairburn et al., 2003; Stice et al., 2013).

Olumsuz beden algısı geliştiren bireylerin, daha sık diyet yapma ve aşırı yeme davranışları sergileme eğiliminde oldukları bulunmuştur (Cooper et al., 2004). Bu bireyler, bedenleriyle ilgili olumsuz düşünceler geliştirdikçe, yemekle ilgili daha sık duygusal ve sağlıksız davranışlar sergileyebilirler. Ayrıca, depresyon ve kaygı düzeyi yüksek bireylerde, olumsuz beden algısı ile duygusal yeme eğilimi arasında güçlü bir ilişki olduğu gösterilmiştir (Van Strien, 2018). Bu ilişki, duygusal sıkıntılarla başa çıkma mekanizması olarak yeme davranışının kullanılmasına neden olabilir. Türkiye’de yapılan çalışmalarda ise, sosyal medyanın idealize edilmiş vücut imgeleri sunmasının, bireylerde beden memnuniyetsizliğini artırarak sağlıksız yeme tutumlarına zemin hazırladığı tespit edilmiştir (Demir & Şahin, 2021). Sosyal medyanın bu etkisi, bireylerin beden algısını olumsuz yönde etkileyerek, sağlıksız yeme davranışlarının gelişmesine katkıda bulunabilir.

Olumsuz beden algısına sahip bireylerde, anoreksiya nervoza, bulimiya nervoza ve tıkınırcasına yeme bozukluğu gibi ciddi yeme bozukluklarının görülme riski daha yüksektir (Fairburn, 2008). Bu bireyler, düşük özsaygı, yüksek kaygı ve depresyon gibi psikolojik sorunlarla da daha sık karşılaşabilmektedir (Perloff, 2014).

1.5.6.2. Olumlu beden algısı ve yeme tutumları

Olumlu beden algısı, bireyin fiziksel görünümüne dair gerçekçi ve kabul edici bir tutum benimsemesiyle karakterizedir. Birey, vücut yapısını kültürel normlardan bağımsız olarak değerlendirir ve sağlıklı bir yaşam biçimi geliştirme eğiliminde olur (Grogan, 2016).

Kendini beden algısı açısından olumlu değerlendiren bireyler, sağlıklı beslenme alışkanlıkları geliştirme ve aşırı diyet yapmaktan kaçınma eğilimindedir (Cash & Pruzinsky, 2002). Bu bireyler, bedenleriyle barışık oldukları için, daha dengeli ve

sürdürülebilir beslenme alışkanlıkları benimserler. Araştırmalar, beden memnuniyetinin yüksek olduğu bireylerin daha dengeli beslenme alışkanlıklarına sahip olduğunu ve yeme bozuklukları geliştirme riskinin daha düşük olduğunu göstermektedir (Herman & Polivy, 2008). Olumlu beden algısı, sağlıklı bir ilişki geliştirilmesine ve yeme davranışlarının düzenlenmesine yardımcı olabilir. Türkiye’de yapılan araştırmalarda ise, beden algısını olumlu değerlendiren bireylerin, sosyal medyadan daha az etkilendiği ve sağlıklı beslenme motivasyonlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Karakuş, 2020). Bu bulgular, olumlu beden algısının, bireylerin beslenme davranışlarını daha sağlıklı hale getirdiğini ve dışsal baskılara karşı daha dirençli olduklarını ortaya koymaktadır.

Sağlıklı yeme tutumlarını teşvik eden yaklaşımlar, bireyin bedenine yönelik olumlu bir algı geliştirmesine ve psikolojik iyi oluşunu artırmasına katkı sağlamaktadır. Bu nedenle, sağlıklı beden algısının desteklenmesi, genç bireylerin sağlıklı yeme alışkanlıkları kazanmasına yardımcı olabilir.

Beden algısı ve yeme tutumları arasındaki ilişki, bireyin ruh sağlığı, sosyal çevresi ve kültürel normlarla doğrudan bağlantılıdır. Olumsuz beden algısı, sağlıksız yeme davranışlarını ve psikolojik problemleri beraberinde getirirken, olumlu beden algısı sağlıklı yeme alışkanlıklarının gelişimini desteklemektedir. Sosyal medya ve kültürel güzellik normları, bireylerin beden algılarını ve yeme tutumlarını etkileyen en önemli faktörlerden biri olarak öne çıkmaktadır. Bu bağlamda, bireylerin gerçekçi ve sağlıklı bir beden algısı geliştirmeleri için psikoeğitim programlarının yaygınlaştırılması ve medya okuryazarlığının artırılması büyük önem taşımaktadır.

1.5.7. Bağlanma stilleri, algılanan ebeveyn tutumları, beden algısı ve yeme tutumları arasındaki ilişkiler

1.5.7.1. Bağlanma stilleri ile beden algısı ve yeme tutumları arasındaki etkileşim

Ergenlik dönemindeki bireylerin, fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal gelişim süreçlerinde önemli değişimler yaşanır (Steinberg, 2020). Bu süreçte, bireyin beden algısı ve yeme tutumları önemli ölçüde şekillenir ve erken dönemde kazanılan bağlanma stilleri, bu faktörler üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir (Mikulincer & Shaver, 2016). Bağlanma kuramına göre, bireyin çocukluk döneminde bakım verenleriyle geliştirdiği bağlanma stili, ilerleyen yaşlarda özsaygı, duygusal

düzenleme becerileri ve yeme davranışları gibi psikososyal süreçleri doğrudan etkileyebilir (Bowlby, 1969).

Bağlanma stilleri, bireyin kendisi ve çevresindeki diğer insanlar hakkındaki algılarını belirleyerek, sosyal ilişkilerde sergilediği tutumları ve psikolojik iyi oluşunu doğrudan etkilemektedir (Ainsworth et al., 1978). Üç boyutlu bağlanma modeli, bireylerin bağlanma stillerini güvenli bağlanma, kaygılı-kararsız bağlanma ve kaçınan bağlanma olmak üzere üç boyutta ele almaktadır (Brennan, Clark & Shaver, 1998). Yapılan araştırmalar, güvensiz bağlanma stillerine (kaygılı-kararsız bağlanma ve kaçınan bağlanma) sahip bireylerin daha fazla olumsuz beden algısı hissettikleri ve yeme davranışlarında düzensizlik gösterme olasılıklarının daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır (Tasca et al., 2009).

Beden algısı, bireyin fiziksel görünümüyle ilgili sahip olduğu bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkileri kapsayan çok boyutlu bir kavramdır (Cash & Pruzinsky, 2002). Güvenli bağlanma geliştiren bireyler, beden algılarını daha olumlu değerlendirme eğilimindeyken, kaygılı ve kaçınan bağlanma stillerine sahip bireyler, genellikle bedenlerinden memnuniyetsizlik duyma, olumsuz beden algısı geliştirme ve düşük özsaygı ile ilişkilendirilmektedir (Keating et al., 2019). Türkiye’de yapılan çalışmalar da bu bulguları desteklemektedir. Örneğin, Çelik ve Yılmaz (2021) tarafından yapılan bir araştırmada, kaygılı bağlanma stiline sahip ergenlerin beden algılarının daha düşük olduğu ve bu bireylerin fiziksel görünümüne dair daha fazla endişe taşıdıkları belirlenmiştir. Aynı şekilde, kaçınan bağlanma geliştiren bireylerin, duygusal yakınlık kurmada zorluk yaşamaları nedeniyle beden görünümüyle ilgili memnuniyetsizlik yaşadıkları gözlemlenmiştir (Sümer & Güngör, 1999). Güvensiz bağlanma stilleri ile beden algısı arasındaki ilişki, özellikle ergenlik döneminde daha belirgin hale gelmektedir. Bu dönemde birey, akran gruplarının, sosyal medyanın ve toplumsal güzellik standartlarının etkisiyle fiziksel görünümüne dair daha fazla farkındalık geliştirir (Fardouly et al., 2015). Güvensiz bağlanma geliştiren bireylerin, başkalarının kendileri hakkındaki görüşlerine daha fazla önem verdikleri ve beden görünümüne dair daha fazla kaygı duydukları belirtilmektedir (Mikulincer & Shaver, 2016).

Bağlanma stilleri, bireyin yeme tutumlarını da doğrudan etkileyebilir. Yeme tutumları, bireyin beslenme alışkanlıklarını, yiyeceğe yönelik duygusal tepkilerini ve beslenme ile ilişkili psikolojik süreçlerini içeren bir kavramdır (Garner et al., 1982).

Güvensiz bağlanma stillerine sahip bireyler, olumsuz duygusal deneyimlerini düzenlemek amacıyla yeme davranışlarını bir başa çıkma mekanizması olarak kullanabilirler (Tasca et al., 2013).

Kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler, yemek yeme davranışlarını çoğu zaman duygusal düzenleme stratejisi olarak kullanarak, duygusal yeme veya aşırı yeme eğilimi gösterebilirler (Wilkinson et al., 2010). Yapılan araştırmalar, kaygılı bağlanma geliştiren bireylerin, stres ve olumsuz duygularla başa çıkabilmek için daha fazla yemek yeme eğiliminde olduklarını ve bu durumun zamanla yeme bozuklukları riskini artırabildiğini göstermektedir (Caglar-Nazali et al., 2012). Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler ise genellikle duygusal yakınlıktan kaçındıkları gibi, yemek yeme davranışlarını da kontrol altında tutma eğiliminde olabilirler. Bu bireylerin kısıtlayıcı yeme, anoreksiya nervoza gibi yeme bozuklukları geliştirme riski daha yüksek olabilir (Tasca et al., 2009). Kaçınan bağlanma geliştiren bireyler, bağımsızlıklarını vurgulayan ve duygularını bastıran bir yapıya sahip oldukları için, yemek yeme ile ilgili katı kurallar geliştirme eğiliminde olabilirler (Troisi et al., 2006). Türkiye’de yapılan çalışmalar, bağlanma stillerinin yeme tutumları üzerindeki etkilerini incelemiştir. Öztürk ve Akbaş (2020) tarafından yapılan bir çalışmada, kaygılı bağlanma geliştiren ergenlerin duygusal yeme ve aşırı yeme eğilimlerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde, kaçınan bağlanmaya sahip bireylerin, kısıtlayıcı yeme davranışlarını daha sık gösterdikleri tespit edilmiştir.

1.5.7.2. Algılanan ebeveyn tutumlarının beden algısı ve yeme tutumları üzerindeki rolü

Ergenlik döneminde yaşanan değişikliklerle birlikte beden algısı ve yeme tutumları şekillenmekte olup, bireyin ailesiyle kurduğu ilişki ve algıladığı ebeveyn tutumları bu süreçte belirleyici bir rol oynamaktadır (Knafo & Schwartz, 2004). Algılanan ebeveyn tutumları, çocuğun ebeveynleri tarafından nasıl yetiştirildiğini değil, ebeveynlerinin tutumlarını nasıl algıladığını ifade etmektedir (Grolnick & Pomerantz, 2009). Yapılan araştırmalar, ebeveynlerin sergilediği duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk veya reddedicilik gibi tutumların, ergenlerin beden algısı ve yeme tutumları üzerindeki etkilerini şekillendirdiğini göstermektedir (Pinquart, 2017).

Beden algısı, bireyin kendi bedeni hakkındaki düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını içeren çok boyutlu bir kavramdır (Cash & Pruzinsky, 2002). Ergenlik

döneminde, bireyin fiziksel görünümüne dair algısı giderek daha önemli hale gelmekte ve akran baskısı, toplumsal güzellik standartları ve aile ilişkileri bu süreci önemli ölçüde etkilemektedir (Fardouly et al., 2015). Araştırmalar, ebeveynlerin çocuklarına yönelik sergilediği tutumların, ergenlerin beden görünümünü nasıl algıladıkları üzerinde kalıcı etkiler bırakabileceğini göstermektedir (Ata et al., 2007). Duygusal sıcaklık içeren ebeveyn tutumlarının, bireylerin beden algılarını olumlu yönde etkilediği bulunmuştur (Khaleque & Rohner, 2012). Ebeveynlerinden duygusal destek gören ve koşulsuz kabul algısı geliştiren bireylerin, bedenleriyle daha barışık oldukları ve fiziksel görünümüne dair daha az kaygı duydukları gösterilmiştir (McKinley, 2002). Türkiye’de yapılan araştırmalar da benzer sonuçlar ortaya koymaktadır. Örneğin, Yılmaz ve Aydın (2021) tarafından yapılan bir çalışmada, duygusal sıcaklık içeren ebeveyn tutumlarının ergenlerde daha olumlu beden algısı ile ilişkili olduğu belirlenmiştir. Diğer yandan, aşırı koruyucu ve reddedici ebeveyn tutumlarının, ergenlerin beden algısını olumsuz yönde etkileyebileceği belirtilmektedir (Karakuş, 2019). Aşırı koruyucu ebeveynler, çocuklarının bağımsızlıklarını kazanmalarını engelleyerek, onların kendi bedenlerini keşfetme ve kabul etme süreçlerini olumsuz etkileyebilirler (Grolnick et al., 1997). Aynı şekilde, reddedici ebeveyn tutumları, çocukların benlik saygısını düşürebilmekte ve beden algılarında olumsuz yargılar geliştirmelerine neden olabilmektedir (Rohner & Veneziano, 2001).

Yeme tutumları, bireyin yiyeceklerle olan ilişkisini ve beslenme alışkanlıklarını şekillendiren bilişsel, duygusal ve davranışsal faktörleri kapsamaktadır (Garner et al., 1982). Ergenlik döneminde, bireyin yeme davranışları genellikle psikososyal faktörlerden etkilenmekte olup, ebeveyn tutumları bu süreçte önemli bir etkidir (Tylka, 2006). Duygusal sıcaklık içeren ebeveyn tutumlarının, ergenlerin sağlıklı yeme alışkanlıkları geliştirmesine katkıda bulunduğu belirtilmektedir (Sleddens et al., 2011). Ebeveynlerinden duygusal destek gören bireylerin, yiyecekleri bir başa çıkma mekanizması olarak kullanma olasılıklarının daha düşük olduğu bulunmuştur (Tylka & Subich, 2004). Türkiye’de yapılan çalışmalarda da benzer bulgulara ulaşılmış olup, demokratik ve destekleyici ebeveyn tutumlarının, ergenlerde sağlıklı beslenme alışkanlıkları ile ilişkili olduğu gösterilmiştir (Öztürk & Akbaş, 2020). Buna karşın, aşırı koruyucu veya reddedici ebeveyn tutumlarının, ergenlerde sağlıksız yeme davranışlarını tetikleyebileceği görülmektedir (Pinquart, 2017). Kaygılı ebeveyn tutumları, çocukların stresle başa çıkmak için yiyeceklere yönelmesine ve duygusal

yeme davranışı geliştirmesine neden olabilmektedir (Mousoulis et al., 2019). Kaçman ebeveyn tutumlarına maruz kalan bireyler ise yiyecek tüketimi konusunda daha katı kurallar geliştirme eğiliminde olabilir ve kısıtlayıcı yeme davranışları sergileyebilirler (Tasca et al., 2009). Türkiye’de yapılan araştırmalarda, aşırı kontrolcü ebeveynlerin çocuklarında yeme bozukluklarının daha yaygın olduğu tespit edilmiştir (Karakuş, 2019). Özellikle, annelerinin eleştirel veya kontrolcü tutumlar sergilediğini algılayan ergenlerin, duygusal yeme, aşırı yeme ve düşük öz kontrol gibi davranışlar gösterme olasılıklarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Yıldırım & Demirtaş, 2019).



İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı, ergenlerin bağlanma stilleri ve algıladıkları ebeveyn tutumlarının, beden algısı ve yeme tutumları üzerindeki etkilerini derinlemesine incelemek ve bu değişkenler arasındaki olası bağlantıları ortaya koymaktır. Araştırma kapsamında, ergenlerin bağlanma stilleri, algıladıkları ebeveyn tutumları, beden algıları ve yeme tutumlarının düzeylerinin ayrı ayrı değerlendirilmesi hedeflenmektedir. Ayrıca, bu değişkenlerin sosyodemografik faktörlerle nasıl bir ilişki içinde olduğu da incelenerek daha geniş bir perspektif sunulması amaçlanmaktadır.

Araştırmanın amacına bağlı olarak aşağıdaki alt problemlere yanıt aranmıştır;

1. Ergenlerin bağlanma stilleri ile yeme tutumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Ergenlerin bağlanma stilleri ile beden algıları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Ergenlerin bağlanma stilleri ile algılanan ebeveyn tutumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Ergenlerin algılanan ebeveyn tutumları ile beden algısı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
5. Ergenlerin algılanan ebeveyn tutumları ile yeme tutumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
6. Ergenlerin beden algıları ile yeme tutumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
7. Ergenlerin yeme tutumları ile sosyodemografik değişkenler arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
8. Ergenlerin algılanan ebeveyn tutumları ile sosyodemografik değişkenler arasında ilişki var mıdır?
9. Ergenlerin bağlanma stilleriyle sosyodemografik değişkenler arasında ilişki var mıdır?

10. Ergenlerin beden algıları ile sosyodemografik değişkenler arasında ilişki var mıdır?

2.2. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, ilişkisel tarama modeli kullanılarak gerçekleştirilen nicel bir çalışmadır. İlişkisel tarama modeli, değişkenler arasındaki ilişkileri ve ilişkilerin derecelerini belirlemeyi amaçlayan bir yaklaşımdır. Araştırmada, ergenlerin bağlanma stilleri ve algılanan ebeveyn tutumlarının, beden algısı ve yeme tutumları üzerindeki etkileri incelenecektir.

2.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, İstanbul'da eğitimine devam eden 12-18 yaş aralığındaki öğrenciler oluşturmaktadır. Katılımcılar, basit rastgele örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir. Dahil edilme kriterleri arasında 12-18 yaş aralığında olmak ve araştırmaya gönüllü katılım sağlamak yer almaktadır. Bununla birlikte, tanılanmış aktif bir psikopatolojiye sahip olanlar ile bedensel veya zihinsel engeli bulunan bireyler çalışmaya dahil edilmemiştir.

2.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları olarak sosyodemografik bilgi formu, üç boyutlu bağlanma stilleri ölçeği, kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumları ölçeği, beden algısı ölçeği ve yeme tutum testidir. Tüm ölçekler katılımcılara yüz yüze uygulanmıştır.

2.4.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Sosyodemografik bilgi formunda ergenlerin cinsiyet, yaş, boy-kilo, psikiyatrik bir tanıya sahip olup olmadıkları, ebeveynlerin yaşam düzeyleri, ebeveynlerin eğitim düzeyleri, ebeveynlerin birliktelikleri ve aile gelir düzeyleri sorulmuştur. Bu değişkenler doğrultusunda ölçek puanlarını arasında değerlendirmeler yapılmıştır.

2.4.2. Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği

Bağlanma Stilleri Ölçeği, Evren Erzen tarafından 2016 yılında geliştirilmiştir. Ölçek 18 maddeden ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Katılımcılar, ölçek maddelerini 1= Kesinlikle Katılmıyorum, 2= Katılmıyorum, 3= Kısmen Katılıyorum, 4= Katılıyorum ve 5= Tamamen Katılıyorum şeklinde 5'li Likert tipi ölçeğine göre

değerlendirir. Ölçekte 5 madde güvenli bağlanma, 7 madde kaçınan bağlanma ve 6 madde kaygılı-kararsız bağlanma stillerinden oluşmak üzere üç alt boyut altında toplanmaktadır. Her alt boyuta ait puanlar ayrı ayrı hesaplanarak elde edilen yüksek puan, bireyin o bağlanma stilinde yatkın olduğunu gösterir. Ölçekten elde edilen puanlarla güvenli, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma stilleri arasındaki ilişki analiz edilebilir.

Alt boyutlar ve maddeleri şu şekildedir: Güvenli Bağlanma Stili: 4, 7, 10, 13, 16; Kaçınan Bağlanma Stili: 1, 3, 5, 9, 12, 15, 18; Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili: 2, 6, 8, 11, 14, 17. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır.

Ölçeğin toplam varyans açıklama oranı %45,73 olup, iç tutarlılık katsayıları ise Kaçınan Bağlanma Stili için 0,80, Güvenli Bağlanma Stili için 0,69 ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili için 0,71 şekilde belirlenmiştir.

2.4.3. Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları-Çocuk Formu (KAET-Ç)

Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği – Çocuk Formu (KAET-Ç), Perris ve arkadaşları (1980) tarafından geliştirilen Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin (AET-Ç) kısa formudur. Orijinal ölçek, 81 madde ve 14 alt boyuttan oluşan 4'lü Likert tipi bir öz bildirim ölçeğidir. Ancak zaman içinde ölçeğin uzunluğu nedeniyle Arrindell ve ark. (1999) tarafından ölçek 23 maddeye indirgenerek KAET-Ç adını almıştır. Katılımcılar, çocukluk dönemlerinde ebeveynlerinden algıladıkları tutumları anne ve baba için ayrı ayrı değerlendirmektedir. Bu değerlendirme, aşırı koruyuculuk (10 madde), reddedicilik (7 madde) ve duygusal sıcaklık (6 madde) olmak üzere üç boyutta yapılmakta olup, yanıtlar 1 (Hayır, hiçbir zaman) ile 4 (Evet, çoğu zaman) arasında değişen 4'lü Likert tipi ölçekle puanlanmaktadır. Ölçeğin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirliğine dair ilk bulgular, Dirik, Karancı ve Yorulmaz (2004) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışma ile elde edilmiştir. Bu çalışmada, alt ölçeklerin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları; anneyle ilgili aşırı koruyuculuk, reddedicilik ve duygusal sıcaklık için sırasıyla $\alpha = .71$, $\alpha = .68$ ve $\alpha = .65$; babayla ilgili aşırı koruyuculuk, reddedicilik ve duygusal sıcaklık için ise sırasıyla $\alpha = .50$, $\alpha = .72$ ve $\alpha = .73$ olarak hesaplanmıştır.

Daha sonraki bir çalışmada, Dirik, Yorulmaz ve Karancı (2015), daha geniş bir örneklem üzerinde KAET-Ç'nin Türkçe formunun psikometrik özelliklerini yeniden

değerlendirmiştir. Bu çalışmada, babaya yönelik aşırı koruyuculuk, reddedicilik ve duygusal sıcaklık alt boyutları için sırasıyla $\alpha = .73$, $\alpha = .71$ ve $\alpha = .79$; anneye yönelik ise aşırı koruyuculuk, reddedicilik ve duygusal sıcaklık için sırasıyla $\alpha = .72$, $\alpha = .64$ ve $\alpha = .75$ olarak rapor edilmiştir. Ayrıca ölçeğin, eş zamanlı geçerlik, ölçüt geçerliği ve yapı geçerliği açısından Türk kültüründe kullanım açısından uygun olduğu tespit edilmiştir. Ölçeğin alt boyutları belirli maddelerden oluşmaktadır. Duygusal sıcaklık boyutu 2, 6, 9, 12, 14, 19 ve 23. maddeleri; aşırı koruyuculuk boyutu 3, 5, 8, 10, 11, 17, 18, 20 ve 22. maddeleri; reddedicilik boyutu ise 1, 4, 7, 13, 15, 16 ve 21. maddeleri içermektedir. Orijinal ölçekte olduğu gibi, KAET-Ç'nin Türkçe formunda da 17. madde ters puanlanmaktadır.

Alt ölçeklerden alınan yüksek puanlar, bireyin algıladığı ebeveyn tutumunun o boyutta daha yoğun olduğunu göstermektedir. Mevcut çalışmada, KAET-Ç'nin anneye yönelik algılanan duygusal sıcaklık, reddedicilik ve aşırı koruyuculuk alt boyutları için Cronbach alfa güvenirlik katsayıları sırasıyla .80, .83 ve .80 olarak hesaplanmıştır. Babaya yönelik algılanan duygusal sıcaklık, reddedicilik ve aşırı koruyuculuk alt boyutları için ise bu değerler sırasıyla .82, .84 ve .80 olarak belirlenmiştir.

2.4.4. Beden Algısı Ölçeği

Beden Algısı Ölçeği, 1953 yılında Second ve Jourard tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması ve geçerlik-güvenirlik çalışmaları ise 1993 yılında Hovardaoğlu tarafından gerçekleştirilmiştir. Toplamda 40 maddeden oluşan bu ölçek, her bir maddesi belirli bir organ, beden bölgesi veya işlevine yönelik ifadeler içermektedir.

Ölçek, 1'den 5'e kadar puanlanan 5'li Likert tipi bir değerlendirme sistemine sahiptir. Katılımcılar, her bir madde için "Hiç beğenmiyorum" (1) ile "Çok beğeniyorum" (5) arasında değişen seçeneklerden birini işaretlemektedir. Ölçekten elde edilen toplam puan, verilen yanıtların toplanmasıyla hesaplanmakta olup, 40 ile 200 arasında değişmektedir. Puanın 135 ve üzerinde olması bireyin beden memnuniyetinin yüksek olduğunu, 135'in altında olması ise beden memnuniyetinin düşük olduğunu göstermektedir.

Hovardaoğlu'nun danışmanlığında, Anbar tarafından 2013 yılında ölçek üzerinde bir revizyon çalışması gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizlerde, ölçeğin iki yarısına ait iç tutarlık katsayılarının sırasıyla .79 ve .87 olduğu, ölçeğin tamamı için iç tutarlık katsayısının ise .95 olarak hesaplandığı belirlenmiştir.

2.4.5. Yeme Tutum Testi

Yeme tutumlarını ve alışkanlıklarını değerlendirmek amacıyla Garner ve Garfinkel tarafından 1979 yılında geliştirilen Yeme Tutum Testi-40, daha sonra Garner, Olmstead, Bohr ve Garfinkel (1982) tarafından gözden geçirilmiş ve 26 maddelik kısa form haline getirilmiştir. Bu kısa form, Türkçeye Erguney-Okumuş ve Sertel-Berk tarafından uyarlanmıştır. YTT-26, katılımcılara A, B ve C olmak üzere üç ana bölümde sunulmaktadır. A bölümünde demografik bilgilerle ilgili yedi soru, B bölümünde bireylerin yeme alışkanlıklarına dair 26 ifade ve C bölümünde son altı aya yönelik yeme davranışlarıyla ilgili beş ifade yer almaktadır.

YTT-26'yı içeren B bölümündeki maddeler, "3 = Daima, 2 = Çok sık, 1 = Sık sık, 0 = Diğer (Bazen, Nadiren, Hiçbir zaman)" şeklinde puanlanmaktadır. Ölçeğin 26. sorusunda ters puanlama yapılır. C bölümünde bulunan beş madde, son altı aylık süreçte yaşanan olası yeme davranışı bozukluklarını belirlemeye yöneliktir. A ve C bölümleri puanlamaya dahil edilmemekle birlikte, mevcut yeme patolojisinin anlaşılmasına katkı sağlar.

Ölçekten elde edilen toplam puanın 20 ve üzerinde olması, bireyde yeme tutumlarına ilişkin bir bozulma olasılığını göstermektedir. YTT-26'nın güvenilirlik analizlerine göre, iç tutarlılık katsayısı anoreksiya nervoza tanısı konulan bireylerde 0,90, kontrol grubunda ise 0,83 olarak bulunmuştur. Alt ölçeklere göre iç tutarlılık katsayıları şu şekildedir: diyet yapma alt ölçeğinde 0,90 ve 0,86; bulimia ve yeme takıntısı alt ölçeğinde 0,84 ve 0,61; yeme kontrolü alt ölçeğinde ise 0,83 ve 0,46'dır.

2.5. Verilerin Toplanması ve Analiz Edilmesi

Araştırma için ilgili etik kurul onayı 20.09.2024 tarihinde alınmış (karar no : 2024-14-57) ve çalışmanın uygulanacağı kurumlardan gerekli izinler sağlanmıştır.

Katılımcılara ve ebeveynlere araştırmanın amacı açıklandıktan sonra, veli izni alınmış; Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formunu imzalayan ve araştırmaya katılmaya gönüllü 1250 öğrenci çalışmaya dahil edilmiştir. Belirtilen ölçekler, 12-18 yaş aralığındaki

bireylere 2024-2025 Eğitim-Öğretim Yılı'nın 1. (birinci) döneminde yüz yüze görüşmeler yoluyla uygulanmıştır.

Çalışmada uygulanan anket ve ölçekler sonucunda elde edilen veriler SPSS 27.0 (Statistical Package for the Social Sciences) programı kullanılarak değerlendirilmiştir. İlk olarak, katılımcıların demografik özelliklerini ve ölçek puanlarını tanımlamak amacıyla frekans, yüzde, ortalama ve standart sapma gibi tanımlayıcı istatistikler hesaplanmıştır. Verilerin normallik dağılımı Kolmogorov-Smirnov testi ve basıklık çarpıklık değerleri ile kontrol edilmiş ve parametrik testlerin kullanılmasına uygun olduğu belirlenmiştir. İki kategorili değişkenlerin karşılaştırılmasında bağımsız örneklem t-testi; üç ve daha fazla gruplu değişkenlerde ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. ANOVA sonucunda anlamlı fark bulunan değişkenlerde, gruplar arasındaki farklılığın yönünü belirlemek amacıyla Tukey HSD post hoc testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Son olarak, belirli değişkenlerin yordayıcı gücünü test etmek amacıyla çoklu regresyon analizleri uygulanmış; bağlanma stilleri ile algılanan ebeveyn tutumlarının beden algısı ve yeme tutumu üzerindeki etkileri istatistiksel olarak incelenmiştir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde, araştırmaya katılan örneklem grubunun demografik özelliklerine, çalışmada yer alan değişkenlere ilişkin betimsel istatistiklere ve değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesine yönelik korelasyon ve regresyon analizi bulgularına yer verilerek istatistiksel analiz sonuçlarına göre yapılandırılmıştır.

Araştırmada kullanılan ölçek ve alt boyutlara ilişkin normallik varsayımını test etmek amacıyla çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri incelenmiştir. Tabachnick ve Fidell'e (2013) göre, çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1.5 ile +1.5 aralığında olması durumunda dağılımın normal kabul edilebileceği belirtilmektedir.

Tablo 1. Değişkenlere Ait Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Değişken	Çarpıklık	Basıklık
Güvenli Bağlanma	-,765	,874
Kaçman Bağlanma	,373	,065
Kaygılı-Kararsız Bağlanma	,178	-,348
Anne Aşırı Korumacılık	,412	-,223
Anne Reddedicilik	,854	-,065
Anne Duygusal Sıcaklık	-,272	-,583
Baba Aşırı Korumacılık	,453	-,030
Baba Reddedicilik	,864	-,097
Baba Duygusal Sıcaklık	-,167	-,799
Beden Algısı Ölçeği	-,285	,239
Yeme Tutum Testi	-,325	-,122
Bulimia ve Yeme Meşguliyeti	-,001	-1,207
Diyet Yapma	,649	-,775
Yemeyi Kontrol	,406	-1,283

Tüm değişkenlere ait çarpıklık ve basıklık değerleri -1.5 ile +1.5 aralığında kalmakta olup, bu durum değişkenlerin normal dağılıma uygun olduğunu

göstermektedir. Bu nedenle parametrik testlerin uygulanabilir olduğu sonucuna varılmıştır.

3.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Araştırmaya toplam 1250 ergen birey katılım sağlamıştır. Bu kısımda katılımcıların cinsiyet, yaş, boy-kilo, sınıf düzeyi, ebeveynlerin yaşam düzeyleri, ebeveynlerin eğitim düzeyleri, ebeveynlerin birliktelikleri ve aile gelir düzeyine ilişkin demografik bulgular yer almaktadır.

Tablo 2. Katılımcıların Cinsiyete Göre Dağılımı

Cinsiyet	N	%
Kadın	512	41,0
Erkek	738	59,0
Toplam	1250	100,0

Katılımcıların cinsiyetlerine göre dağılımı Tablo 3.1’de gösterilmektedir. Araştırmaya katılan bireylerin 512’si (%41,0) kadınlardan, 738’i (%59,0) ise erkeklerden oluşmaktadır. Örneklemde erkek katılımcıların oranının kadın katılımcılara kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir

Tablo 3. Katılımcıların Yaş Dağılımı

Değişken	Minimum	Maksimum	Ortalama (\bar{X})	Standart Sapma (SS)
Yaş	12,0	18,0	15,1800	1,18791

Katılımcıların yaşları 12 ile 18 arasında değişmekte olup, yaş ortalaması $15,18 \pm 1.18$ ’dir. Yaş dağılımı incelendiğinde, yaş grubunun orta ergenlik dönemine (14-16 yaş) yoğunlaştığı görülmektedir.

Tablo 4. Katılımcıların Boy ve Kilo Dağılımı

Değişken	Minimum	Maksimum	Ortalama (\bar{X})	Standart Sapma (SS)
Boy (m)	1,35	1,96	1,68	0,09
Kilo (kg)	30	120	61,56	14,22

VKİ	12,3	39,5	21,72	4,07
-----	------	------	-------	------

Katılımcıların boyları ortalama 1,68 m ve kiloları ortalama 61,56 kg olarak bulunmuştur. Vücut Kitle İndeksi (VKİ) ortalaması ise $21,72 \pm 4,07$ 'dir. Bu değer, Dünya Sağlık Örgütü'ne (WHO) göre normal ağırlık aralığında yer almaktadır.

Tablo 5. Katılımcıların Vücut Kitle İndeksi (VKİ) Sonuçlarına Göre Dağılımı

Vücut Kitle İndeksi Sonucu	N	%
Zayıf	258	20,6
Normal	753	60,2
Kilolu	181	14,6
Obez	58	4,6
Toplam	1250	100,0

Çalışmaya katılan toplam 1250 bireyin vücut kitle indeksi sonuçlarına göre dağılımı incelendiğinde, katılımcıların %60,2'sinin normal kiloda olduğu, %20,6'sının zayıf, %14,5'inin kilolu ve %4,6'sının obez grubunda yer aldığı görülmüştür. Bu bulgular, örneklem grubunun büyük bir kısmının vücut kitle indeksi açısından normal aralıkta bulunduğunu göstermektedir.

Tablo 6. Katılımcıların Sınıf Düzeyine Göre Dağılımı

Sınıf Düzeyi	N	%
7. Sınıf	28	2,2
8. Sınıf	61	4,9
9. Sınıf	372	29,8
10. Sınıf	345	27,6
11. Sınıf	381	30,5
12. Sınıf	63	5,0
Toplam	1250	100,0

Çalışmada yer alan 1250 katılımcının sınıf düzeylerine göre dağılımı incelendiğinde, en yüksek oranın %30,5 ile 11. sınıf öğrencilerine ait olduğu görülmüştür. Bunu %29,8 ile 9. sınıf ve %27,6 ile 10. sınıf öğrencileri takip etmektedir. 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin oranı ise sırasıyla %2,2 ve %4,9 gibi daha

düşük düzeylerde kalmıştır. 12. sınıf öğrencilerinin oranı ise %5,0 olarak belirlenmiştir. Bu sonuçlar, örneklemin büyük ölçüde lise öğrencilerinden oluştuğunu göstermektedir.

Tablo 7. Katılımcıların Ebeveynlerinin Hayatta Olma Durumlarına Göre Dağılımı

Ebeveynlerin Durumu	N	%
Her ikisi de sağ	1227	98,2
Sadece anne sağ	19	1,5
Sadece baba sağ	4	0,3
Toplam	1250	100,0

Katılımcıların büyük çoğunluğunun (%98,2) her iki ebeveyninin de sağ olduğu görülmektedir. Yalnızca annesi hayatta olan katılımcıların oranı %1,5 iken, yalnızca babası hayatta olanların oranı %0,3 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, örneklemin ebeveyn kaybı yaşayan bireylerden çok, her iki ebeveyni de hayatta olan bireylerden oluştuğunu göstermektedir.

Tablo 8. Katılımcıların Anne Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı

Anne Eğitim Düzeyi	N	%
Okuryazar değil	81	6,5
Okuryazar	46	3,7
İlkokul	420	33,6
Ortaokul	322	25,8
Lise	308	24,6
Lisans ve üstü	73	5,8
Toplam	1250	100,0

Tablo 8’de annelerin eğitim düzeyine ilişkin verileri göstermektedir. En yüksek oran, ilkököl düzeyine sahip annelerde (%33,6) görülürken, annelerin %6,5’inin eğitim düzeyi okuryazar olmayan bir kategoriye aittir.

Tablo 9. Katılımcıların Baba Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı

Baba Eğitim Düzeyi	N	%
Okuryazar değil	26	2,1

Okuryazar	27	2,2
İlkokul	339	27,1
Ortaokul	352	28,2
Lise	403	32,2
Lisans ve üstü	103	8,2
Toplam	1250	100,0

Tablo 9’da babaların eğitim düzeyini göstermektedir. En yüksek oran lise düzeyindeki babalarda (%32,2) görülürken, okuryazar olmayan baba oranı ise %2,1’dir.

Tablo 10. Katılımcıların Ebeveynlerinin Evlilik Birliği Durumlarına Göre Dağılımı

Ebeveynlerin Evlilik Birliği Durumu	N	%
Evet	1106	88,5
Hayır	144	11,5
Toplam	1250	27,1

Tablo 10’da ebeveynlerin evlilik birliğinin devam edip etmediğine dair verileri göstermektedir. Çoğu ailede (%88,5) ebeveynlerin evlilik birliği devam etmekte olduğu görülmektedir.

Tablo 11. Katılımcıların Aile Gelir Düzeyine Göre Dağılımı

Ailenin Gelir Düzeyi	N	%
Çok düşük	18	1,4
Düşük	69	5,5
Orta	840	67,2
Yüksek	215	17,2
Çok yüksek	108	8,6
Toplam	1250	100,0

Tablo 11’de ailelerin gelir düzeyini göstermektedir. En yüksek oran orta gelir düzeyindeki ailelerde (%67,2) yer almaktadır.

3.2. Çalışmada Kullanılan Ölçklere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Çalışmada yer alan üç boyutlu bağlanma stilleri, algılanan ebeveyn tutumları, beden algısı ve yeme tutumları değişkenlerine ilişkin tanımlayıcı istatistikler (ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerler) hesaplanmıştır.

Tablo 12. Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Alt Boyutlarının Betimleyici İstatistikleri

Bağlanma Stilleri	Minimum	Maksimum	Ortalama (X̄)	Standart Sapma (SS)
Güvenli Bağlanma	5	26	18,36	3,82
Kaçınan Bağlanma	7	35	17,11	5,24
Kaygılı-Kararsız Bağlanma	6	30	16,48	5,06

Bu araştırmaya katılan bireylerin çeşitli ölçeklerden elde ettikleri puanlara ilişkin tanımlayıcı istatistikler Tablo 12’de sunulmuştur. Katılımcıların güvenli bağlanma puan ortalaması 18.36 ± 3.82) olarak bulunmuştur. Kaçınan bağlanma puanlarının ortalaması 17.11 ± 5.24) ve kaygılı-kararsız bağlanma puanlarının ortalaması 16.48 ± 5.06) olarak hesaplanmıştır.

Tablo 13. Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeğinin Alt Boyutlarının Betimleyici İstatistikleri

Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği	Minimum	Maksimum	Ortalama (X)	Standart Sapma (SS)
Anne Aşırı Koruyuculuk	5	26	18,36	3,82
Anne Reddedicilik	7	35	17,11	5,24
Anne Duygusal Sıcaklık	6	30	16,48	5,06
Baba Aşırı Koruyuculuk	9	36	20,03	5,07
Baba Reddedicilik	7	28	10,56	4,03
Baba Duygusal Sıcaklık	7	28	18,15	5,01

Araştırmada kullanılan Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği sonuçlarına göre, katılımcıların annelerine yönelik algıladıkları duygusal sıcaklık puan ortalaması 20.96 ± 5.13 olarak bulunmuştur. Anne aşırı koruyuculuk puan ortalaması 20.03 ± 5.07 ve anne reddedicilik puan ortalaması 10.73 ± 4.15 bulunmuştur. Babalara yönelik algılanan duygusal sıcaklık puan ortalaması 18.15 ± 5.01 , baba aşırı koruyuculuk ortalaması 20.03 ± 5.07 ve baba reddedicilik puan ortalaması ise 10.56 ± 4.03 olarak hesaplanmıştır.

Bu bulgular, katılımcıların ebeveynlerinden özellikle duygusal sıcaklık algısının yüksek olduğunu göstermektedir.

Tablo 14. Beden Algısı Ölçeği Betimleyici İstatistikleri

Beden Algısı Ölçeği	Minimum	Maksimum	Ortalama (\bar{X})	Standart Sapma (SS)
Beden Algısı Ölçeği Toplam	42	200	139,41	29,20

Araştırmaya katılan ergenlerin Beden Algısı Ölçeği toplam puan ortalaması 139.41 ± 29.20 olarak bulunmuştur.

Bu sonuç, katılımcıların genel olarak beden algılarının orta-yüksek düzeyde olumlu olduğunu göstermektedir.

Minimum 42 ve maksimum 200 arasında değişen puanlar, beden algısında bireyler arası önemli farklılıkların bulunduğunu da ortaya koymaktadır.

Tablo 15. Yeme Tutum Testi Betimleyici İstatistikleri

Yeme Tutum Testi	Minimum	Maksimum	Ortalama (\bar{X})	Standart Sapma (SS)
YTT Toplam Puanı	0	76	12,45	11,76
Bulimia ve Yeme Meşguliyeti	0	33	5,63	6,52
Diyet Yapma	0	21	2,51	3,85
Yemeyi Kontrol	0	12	2,32	2,97

Araştırmada yer alan katılımcıların Yeme Tutumları Testi toplam puan ortalaması 12.45 ± 11.76 olarak bulunmuştur. Alt boyutlara bakıldığında, Bulimia ve Yeme

Meşguliyeti puan ortalaması 5.63 ± 6.52 , Diyet Yapma puan ortalaması 2.51 ± 3.85 ve Yemeyi Kontrol alt boyutu puan ortalaması ise 2.32 ± 2.97 olarak belirlenmiştir.

3.3. Katılımcıların Bağlanma Stilleri, Algılanan Ebeveyn Tutumları, Beden Algısı ve Yeme Tutumlarının Bazı Değişkenlere Göre Karşılaştırılması

Tablo 16. Cinsiyet Değişkenine Göre Bağlanma Stilleri, Algılanan Ebeveyn Tutumları, Beden Algısı ve Yeme Tutumları Değişkenlerinin Karşılaştırılması

Değişken	Cinsiyet	N	Ort.	SS	t	df	p
Güvenli Bağlanma Stili	Kadın	512	18,511	3,274	1,139	1248	,255
	Erkek	738	18,261	4,156			
Kaçınan Bağlanma Stili	Kadın	512	17,544	5,341	2,445	1248	,015*
	Erkek	738	16,808	5,158			
Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili	Kadın	512	18,072	5,041	9,531	1248	,000*
	Erkek	738	15,390	4,786			
Baba Aşırı Koruyuculuk	Kadın	512	20,814	5,633	4,560	1248	,000*
	Erkek	738	19,494	4,569			
Baba Reddedicilik	Kadın	512	1,017	0,157	3,952	1248	,000*
	Erkek	738	0,984	0,131			
Baba Duygusal Sıcaklık	Kadın	512	17,707	5,319	-2,661	1248	,008*
	Erkek	738	18,472	4,773			
Anne Aşırı Koruyuculuk	Kadın	512	21,693	5,698	4,233	1248	,000*
	Erkek	738	20,451	4,644			
Anne Reddedicilik	Kadın	512	1,027	0,156	4,745	1248	,000*
	Erkek	738	0,988	0,134			
Anne Duygusal Sıcaklık	Kadın	512	18,916	4,855	-1,522	1248	,128
	Erkek	738	19,332	4,680			

Beden Algısı	Kadın	512	130,785	30,461	-8,978	1248	,000*
	Erkek	738	145,405	26,719			
Yeme Tutum Testi	Kadın	512	0,999	0,417	2,017	1248	,044*
	Erkek	738	0,954	0,366			
Bulimia ve Yeme Meşguliyeti	Kadın	512	0,636	0,487	1,955	1248	,051
	Erkek	738	0,585	0,424			
Diyet Yapma	Kadın	512	0,350	0,382	-0,459	1248	,646
	Erkek	738	0,360	0,385			
Yemeyi Kontrol	Kadın	512	0,394	0,374	2,677	1248	,008*
	Erkek	738	0,338	0,360			

SS = Standart Sapma, * $p < 0.05$

Araştırmada yer alan katılımcıların bağlanma stilleri, algılanan ebeveyn tutumları, beden algısı ve yeme tutumları açısından cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır.

Analiz sonuçlarına göre, kaygılı-kararsız bağlanma stili puanlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($t = 9.53$, $p < .001$). Kadın katılımcıların ($\bar{x} = 18.07$, $ss = 5.04$), erkek katılımcılara ($\bar{x} = 15.39$, $ss = 4.79$) kıyasla daha yüksek kaygılı-kararsız bağlanma eğilimlerine sahip olduğu görülmektedir. Benzer şekilde, kaçman bağlanma stili puanlarında da anlamlı farklılık saptanmış ($t = 2.45$, $p = .015$) ve kadınların ($\bar{x} = 17.54$) erkeklerden ($\bar{x} = 16.81$) daha yüksek ortalama puanlar aldığı belirlenmiştir. Buna karşın, güvenli bağlanma stili puanlarında cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($t = 1.14$, $p = .255$).

Algılanan ebeveyn tutumları açısından bakıldığında, anne aşırı koruyucuğu, anne reddediciliği, baba aşırı koruyuculuğu, baba reddediciliği ve baba duygusal sıcaklık puanlarında cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p < .001$). Kadınlar, hem annelerini hem de babalarını erkeklere kıyasla daha fazla aşırı koruyucu ve reddedici olarak algılamakta, baba duygusal sıcaklık puanları erkeklerde daha yüksek çıkmıştır ($t = -2.66$, $p = .008$). Anne duygusal

sıcaklık değişkeninde ise cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($t = -1.52, p = .128$).

Yeme tutumları açısından ise kadınların toplam yeme tutum testi puanlarının erkeklere kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür ($t = 2.02, p = .044$). Ayrıca, yemeyi kontrol etme alt boyutunda da kadınların daha yüksek puan aldığı ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($t = 2.68, p = .008$). Ancak, bulimia ve yeme meşguliyeti ($t = 1.96, p = .051$) ve diyet yapma ($t = -0.46, p = .646$) değişkenlerinde cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Tablo 17. Yaş Değişkenine Göre Bağlanma Stilleri, Algılanan Ebeveyn Tutumları, Beden Algısı ve Yeme Tutumları Değişkenlerinin Karşılaştırılması

Değişken	Yaş	N	Ort.	SS	df	f	p
Güvenli bağlanma stili	12	22	20,1364	3,50911	6	3,733	,001*
	13	75	19,6267	3,39624			
	14	234	17,8889	3,76174			
	15	410	18,0122	4,03376			
	16	375	18,5813	3,67724			
	17	102	18,6275	3,85356			
	18	32	18,7813	3,02393			
	Toplam	1250	18,3640	3,82015			
Kaçınan bağlanma stili	12	22	13,7273	4,86172	6	4,809	,000*
	13	75	15,8667	5,48298			
	14	234	16,6538	4,79671			
	15	410	17,1537	5,10269			
	16	375	17,2667	5,34713			
	17	102	18,2157	5,70847			
	18	32	19,7813	5,25930			
	Toplam	1250	17,1104	5,24445			
Kaygılı-kararsız bağlanma stili	12	22	14,0455	3,88498	6	2,377	,027*
	13	75	16,5467	5,09715			
	14	234	15,8718	4,84265			
	15	410	16,3366	5,03279			
	16	375	16,9360	5,24748			
	17	102	17,1471	5,15579			
	18	32	17,1563	4,53737			
	Toplam	1250	16,4888	5,06549			
	12	22	18,4545	3,80134			
	13	75	21,0533	4,55564			

Baba aşırı koruyuculuk	14	234	20,0000	4,87703	6	1,897	,078
	15	410	20,2195	4,95709			
	16	375	19,9173	5,41152			
	17	102	19,0490	4,87949			
	18	32	21,1563	5,82602			
	Toplam	1250	20,0352	5,07213			
Baba reddedicilik	12	22	,9309	,11611	6	1,769	,102
	13	75	,9911	,14440			
	14	234	1,0082	,14570			
	15	410	1,0038	,14767			
	16	375	,9956	,14075			
	17	102	,9726	,12972			
	18	32	1,0149	,15119			
	Toplam	1250	,9979	,14352			
Baba duygusal sıcaklık	12	22	19,3636	4,45662	6	2,934	,008*
	13	75	19,7467	4,49352			
	14	234	17,9786	4,92297			
	15	410	18,4024	4,82622			
	16	375	17,5120	5,30505			
	17	102	18,6569	4,95024			
	18	32	17,8125	5,42061			
	Toplam	1250	18,1592	5,01681			
Anne aşırı koruyuculuk	12	22	19,2727	4,06122	6	1,760	,104
	13	75	22,1867	4,86769			
	14	234	20,9103	5,16056			
	15	410	21,0512	4,93774			
	16	375	21,0293	5,44164			
	17	102	20,0000	4,75748			
	18	32	20,6875	5,79453			
	Toplam	1250	20,9600	5,13672			
Anne reddedicilik	12	22	,9318	,11253	6	1,842	,088
	13	75	1,0188	,15131			
	14	234	1,0134	,14883			
	15	410	1,0114	,14671			
	16	375	,9977	,14310			
	17	102	,9838	,13612			
	18	32	,9977	,14887			
	Toplam	1250	1,0041	,14531			
Anne duygusal sıcaklık	12	22	21,1818	3,52726			
	13	75	20,5867	3,99017			
	14	234	18,8803	4,74529			

	15	410	19,1951	4,66438			
	16	375	18,8293	4,93137	6	2,299	,033*
	17	102	19,4314	4,90405			
	18	32	19,0938	5,15789			
	Toplam	1250	19,1616	4,75529			
	12	22	140,0455	32,99131			
	13	75	143,0533	31,07571			
	14	234	135,1923	26,84995			
Beden algısı toplam	15	410	139,4829	28,80575	6	1,360	,228
	16	375	140,0480	29,01950			
	17	102	142,0294	31,73699			
	18	32	144,7813	35,75791			
	Toplam	1250	139,4168	29,19990			
	12	22	,7826	,41955			
	13	75	1,0084	,39642			
	14	234	,9990	,40672			
	15	410	,9439	,38615	6	2,264	,035*
Yeme tutum testi toplam	16	375	,9905	,36520			
	17	102	1,0107	,40140			
	18	32	,8635	,42612			
	Toplam	1250	,9726	,38867			
	12	22	,4337	,44692			
	13	75	,6435	,49167			
	14	234	,6740	,43189			
	15	410	,5825	,44315	6	2,012	,061
Bulimia ve yeme meşguliyeti	16	375	,6012	,45676			
	17	102	,6143	,47176			
	18	32	,4980	,45750			
	Toplam	1250	,6067	,45212			
	12	22	,3021	,34445			
	13	75	,4278	,37499			
	14	234	,3481	,39417			
	15	410	,3273	,37193	6	1,500	,174
Diyet yapma	16	375	,3637	,38422			
	17	102	,4261	,41281			
	18	32	,3537	,39871			
	Toplam	1250	,3565	,38419			
	12	22	,2059	,29518			
	13	75	,3469	,38289			
	14	234	,4185	,38321			
Yemeyi kontrol	15	410	,3459	,35562	6	2,005	,062

16	375	,3470	,36056
17	102	,3954	,39306
18	32	,3444	,35758
Toplam	1250	,3614	,36721

* $p < 0.05$

Katılımcıların yaş değişkenine göre bağlanma stilleri, algılanan ebeveyn tutumları, beden algısı ve yeme tutumları ortalamaları arasında anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, yaş değişkenine göre güvenli bağlanma stili ($p = .001$), kaçınan bağlanma stili ($p < .001$), ve kaygılı-kararsız bağlanma stili ($p = .027$) değişkenlerinde anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuştur.

Bununla birlikte, baba duygusal sıcaklık ($F = 2.934$, $p = .008$) ve anne duygusal sıcaklık ($F = 2.299$, $p = .033$) değişkenlerinde de yaşa göre anlamlı farklılıklar saptanmıştır.

Öte yandan, baba ve anne aşırı koruyuculuk, reddedicilik, beden algısı, bulimia ve yeme meşguliyeti, diyet yapma ve yemeyi kontrol değişkenlerinde yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > .05$). Ancak yeme tutum testi toplam puanı açısından yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($F = 2.264$, $p = .035$), bu da ergenlikte yaşa bağlı olarak yeme davranışlarında farklılıkların ortaya çıkabildiğine işaret etmektedir.

Yaş değişkenine göre yapılan ANOVA analizlerinde anlamlı farklar bulunan güvenli bağlanma, kaçınan bağlanma, kaygılı-kararsız bağlanma, baba duygusal sıcaklık, anne duygusal sıcaklık ve yeme tutumları değişkenlerine Tukey HSD post hoc testi uygulanmıştır. Tukey HSD post hoc testine göre, kaçınan bağlanma puanları 12 yaş grubunda, 15-18 yaş gruplarına kıyasla anlamlı düzeyde daha düşüktür ($p < .05$); bu durum, yaş ilerledikçe kaçınan bağlanma eğiliminin arttığını göstermektedir. Güvenli bağlanma açısından 13 yaş grubu, 14 ve 15 yaş gruplarına kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek puan almıştır ($p < .05$), bu da orta ergenlikte güvenli bağlanmanın azaldığına işaret etmektedir. Kaygılı kararsız bağlanma stili puanlarında gruplar arasında fark gözlenmiş olsa da, post hoc analizlerde anlamlı düzeye ulaşmamıştır.

Baba duygusal sıcaklığı açısından 13 yaş grubunun, 16 yaş grubuna göre anlamlı düzeyde daha yüksek puan aldığı belirlenmiştir ($p = .008$). Anne duygusal

sıcaklığında ise 13 yaş grubunun 16 yaş grubuna kıyasla daha yüksek puan aldığı görülmüş, ancak bu fark anlamlılık sınırında kalmıştır ($p = .053$). Yeme tutumu puanlarında gruplar arasında fark gözlenmiş olsa da, post hoc analizlerde anlamlı düzeye ulaşmamıştır.

Tablo 18. Sınıf Düzeyine Göre Değişkenlerin ANOVA Sonuçları

Değişken	Sınıf	N	Ort.	SS	df	f	p
Güvenli bağlanma stili	7. sınıf	28	20,4286	3,27084	5	6,692	,000*
	8. sınıf	61	19,7869	3,21515			
	9. sınıf	372	17,7661	3,94390			
	10. sınıf	345	18,0725	4,06745			
	11. sınıf	381	18,7507	3,53006			
	12. sınıf	63	18,8571	3,22219			
	Toplam	1250	18,3640	3,82015			
Kaçınan bağlanma stili	7. sınıf	28	14,8214	5,51129	5	4,264	,001*
	8. sınıf	61	14,9508	5,17502			
	9. sınıf	372	17,0269	4,92196			
	10. sınıf	345	17,0812	5,18544			
	11. sınıf	381	17,5617	5,46852			
	12. sınıf	63	18,1429	5,30629			
	Toplam	1250	17,1104	5,24445			
Kaygılı-kararsız bağlanma stili	7. sınıf	28	14,3929	4,34050	5	3,389	,005*
	8. sınıf	61	15,8525	5,11480			
	9. sınıf	372	16,2339	4,82766			
	10. sınıf	345	16,1565	5,07374			
	11. sınıf	381	17,2362	5,31847			
	12. sınıf	63	16,8413	4,55860			
	Toplam	1250	16,4888	5,06549			
Baba aşırı koruyuculuk	7. sınıf	28	19,1429	4,03424	5	,833	,526
	8. sınıf	61	20,2295	4,76932			
	9. sınıf	372	20,4140	4,87865			
	10. sınıf	345	19,9913	4,82332			
	11. sınıf	381	19,7769	5,46425			
	12. sınıf	63	19,8095	5,73854			
	Toplam	1250	20,0352	5,07213			
Baba reddedicilik	7. sınıf	28	,9344	,12056	5	2,985	,011*
	8. sınıf	61	,9769	,14091			
	9. sınıf	372	1,0171	,14504			
	10. sınıf	345	,9928	,14534			
	11. sınıf	381	,9910	,14047			

	12. sınıf	63	1,0016	,14305			
	Toplam	1250	,9979	,14352			
Baba duygusal sıcaklık	7. sınıf	28	20,2143	4,58950	5	3,261	,006*
	8. sınıf	61	19,6393	4,74353			
	9. sınıf	372	18,0941	4,80950			
	10. sınıf	345	18,4174	4,98541			
	11. sınıf	381	17,5774	5,18575			
	12. sınıf	63	18,3016	5,32685			
	Toplam	1250	18,1592	5,01681			
Anne aşırı koruyuculuk	7. sınıf	28	20,0714	4,61020	5	,895	,484
	8. sınıf	61	21,5574	5,16890			
	9. sınıf	372	21,2500	5,03351			
	10. sınıf	345	20,6435	4,78465			
	11. sınıf	381	20,9921	5,49233			
	12. sınıf	63	20,6032	5,56933			
	Toplam	1250	20,9600	5,13672			
Anne reddedicilik	7. sınıf	28	,9394	,11580	5	3,800	,002*
	8. sınıf	61	,9983	,14770			
	9. sınıf	372	1,0275	,14628			
	10. sınıf	345	,9912	,14229			
	11. sınıf	381	1,0009	,14701			
	12. sınıf	63	,9906	,13849			
	Toplam	1250	1,0041	,14531			
Anne duygusal sıcaklık	7. sınıf	28	21,6786	3,54916	5	4,059	,001*
	8. sınıf	61	20,5738	4,10471			
	9. sınıf	372	18,6962	4,62638			
	10. sınıf	345	19,3942	4,81108			
	11. sınıf	381	18,8871	4,87209			
	12. sınıf	63	19,8095	4,94439			
	Toplam	1250	19,1616	4,75529			
Beden algısı toplam	7. sınıf	28	146,0714	32,76282	5	2,380	,037*
	8. sınıf	61	144,8197	31,77447			
	9. sınıf	372	136,1747	26,93016			
	10. sınıf	345	141,7333	29,93683			
	11. sınıf	381	138,4803	28,76919			
	12. sınıf	63	143,3492	34,41172			
	Toplam	1250	139,4168	29,19990			
Yeme tutum testi toplam	7. sınıf	28	,8827	,42916	5	1,602	,157
	8. sınıf	61	,9561	,40062			
	9. sınıf	372	,9804	,40499			
	10. sınıf	345	,9666	,38519			

	11. sınıf	381	,9971	,35920			
	12. sınıf	63	,8672	,43901			
	Toplam	1250	,9726	,38867			
Bulimia ve yeme meşguliyeti	7. sınıf	28	,4973	,44942	5	2,565	,026*
	8. sınıf	61	,5718	,48557			
	9. sınıf	372	,6643	,42946			
	10. sınıf	345	,6066	,44339			
	11. sınıf	381	,5821	,46713			
	12. sınıf	63	,4989	,47745			
	Toplam	1250	,6067	,45212			
Diyet yapma	7. sınıf	28	,3965	,37872	5	,998	,417
	8. sınıf	61	,4128	,38210			
	9. sınıf	372	,3453	,38743			
	10. sınıf	345	,3316	,37668			
	11. sınıf	381	,3806	,38808			
	12. sınıf	63	,3404	,38633			
	Toplam	1250	,3565	,38419			
Yemeyi kontrol	7. sınıf	28	,2689	,37206	5	,791	,556
	8. sınıf	61	,3157	,37009			
	9. sınıf	372	,3803	,36739			
	10. sınıf	345	,3635	,36973			
	11. sınıf	381	,3588	,36368			
	12. sınıf	63	,3395	,37181			
	Toplam	1250	,3614	,36721			

* $p < 0.05$

Sınıf düzeyine göre gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına göre, güvenli bağlanma stili ($p < .001$), kaçınan bağlanma stili ($p = .001$) ve kaygılı-kararsız bağlanma stili ($p = .005$) puanları arasında anlamlı farklar bulunmuştur. Benzer şekilde, baba reddedicilik ($p = .011$), baba duygusal sıcaklık ($p = .006$), anne reddedicilik ($p = .002$) ve anne duygusal sıcaklık ($p = .001$) değişkenleri de sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık göstermiştir. Beden algısı ($p = .037$) ve bulimia-yeme meşguliyeti ($p = .026$) skorlarında da anlamlı düzeyde farklar tespit edilmiştir. Diğer değişkenlerde (anne/baba aşırı koruyuculuk, yeme tutumu toplam, diyet yapma, yemeyi kontrol) anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Tablo 19. Sınıf Düzeyine Göre Anlamlı Fark Gösteren Değişkenler (Tukey HSD Testi)

Bağımlı değişken	(I) sınıf	(J) sınıf	Ortalama farkı (I-J)	Standart hata	p
Güvenli bağlanma stili	7. sınıf	9. sınıf	2,66	0,74	.005*
		10. sınıf	2,36	0,74	.019*

	8. sınıf	9. sınıf	2,02	0,52	.002*
		10. sınıf	1,71	0,52	.014*
	9. sınıf	11. sınıf	-0,98	0,28	.005*
		9. sınıf	-2,08	0,72	.046*
Kaçman bağlanma stili	8. sınıf	10. sınıf	-2,13	0,72	.039*
		11. sınıf	-2,61	0,72	.004*
		12. sınıf	-3,19	0,94	.009*
Kaygılı-kararsız bağlanma stili	7. sınıf	11. sınıf	-2,84	0,99	.046*
	10. sınıf	11. sınıf	-1,08	0,37	.046*
Baba reddedicilik	7. sınıf	9. sınıf	-0,08	0,03	.038*
Anne reddedicilik	7. sınıf	9. sınıf	-0,09	0,03	.023*
	9. sınıf	10. sınıf	0,04	0,01	.010*
Baba duygusal sıcaklık	8. sınıf	11. sınıf	2,06	0,669	.033*
Anne duygusal sıcaklık	7. sınıf	9. sınıf	2,98	0,93	.017*
	7. sınıf	11. sınıf	2,79	0,93	.031*
	8. sınıf	9. sınıf	1,88	0,65	.047*

* $p < 0.05$

Sınıf düzeyine göre yapılan post hoc analizlerde, güvenli bağlanma stili açısından 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin, 9. ve 10. sınıf öğrencilerine kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek puan aldığı görülmüştür ($p < .05$). Ayrıca, 9. sınıf öğrencilerinin güvenli bağlanma puanları 11. sınıfa göre anlamlı düzeyde daha düşüktür ($p = .005$). Bu bulgular, sınıf düzeyi ilerledikçe güvenli bağlanma eğiliminin azaldığını göstermektedir.

Kaçman bağlanma stili açısından, 8. sınıf öğrencilerinin 9, 10, 11 ve 12. Sınıf öğrencilerine kıyasla anlamlı düzeyde daha düşük puan aldığı tespit edilmiştir ($p < .05$). Bu durum, sınıf düzeyi yükseldikçe kaçman bağlanma eğiliminin arttığını düşündürmektedir.

Kaygılı-kararsız bağlanma stili açısından, 7. ve 10. sınıf öğrencilerinin 11. sınıfa kıyasla anlamlı düzeyde daha düşük puan aldığı bulunmuştur ($p = .046$), bu da özellikle üst sınıf düzeylerinde kaygılı-kararsız bağlanma eğiliminin arttığına işaret edebilir.

Baba reddedicilik ve anne reddedicilik değişkenlerinde de anlamlı farklar bulunmuştur. 7. sınıf öğrencileri baba ve anne reddediciliğini 9. sınıf öğrencilerine kıyasla daha düşük algılamaktadır ($p < .05$). Ayrıca 9. sınıf öğrencileri, 10. sınıf öğrencilerine göre anne reddediciliğini daha az algılamaktadır ($p = .010$).

Baba duygusal sıcaklık açısından, 8. sınıf öğrencilerinin 11. sınıfa göre anlamlı düzeyde daha yüksek puan aldığı saptanmıştır ($p = .033$). Anne duygusal

sıcaklığı açısından ise, 7. sınıf öğrencilerinin 9. ve 11. sınıf öğrencilerine kıyasla; 8. sınıf öğrencilerinin ise 9. sınıf öğrencilerine kıyasla daha yüksek puan aldığı belirlenmiştir ($p < .05$). Bu sonuçlar, sınıf düzeyi arttıkça ebeveynlere yönelik duygusal sıcaklık algısında bir azalma olduğunu göstermektedir.

Beden algısı değişkeninde ise sınıf düzeyleri arasında anlamlı farklılık göstermemektedir ($p > .05$).

Tablo 20. Ebeveynlerin Hayatta Olma Durumuna Göre Değişkenlerin ANOVA Sonuçları

Değişken	Grup	N	Ort.	SS	df	f	p
Güvenli Bağlanma Stili	Her ikisi de sağ	1227	18,3570	3,82761	2	,113	,893
	Anne sağ	19	18,7368	3,58767			
	Baba sağ	4	18,7500	3,20156			
	Toplam	1250	18,3640	3,82015			
Kaçınan Bağlanma Stili	Her ikisi de sağ	1227	17,1108	5,23906	2	,589	,555
	Anne sağ	19	17,6316	5,35631			
	Baba sağ	4	14,5000	7,14143			
	Toplam	1250	17,1104	5,24445			
Kaygılı Kararsız Bağlanma Stili	Her ikisi de sağ	1227	16,4955	5,07744	2	,711	,491
	Anne sağ	19	16,6842	4,61944			
	Baba sağ	4	13,5000	2,64575			
	Toplam	1250	16,4888	5,06549			
Baba Aşırı Koruyuculuk	Her ikisi de sağ	1227	20,0302	5,08716	2	,716	,489
	Anne sağ	19	19,7368	4,33131			
	Baba sağ	4	23,0000	3,16228			
	Toplam	1250	20,0352	5,07213			
Baba Reddedicilik	Her ikisi de sağ	1227	,9978	,14307	2	1,475	,229
	Anne sağ	19	,9777	,16469			
	Baba sağ	4	1,1130	,16630			
	Toplam	1250	,9979	,14352			
Baba Duygusal Sıcaklık	Her ikisi de sağ	1227	18,1263	5,02160	2	1,475	,229
	Anne sağ	19	20,0526	4,45313			
	Baba sağ	4	19,2500	5,43906			
	Toplam	1250	18,1592	5,01681			
Anne Aşırı Koruyuculuk	Her ikisi de sağ	1227	20,9723	5,14671	2	,857	,425
	Anne sağ	19	19,7368	4,62892			

	Baba sağ	4	23,0000	4,08248			
	Toplam	1250	20,9600	5,13672			
Anne Reddedicilik	Her ikisi de sağ	1227	1,0040	,14532			
	Anne sağ	19	1,0029	,15475	2	,283	,754
	Baba sağ	4	1,0586	,11740			
	Toplam	1250	1,0041	,14531			
Anne Duygusal Sıcaklık	Her ikisi de sağ	1227	19,1345	4,76622			
	Anne sağ	19	20,6316	3,93292	2	1,086	,338
	Baba sağ	4	20,5000	4,65475			
	Toplam	1250	19,1616	4,75529			
Beden Algısı	Her ikisi de sağ	1227	139,4980	29,26624			
	Anne sağ	19	137,3158	27,06177	2	,575	,563
	Baba sağ	4	124,5000	15,17674			
	Toplam	1250	139,4168	29,19990			
Yeme Tutum Testi	Her ikisi de sağ	1227	,9725	,38925			
	Anne sağ	19	,9670	,37116	2	,063	,939
	Baba sağ	4	1,0405	,37522			
	Toplam	1250	,9726	,38867			
Bulimia ve Yeme Meşguliyeti	Her ikisi de sağ	1227	,6069	,45254			
	Anne sağ	19	,5487	,43396	2	,670	,512
	Baba sağ	4	,8360	,43605			
	Toplam	1250	,6067	,45212			
Diyet Yapma	Her ikisi de sağ	1227	,3559	,38506			
	Anne sağ	19	,3912	,35651	2	,081	,922
	Baba sağ	4	,3693	,29516			
	Toplam	1250	,3565	,38419			
Yemeyi Kontrol	Her ikisi de sağ	1227	,3609	,36790			
	Anne sağ	19	,4070	,33853	2	,202	,817
	Baba sağ	4	,3010	,34760			
	Toplam	1250	,3614	,36721			

* $p < 0.05$

Katılımcıların ebeveynlerinin hayatta olma durumuna göre güvenli bağlanma, kaygılı-kararsız bağlanma, kaçınan bağlanma stilleri; algılanan anne ve baba tutumları; beden algısı ve yeme tutumu ile ilgili puanları karşılaştırılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizine (ANOVA) göre, hiçbir değişken açısından gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > .05$).

Tablo 21 Annenin Eğitim Düzeyine Göre Değişkenlerin ANOVA Sonuçları

Değişken	Grup	N	Ort.	SS	df	f	p
Güvenli Bağlanma Stili	Okuryazar değil	81	18,0000	3,60555	5	1,246	,285
	Okuryazar	46	18,0217	4,57281			
	İlkokul	420	18,1548	3,80583			
	Ortaokul	322	18,4286	3,88898			
	Lise	308	18,5422	3,80144			
	Lisans ve üstü	73	19,1507	3,32362			
	Toplam	1250	18,3640	3,82015			
Kaçman Bağlanma Stili	Okuryazar değil	81	17,3827	5,24540	5	,398	,850
	Okuryazar	46	17,4348	5,35683			
	İlkokul	420	17,1071	5,13451			
	Ortaokul	322	17,2702	5,27366			
	Lise	308	16,7825	5,23718			
	Lisans ve üstü	73	17,3014	5,78716			
	Toplam	1250	17,1104	5,24445			
Kaygılı- Kararsız Bağlanma Stili	Okuryazar değil	81	17,9259	4,71110	5	2,169	,055
	Okuryazar	46	17,0870	4,51578			
	İlkokul	420	16,6167	5,34742			
	Ortaokul	322	16,4317	4,65073			
	Lise	308	15,9935	5,13276			
	Lisans ve üstü	73	16,1233	5,35658			
	Toplam	1250	16,4888	5,06549			
Baba Aşırı Koruyuculuk	Okuryazar değil	81	21,2346	5,03555	5	1,670	,139
	Okuryazar	46	19,5870	4,76364			
	İlkokul	420	19,9810	5,04676			
	Ortaokul	322	20,0528	5,02830			
	Lise	308	19,6591	5,07764			
	Lisans ve üstü	73	20,8082	5,48396			
	Toplam	1250	20,0352	5,07213			
Baba Reddedicilik	Okuryazar değil	81	1,0429	,15476	5	2,817	,015*
	Okuryazar	46	1,0000	,13727			
	İlkokul	420	1,0059	,14399			
	Ortaokul	322	,9858	,13962			
	Lise	308	,9856	,13999			
	Lisans ve üstü	73	1,0047	,15428			
	Toplam	1250	,9979	,14352			
	Okuryazar değil	81	17,2593	5,19562	5	2,335	,040*
	Okuryazar	46	16,8478	4,56541			

Baba Duygusal Sıcaklık	İlkokul	420	17,8786	5,23819			
	Ortaokul	322	18,4534	4,76089			
	Lise	308	18,4513	5,04129			
	Lisans ve üstü	73	19,0685	4,51949			
	Toplam	1250	18,1592	5,01681			
Anne Aşırı Koruyuculuk	Okuryazar değil	81	22,0864	5,20384			
	Okuryazar	46	20,2609	4,63530			
	İlkokul	420	21,0738	5,17076			
	Ortaokul	322	20,8478	4,98019	5	2,183	,054
	Lise	308	20,4805	5,13685			
	Lisans ve üstü	73	22,0137	5,61618			
	Toplam	1250	20,9600	5,13672			
Anne Reddedicilik	Okuryazar değil	81	1,0489	,14978			
	Okuryazar	46	1,0248	,14769			
	İlkokul	420	1,0136	,14138			
	Ortaokul	322	,9875	,14154	5	3,611	,003*
	Lise	308	,9906	,14353			
	Lisans ve üstü	73	1,0174	,17039			
	Toplam	1250	1,0041	,14531			
Anne Duygusal Sıcaklık	Okuryazar değil	81	17,8395	5,28076			
	Okuryazar	46	17,8696	4,81945			
	İlkokul	420	18,8929	4,93494			
	Ortaokul	322	19,4348	4,53753	5	3,393	,005*
	Lise	308	19,5812	4,52606			
	Lisans ve üstü	73	20,0137	4,54145			
	Toplam	1250	19,1616	4,75529			
Beden Algısı	Okuryazar değil	81	129,9877	31,47955			
	Okuryazar	46	134,4348	31,75577			
	İlkokul	420	136,9619	28,84141			
	Ortaokul	322	142,0280	26,39036	5	4,056	,001*
	Lise	308	142,0649	29,98766			
	Lisans ve üstü	73	144,4521	32,28219			
	Toplam	1250	139,4168	29,19990			
Yeme Tutum Testi	Okuryazar değil	81	1,0728	,38072			
	Okuryazar	46	,9286	,37402			
	İlkokul	420	,9660	,40261			
	Ortaokul	322	,9700	,36308	5	1,248	,284
	Lise	308	,9674	,38737			
	Lisans ve üstü	73	,9606	,43369			
	Toplam	1250	,9726	,38867			
	Okuryazar değil	81	,7727	,43369	5	2,592	,024*

Bulimia ve Yeme Meşguliyeti	Okuryazar	46	,6071	,43134			
	İlkokul	420	,6123	,45550			
	Ortaokul	322	,5789	,42960			
	Lise	308	,5916	,46713			
	Lisans ve üstü	73	,5761	,47278			
	Toplam	1250	,6067	,45212			
Diyet Yapma	Okuryazar değil	81	,3728	,37755			
	Okuryazar	46	,2981	,37977			
	İlkokul	420	,3447	,38257			
	Ortaokul	322	,3688	,38936	5	,967	,437
	Lise	308	,3464	,37561			
	Lisans ve üstü	73	,4302	,41574			
Toplam	1250	,3565	,38419				
Yemeyi Kontrol	Okuryazar değil	81	,3974	,36942			
	Okuryazar	46	,2951	,31045			
	İlkokul	420	,3806	,37198			
	Ortaokul	322	,3565	,36198	5	,854	,511
	Lise	308	,3444	,36977			
	Lisans ve üstü	73	,3461	,38334			
Toplam	1250	,3614	,36721				

* $p < 0.05$

Annelerin eğitim düzeyine göre yapılan ANOVA sonuçlarına göre; güvenli bağlanma, kaçınan bağlanma, kaygılı-kararsız bağlanma ve anne ve baba aşırı koruyuculuk puanlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > .05$). Buna karşılık, baba reddedicilik ($p = .015$), baba duygusal sıcaklık ($p = .040$), anne reddedicilik ($p = .003$), anne duygusal sıcaklık ($p = .005$) ve beden algısı ($p = .001$) puanlarında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Yeme tutumu ve alt boyutlarında ise genel olarak anlamlı fark bulunmamıştır.

Anlamlı fark bulunan değişkenlerde yapılan Tukey HSD çoklu karşılaştırmalar sonucunda; Baba reddedicilik puanları açısından okuryazar olmayan grup ile ortaokul ve lise mezunu gruplar arasında anlamlı fark görülmüştür ($p = .017$). Anne reddedicilik puanlarında okuryazar olmayan grup ile ortaokul ($p = .009$) ve lise ($p = .016$) mezunu gruplar arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Anne duygusal sıcaklık değişkeninde okuryazar olmayan grup ile lise mezunu grup arasında anlamlı fark vardır ($p = .038$). Baba duygusal sıcaklık değişkeni ANOVA sonuçlarına göre anlamlı farklılık bulursa da post hoc testi sonucunda değişkenler arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p > .05$). Beden algısı puanlarında okuryazar olmayan grup

ile ortaokul ($p = .011$), lise ($p = .011$) ve lisans ve üstü ($p = .025$) gruplar arasında anlamlı fark bulunmuştur.

Tablo 22. Babanın Eğitim Düzeyine Göre Değişkenlerin ANOVA Sonuçları

Değişken	Grup	N	Ort.	SS	df	f	p
Güvenli Bağlanma Stili	Okuryazar değil	26	16,5769	4,34671	5	1,581	,163
	Okuryazar	27	18,2593	4,31092			
	İlkokul	339	18,3097	3,72521			
	Ortaokul	352	18,2528	3,74413			
	Lise	403	18,5310	3,81290			
	Lisans ve üstü	103	18,7476	4,08421			
	Toplam	1250	18,3640	3,82015			
Kaçınan Bağlanma Stili	Okuryazar değil	26	17,2308	5,00646	5	1,210	,302
	Okuryazar	27	15,7037	5,62149			
	İlkokul	339	17,0531	5,20953			
	Ortaokul	352	17,5909	5,12051			
	Lise	403	16,9280	5,24450			
	Lisans ve üstü	103	16,7087	5,69250			
	Toplam	1250	17,1104	5,24445			
Kaygılı Kararsız Bağlanma Stili	Okuryazar değil	26	16,8462	5,28161	5	1,695	,133
	Okuryazar	27	16,9259	4,92971			
	İlkokul	339	16,4661	5,15050			
	Ortaokul	352	17,0625	4,96616			
	Lise	403	16,0447	4,90487			
	Lisans ve üstü	103	16,1359	5,60820			
	Toplam	1250	16,4888	5,06549			
Baba Aşırı Koruyuculuk	Okuryazar değil	26	21,6154	4,88325	5	2,402	,035*
	Okuryazar	27	17,6296	4,38659			
	İlkokul	339	20,3304	4,87628			
	Ortaokul	352	20,2301	5,04463			
	Lise	403	19,7196	5,10178			
	Lisans ve üstü	103	19,8641	5,68460			
	Toplam	1250	20,0352	5,07213			
Baba Reddedicilik	Okuryazar değil	26	1,0664	,16049	5	1,868	,097
	Okuryazar	27	,9951	,15597			
	İlkokul	339	1,0048	,14268			
	Ortaokul	352	,9994	,13990			

	Lise	403	,9865	,14152			
	Lisans ve üstü	103	,9976	,15516			
	Toplam	1250	,9979	,14352			
Baba Duygusal Sıcaklık	Okuryazar değil	26	17,9615	5,28758			
	Okuryazar	27	16,6296	5,22677			
	İlkokul	339	18,0826	5,12035	5	1,410	,218
	Ortaokul	352	18,2670	4,94554			
	Lise	403	17,9975	4,91849			
	Lisans ve üstü	103	19,1262	5,12334			
	Toplam	1250	18,1592	5,01681			
Anne Aşırı Koruyuculuk	Okuryazar değil	26	22,9615	4,57367			
	Okuryazar	27	19,6667	4,62435			
	İlkokul	339	21,2478	5,06852	5	1,722	,127
	Ortaokul	352	21,0398	5,04437			
	Lise	403	20,6203	5,20020			
	Lisans ve üstü	103	20,9029	5,57043			
	Toplam	1250	20,9600	5,13672			
Anne Reddedicilik	Okuryazar değil	26	1,0584	,14467			
	Okuryazar	27	,9827	,14337			
	İlkokul	339	1,0078	,14753	5	1,341	,244
	Ortaokul	352	1,0096	,13991			
	Lise	403	,9946	,14541			
	Lisans ve üstü	103	1,0025	,15489			
	Toplam	1250	1,0041	,14531			
Anne Duygusal Sıcaklık	Okuryazar değil	26	19,5769	5,41976			
	Okuryazar	27	18,7407	5,31755			
	İlkokul	339	19,0855	4,81876	5	1,404	,220
	Ortaokul	352	18,8778	4,77402			
	Lise	403	19,2010	4,55173			
	Lisans ve üstü	103	20,2330	4,88937			
	Toplam	1250	19,1616	4,75529			
Beden Algısı	Okuryazar değil	26	119,2308	28,13298			
	Okuryazar	27	134,3704	29,95657	5	4,514	,000*
	İlkokul	339	137,2861	29,40742			
	Ortaokul	352	138,6023	28,81013			
	Lise	403	142,2630	28,92778			

	Lisans ve üstü	103	144,4951	28,49247			
	Toplam	1250	139,4168	29,19990			
Yeme Tutum Testi	Okuryazar değil	26	1,1480	,23321	5	1,819	,106
	Okuryazar	27	,8858	,39576			
	İlkokul	339	,9693	,40474			
	Ortaokul	352	,9956	,39896			
	Lise	403	,9566	,36110			
	Lisans ve üstü	103	,9460	,42264			
	Toplam	1250	,9726	,38867			
Bulimia ve Yeme Meşguliyeti	Okuryazar değil	26	,9171	,25780	5	3,450	,004*
	Okuryazar	27	,5169	,41432			
	İlkokul	339	,6193	,46819			
	Ortaokul	352	,6264	,45072			
	Lise	403	,5764	,44193			
	Lisans ve üstü	103	,5618	,46223			
	Toplam	1250	,6067	,45212			
Diyet Yapma	Okuryazar değil	26	,3327	,36301	5	,282	,923
	Okuryazar	27	,3964	,38207			
	İlkokul	339	,3414	,37941			
	Ortaokul	352	,3686	,41158			
	Lise	403	,3539	,36420			
	Lisans ve üstü	103	,3702	,39129			
	Toplam	1250	,3565	,38419			
Yemeyi Kontrol	Okuryazar değil	26	,4367	,36256	5	1,611	,154
	Okuryazar	27	,3071	,30869			
	İlkokul	339	,3546	,36740			
	Ortaokul	352	,4003	,36983			
	Lise	403	,3417	,36105			
	Lisans ve üstü	103	,3232	,39030			
	Toplam	1250	,3614	,36721			

* $p < 0.05$

Babanın eğitim düzeyine göre yapılan ANOVA analizine göre, baba aşırı koruyuculuk ($p = .035$) beden algısı ($p < .001$) ve bulimia ve yeme meşguliyeti ($p = .004$) puanlarında anlamlı fark bulunmuştur. Bu bulgular, bu değişkenlerin babanın eğitim düzeyine göre farklılaştığını göstermektedir. Anlamlı fark saptanan değişkenler için uygulanan Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi sonuçları incelendiğinde, bazı

gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunmuştur. Baba aşırı koruyuculuk puanlarında, “okuryazar olmayan” baba grubuna sahip bireyler ile “okuryazar” baba grubuna sahip bireyler arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p = .048$). Bu farkın yönü incelendiğinde, okuryazar olmayan baba grubuna sahip bireylerin baba aşırı koruyuculuk puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir.

Beden algısı toplam puanları açısından, “okuryazar olmayan” baba grubuna sahip bireylerin puanları; “ilkokul”, “ortaokul”, “lise” ve “lisans ve üstü” eğitim düzeyine sahip baba gruplarına kıyasla anlamlı düzeyde daha düşüktür (sırasıyla $p = .027, .013, .001$ ve $.001$). Bu bulgu, bireyin babasının eğitim düzeyi arttıkça beden algısının da daha olumlu yönde gelişme eğiliminde olduğunu göstermektedir.

Benzer şekilde, bulimia ve yeme meşguliyeti puanlarında da anlamlı farklar gözlemlenmiştir. “Okuryazar olmayan” baba grubuna sahip bireylerin, “okuryazar”, “ilkokul”, “ortaokul”, “lise” ve “lisans ve üstü” baba eğitim düzeyi gruplarına göre anlamlı düzeyde daha yüksek bulimia ve yeme meşguliyeti puanlarına sahip olduğu belirlenmiştir (p değerleri sırasıyla $.016, .015, .019, .003$ ve $.004$). Bu sonuç, babanın düşük eğitim düzeyinin, bireyin yeme davranışlarıyla aşırı meşguliyet ve olası yeme bozukluğu belirtilerini artırabileceğini düşündürmektedir.

Tablo 23. Gelir Düzeyine Göre Değişkenlerin ANOVA Sonuçları

Değişken	Grup	N	Ort.	SS	df	f	p
Güvenli Bağlanma Stili	Çok düşük	18	17,3333	4,93487	4	2,737	,028*
	Düşük	69	17,9710	3,77286			
	Orta	840	18,5607	3,61972			
	Yüksek	215	18,2791	4,10109			
	Çok yüksek	108	17,4259	4,42424			
	Toplam	1250	18,3640	3,82015			
Kaçınan Bağlanma Stili	Çok düşük	18	17,4444	5,66955	4	1,102	,354
	Düşük	69	17,4928	5,27932			
	Orta	840	16,8940	5,02385			
	Yüksek	215	17,5395	5,77920			
	Çok yüksek	108	17,6389	5,69220			
	Toplam	1250	17,1104	5,24445			
Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili	Çok düşük	18	18,0556	5,49301	4	2,300	,057
	Düşük	69	17,6377	5,11908			
	Orta	840	16,5607	5,02614			
	Yüksek	215	15,8558	4,95236			

	Çok yüksek	108	16,1944	5,36074			
	Toplam	1250	16,4888	5,06549			
	Çok düşük	18	18,0556	4,54354			
	Düşük	69	21,0290	5,11908			
	Orta	840	20,1464	5,17477	4	2,230	,064
Baba Aşırı Koruyuculuk	Yüksek	215	19,4279	4,60020			
	Çok yüksek	108	20,0741	5,09297			
	Toplam	1250	20,0352	5,07213			
	Çok düşük	18	1,0337	,14027			
	Düşük	69	1,0101	,14306			
	Orta	840	,9970	,14315	4	1,312	,264
Baba Reddedicilik	Yüksek	215	,9849	,14129			
	Çok yüksek	108	1,0166	,15067			
	Toplam	1250	,9979	,14352			
	Çok düşük	18	14,7222	5,65483			
	Düşük	69	17,8841	5,58237			
	Orta	840	18,0310	5,02001	4	4,448	,001*
Baba Duygusal Sıcaklık	Yüksek	215	19,1395	4,77915			
	Çok yüksek	108	17,9537	4,63506			
	Toplam	1250	18,1592	5,01681			
	Çok düşük	18	19,1111	5,30137			
	Düşük	69	22,1739	4,69968			
	Orta	840	21,0369	5,21982	4	2,017	,090
Anne Aşırı Koruyuculuk	Yüksek	215	20,5349	4,74760			
	Çok yüksek	108	20,7407	5,36581			
	Toplam	1250	20,9600	5,13672			
	Çok düşük	18	1,0229	,13980			
	Düşük	69	1,0382	,15037			
	Orta	840	1,0002	,14396	4	2,794	,025*
Anne Reddedicilik	Yüksek	215	,9915	,13620			
	Çok yüksek	108	1,0347	,16495			
	Toplam	1250	1,0041	,14531			
	Çok düşük	18	15,6667	5,68796			
	Düşük	69	18,4638	5,09492			
	Orta	840	19,1786	4,77169	4	4,276	,002*
Anne Duygusal Sıcaklık	Yüksek	215	19,8558	4,52435			
	Çok yüksek	108	18,6759	4,38951			
	Toplam	1250	19,1616	4,75529			
	Çok düşük	18	139,0556	36,54244			
	Düşük	69	125,4203	31,39567	4	7,748	,000*
Beden Algısı	Orta	840	138,3000	28,70757			

	Yüksek	215	145,3302	26,38797			
	Çok yüksek	108	145,3333	31,90113			
	Toplam	1250	139,4168	29,19990			
Yeme Tutum Testi	Çok düşük	18	1,0237	,32649	4	1,712	,145
	Düşük	69	1,0811	,38313			
	Orta	840	,9630	,38003			
	Yüksek	215	,9837	,41586			
	Çok yüksek	108	,9474	,40641			
	Toplam	1250	,9726	,38867			
Bulimia ve Yeme Meşguliyeti	Çok düşük	18	,6858	,44896	4	2,080	,081
	Düşük	69	,7462	,45836			
	Orta	840	,5994	,44932			
	Yüksek	215	,6051	,45279			
	Çok yüksek	108	,5644	,46007			
	Toplam	1250	,6067	,45212			
Diyet Yapma	Çok düşük	18	,3633	,31099	4	2,515	,040*
	Düşük	69	,4133	,39163			
	Orta	840	,3372	,37264			
	Yüksek	215	,4215	,41653			
	Çok yüksek	108	,3389	,40058			
	Toplam	1250	,3565	,38419			
Yemeyi Kontrol	Çok düşük	18	,4080	,34699	4	,744	,562
	Düşük	69	,4300	,38826			
	Orta	840	,3583	,36626			
	Yüksek	215	,3543	,35702			
	Çok yüksek	108	,3484	,38548			
	Toplam	1250	,3614	,36721			

* $p < 0.05$

Katılımcıların gelir düzeyine göre bazı psikolojik değişkenlerde anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Gelir düzeyi, güvenli bağlanma stili ($p=.028$), anne reddedicilik ($p=.025$), baba duygusal sıcaklık ($p=.001$), anne duygusal sıcaklık ($p=.002$), beden algısı ($p=.000$) ve diyet yapma alt boyutu ($p=.040$) değişkenlerinde istatistiksel olarak anlamlı fark yaratmıştır. Bu sonuçlar, bireylerin gelir düzeyine göre bu alanlarda farklı deneyimler yaşadığını göstermektedir. Diğer değişkenlerde ise gelir düzeyine göre anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Anlamlı fark bulunan değişkenlerin Tukey HSD sonuçları incelendiğinde güvenli bağlanma stilinde "orta" ve "çok yüksek" gelir düzeyleri arasında anlamlı fark ($p = .030$) bulunmuştur. Baba duygusal sıcaklık açısından, "çok düşük" gelir ile "orta",

"yüksek" ve "çok yüksek" gelir düzeylerinde farklar gözlemlenmiştir ($p < 0.05$), Özellikle "Orta" gelir grubunun "Yüksek" gelir grubuyla arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p = 0.030$). Anne duygusal sıcaklık ile "çok düşük" gelir ile "orta" ve "yüksek" gelir düzeylerinde farklar bulunmuştur ($p < 0.05$). Anne reddedici tutumları açısından yapılan karşılaştırmalarda hiçbir gelir düzeyi arasında anlamlı fark bulunmamıştır ($p > 0.05$). Beden algısı toplam puanlarında, "düşük" gelir ile "orta", "yüksek" ve "çok yüksek" gelir arasında farklar bulunmuştur ($p < 0.05$). Diyet yapma alt boyutunda sadece "yüksek" ve "orta" gelir düzeyleri arasında fark gözlemlenmiştir ($p = .033$).

Tablo 24. Vücut Kitle İndeksi Sonucuna Göre Değişkenlerin ANOVA Sonuçları

Değişken	Grup	N	Ort.	SS	df	f	p
Güvenli Bağlanma Stili	zayıf	258	18,3527	3,70451	3	2,088	,100
	normal	753	18,3453	3,87851			
	kilolu	181	18,0884	3,75543			
	obez	58	19,5172	3,64784			
	Toplam	1250	18,3640	3,82015			
Kaçınan Bağlanma Stili	zayıf	258	17,1008	5,40909	3	1,323	,265
	normal	753	17,2908	5,25409			
	kilolu	181	16,6685	5,02334			
	obez	58	16,1897	4,99634			
	Toplam	1250	17,1104	5,24445			
Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili	zayıf	258	16,1977	5,24828	3	,521	,668
	normal	753	16,6162	5,02018			
	kilolu	181	16,3260	4,62107			
	obez	58	16,6379	6,11784			
	Toplam	1250	16,4888	5,06549			
Baba Aşırı Koruyuculuk	zayıf	258	19,5349	5,23613	3	1,927	,123
	normal	753	20,1474	5,02767			
	kilolu	181	20,5193	4,90418			
	obez	58	19,2931	5,29816			
	Toplam	1250	20,0352	5,07213			
Baba Reddedicilik	zayıf	258	,9869	,14763	3	,968	,407
	normal	753	,9987	,14259			
	kilolu	181	1,0037	,13654			
	obez	58	1,0173	,15791			
	Toplam	1250	,9979	,14352			
Baba Duygusal Sıcaklık	zayıf	258	17,9884	5,20213	3	,260	,854
	normal	753	18,2576	4,90576			

	kilolu	181	18,0718	4,94866			
	obez	58	17,9138	5,85582			
	Toplam	1250	18,1592	5,01681			
Anne Aşırı Koruyuculuk	zayıf	258	20,4922	5,20793			
	normal	753	21,0584	5,03385			
	kilolu	181	21,6133	5,39080	3	2,914	,033*
	obez	58	19,7241	5,07762			
	Toplam	1250	20,9600	5,13672			
Anne Reddedicilik	zayıf	258	,9945	,14292			
	normal	753	1,0065	,14339			
	kilolu	181	1,0090	,15717	3	,528	,663
	obez	58	1,0005	,14408			
	Toplam	1250	1,0041	,14531			
Anne Duygusal Sıcaklık	zayıf	258	19,0233	4,91478			
	normal	753	19,2656	4,61019			
	kilolu	181	18,8232	4,91050	3	,586	,624
	obez	58	19,4828	5,41681			
	Toplam	1250	19,1616	4,75529			
Beden Algısı	zayıf	258	140,5078	29,23915			
	normal	753	140,7118	28,50813			
	kilolu	181	134,4144	30,10149	3	3,233	,022*
	obez	58	133,3621	33,17667			
	Toplam	1250	139,4168	29,19990			
Yeme Tutum Testi	zayıf	258	,9524	,36607			
	normal	753	,9624	,38961			
	kilolu	181	1,0004	,39915	3	3,095	,026*
	obez	58	1,1086	,41907			
	Toplam	1250	,9726	,38867			
Bulimia ve Yeme Meşguliyeti	zayıf	258	,5142	,43113			
	normal	753	,6028	,44981			
	kilolu	181	,6751	,44414	3	11,092	,000*
	obez	58	,8550	,48201			
	Toplam	1250	,6067	,45212			
Diyet Yapma	zayıf	258	,2807	,34309			
	normal	753	,3633	,38435			
	kilolu	181	,4145	,41143	3	5,453	,001*
	obez	58	,4240	,42201			
	Toplam	1250	,3565	,38419			
Yemeyi Kontrol	zayıf	258	,4930	,39778			
	normal	753	,3390	,35405	3	15,917	,000*
	kilolu	181	,2757	,33365			

obez	58	,3346	,35634
Toplam	1250	,3614	,36721

* $p < 0.05$

ANOVA sonuçlarına göre, anne aşırı koruyuculuk ($p = .033$) değişkeninde gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Ayrıca, beden algısı ($p = .022$) ve yeme tutum testi ($p = .026$) toplam puanlarında da anlamlı farklar gözlemlenmiştir. Bulimia ve yeme meşguliyeti ($p = .000$) diyet yapma ($p = .001$) ve yemeyi kontrol etme ($p = .000$) gibi yeme davranışları üzerinde ise belirgin anlamlı farklar saptanmıştır. Anlamlı fark bulunun değişkenlere Tukey HSD post hoc testine göre, anne aşırı koruyuculuk değişkeninde gruplar arası fark ANOVA'da anlamlı bulunmuş olsa da, ikili karşılaştırmalarda anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p > .05$). Beden algısı değişkeninde yalnızca normal kilolu ve kilolu gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p = .045$). Yeme tutumu testi toplam puanında ise zayıf-obez ve normal-obez grupları arasında anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir ($p = .029$). Bulimia ve yeme meşguliyeti alt boyutunda zayıf bireylerle diğer gruplar ($p < .05$), normal kilolu ve obez bireyler ($p = .001$), ayrıca kilolu ve obez bireyler ($p = .038$) arasında anlamlı farklar saptanmıştır. Diyet yapma ve yemeyi kontrol alt boyutlarında da tüm beden kitle indeksi grupları arasında anlamlı farklılıklar mevcuttur ($p < .05$). Bu bulgular, vücut kitle indeksi arttıkça yeme tutumları ve yeme davranışlarında belirgin değişiklikler olduğunu göstermektedir.

Tablo 25. Ebeveynlerin Evlilik Birliği Durumuna Göre Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları

Değişken	Evlilik birliği devam ediyor mu?	N	Ort.	SS	t	df	p
Güvenli Bağlanma Stili	Evet	1106	18,4485	3,76692	2,170	1248	,030*
	Hayır	144	17,7153	4,16389	2,009	174,842	,046*
Kaçınan Bağlanma Stili	Evet	1106	17,1203	5,28423	,184	1248	,854
	Hayır	144	17,0347	4,94503	,194	188,143	,847
Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili	Evet	1106	16,3834	5,05870	-2,042	1248	,041*
	Hayır	144	17,2986	5,06197	-2,041	182,208	,043*
Baba Aşırı Koruyuculuk	Evet	1106	20,0208	5,05002	-,278	1248	,781
	Hayır	144	20,1458	5,25566	-,270	179,111	,788

Baba Reddedicilik	Evet	1106	,9969	,14269	-,664	1248	,507
	Hayır	144	1,0053	,15002	-,638	178,354	,524
Baba Duygusal Sıcaklık	Evet	1106	18,1646	4,94477	,105	1248	,917
	Hayır	144	18,1181	5,55770	,096	173,757	,924
Anne Aşırı Koruyuculuk	Evet	1106	20,9358	5,14816	-,461	1248	,645
	Hayır	144	21,1458	5,06181	-,467	183,681	,641
Anne Reddedicilik	Evet	1106	1,0048	,14525	,447	1248	,655
	Hayır	144	,9990	,14620	,445	181,726	,657
Anne Duygusal Sıcaklık	Evet	1106	19,0199	4,70924	-2,929	1248	,003*
	Hayır	144	20,2500	4,97898	-2,806	177,939	,006*
Beden Algısı	Evet	1106	140,0769	29,28077	2,218	1248	,027*
	Hayır	144	134,3472	28,15673	2,286	185,628	,023*
Yeme Tutum Testi	Evet	1106	,9764	,38540	,943	1248	,346
	Hayır	144	,9439	,41320	,894	176,935	,372
Bulimia ve Yeme Meşguliyeti	Evet	1106	,6084	,45015	,366	1248	,714
	Hayır	144	,5937	,46840	,355	179,123	,723
Diyet Yapma	Evet	1106	,3608	,38638	1,118	1248	,264
	Hayır	144	,3228	,36645	1,164	186,886	,246
Yemeyi Kontrol	Evet	1106	,3626	,36696	,324	1248	,746
	Hayır	144	,3521	,37027	,322	181,529	,748

* $p < 0.05$

Ebeveynlerin evlilik birliğinin devam edip etmemesi değişkenine göre yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçlarına göre, güvenli bağlanma puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($t = 2,17$; $p = .030$). Ebeveynleri birlikte olan bireylerin güvenli bağlanma düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Kaygılı-kararsız bağlanma stili açısından da anlamlı bir fark saptanmıştır ($t = -2,04$; $p = .041$). Ebeveynleri ayrı olan bireylerin kaygılı-kararsız bağlanma düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir.

Anne duygusal sıcaklık puanlarında da anlamlı bir farklılık ortaya çıkmıştır ($t = -2,93$; $p = .003$); bu fark ebeveynleri ayrı olan bireylerin daha yüksek duygusal sıcaklık

algısına sahip olması yönündedir. Ayrıca, beden algısı puanlarında da anlamlı bir farklılık gözlenmiştir ($t= 2,22$; $p = .027$), ebeveynleri birlikte olan bireyler daha olumlu beden algısına sahiptir.

Diğer değişkenlerde (kaçınan bağlanma stili, anne ve baba aşırı koruyuculuğu, reddediciliği, yeme tutumları ve alt boyutlar) anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p > .05$).

Tablo 26 Cinsiyet ve Beden Algısı Arasındaki İlişkinin Ki-Kare Analizi Sonuçları

Cinsiyet	Beden algısı ölçeği						Ki-kare	
	Olumlu beden algısı		Olumsuz beden algısı		Toplam		X ²	p
	N	%	N	%	N	%		
Kadın	240	33,1	272	51,9	512	41,0	44,720	,000*
Erkek	486	66,9	252	48,1	738	59,0		
Toplam	726	100,0	524	100	1250	100,0		

* $p < 0.05$

Cinsiyet ile beden algısı arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Ki-Kare testi uygulanmıştır. Ki-Kare analizi sonuçlarına göre, cinsiyet ile beden algısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($\chi^2 = 44,720$, $p < .001$). Bulgular, erkeklerin kadınlara kıyasla daha yüksek oranda olumlu beden algısına sahip olduğunu göstermektedir. Bu sonuç, beden algısının cinsiyete göre farklılık gösterdiğini ortaya koymaktadır.

Tablo 27. Cinsiyet ve Yeme Tutumu Arasındaki İlişkinin Ki-Kare Analizi Sonuçları

Cinsiyet	Yeme tutum testi				Toplam		Ki-kare	
	Normal yeme tutumu		Bozulmuş yeme tutumu		N	%	X ²	p
	N	%	N	%				
Kadın	380	38,3	132	51,0	512	41,0	13,523	,000*
Erkek	611	61,7	127	49,0	738	59,0		
Toplam	991	100,0	259	100,0	1250	100,0		

* $p < 0.05$

Cinsiyet ile yeme tutumları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Ki-Kare testi uygulanmıştır. Ki-Kare sonuçlarına göre, Cinsiyet ile yeme tutumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($\chi^2= 13,523$, $p < .001$). Bulgular, kadınların erkeklere kıyasla daha yüksek oranda bozulmuş yeme tutumu sergilediğini göstermektedir. Bu sonuç, yeme tutumlarının cinsiyete göre farklılık gösterdiğine işaret etmektedir.

Tablo 28. Cinsiyet ve Yeme Davranışı Arasındaki İlişkinin Ki-Kare Analizi Sonuçları

Yeme tutum testi (yeme davranışı)								
Cinsiyet	Normal yeme davranışı		Bozulmuş yeme davranışı		Toplam		Ki-kare	
	N	%	N	%	N	%	X ²	p
Kadın	375	42,6	137	37,1	512	41,0		
Erkek	506	57,4	232	62,9	738	59,0	3,180	,075
Toplam	881	100,0	369	100,0	1250	100,0		

* $p < 0.05$

Cinsiyet ile yeme davranışı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($\chi^2 = 3,180$, $p > .05$). Bu sonuç, kadın ve erkeklerin yeme davranışlarında anlamlı düzeyde farklılık göstermediğini ortaya koymaktadır.

3.4. Korelasyon Analizi Bulguları

Mevcut araştırmada katılımcıların bağlanma boyutları olan güvenli bağlanma, kaçınan bağlanma, kaygılı-kararsız bağlanma ile algılanan ebeveyn tutumları ölçeğinin alt boyutları olan anne-baba aşırı koruyuculuk, anne-baba reddedicilik, anne-baba duygusal sıcaklık alt boyutları, beden algısı ölçeği ve yeme tutum testi genel puanı ile alt boyutları (bulimia ve yeme meşguliyeti, diyet yapma, yemeyi kontrol) arasındaki ilişkileri incelemek için korelasyon katsayıları hesaplanmış sonuçlar Tablo 29’de sunulmuştur.

Tablo 29. Değişkenler Arasındaki İlişkiyi Gösteren Korelasyon Katsayıları (N = 1250)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	Güvenli Bağlanma													
2	Kaçıman Bağlanma	-0,048												
3	Kaygılı-Kararsız Bağlanma	-0,04	,310**											
4	Baba Aşırı Koruyuculuk	-,095**	,074**	,241**										
5	Baba Reddedicilik	-,236**	,129**	,316**	,507**									
6	Baba Duygusal Sıcaklık	,292**	-,058*	-,174**	0,042	-,403**								
7	Anne Aşırı Koruyuculuk	-,076**	0,046	,239**	,812**	,467**	0							
8	Anne Reddedicilik	-,232**	,110**	,290**	,439**	,810**	-,317**	,544**						
9	Anne Duygusal Sıcaklık	,300**	-,068*	-,137**	0,045	-,278**	,765**	,076**	-,333**					
10	Beden Algısı	,203**	0,013	-,321**	-,208**	-,302**	,292**	-,235**	-,309**	,270**				
11	Yeme Tutum Testi	-0,051	,093**	,261**	,230**	,234**	-,061*	,237**	,214**	-0,051	-,253**			
12	Bulimia ve Yeme Meşguliyeti	-,085**	,097**	,271**	,252**	,241**	-0,053	,254**	,215**	-0,043	-,268**	,844**		
13	Diyet Yapma	-0,015	,060*	,100**	,111**	,115**	-0,022	,119**	,110**	-0,021	-,061*	,656**	,455**	
14	Yemeyi Kontrol	-0,038	,077**	,226**	,178**	,236**	-,064*	,190**	,224**	-0,048	-,243**	,606**	,398**	,267**

** $p < 0.01$ ve * $p < 0.05$

Pearson korelasyon analizi sonuçları, değişkenler arasında anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur.

Güvenli bağlanma stili ile anne ve baba duygusal sıcaklığı arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($r = ,300$; $p < .01$ ve $r = ,292$; $p < .01$). Ayrıca güvenli bağlanma, annenin reddediciliği ($r = -,232$; $p < .01$), babanın reddediciliği ($r = -,236$; $p < .01$), anne ve baba aşırı koruyuculuğu ($r = -,076$; $p < .01$ ve $r = -,095$ $p < .01$) ile negatif ve anlamlı düzeyde ilişkilidir. Güvenli bağlanma stili, beden algısı ile pozitif yönde anlamlı ilişkilidir ($r = ,203$; $p < .01$). Ancak güvenli bağlanma ile yeme tutumları arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır ($p > .05$).

Kaçıman bağlanma stili, kaygılı-kararsız bağlanma stili ($r = ,310$; $p < .01$) baba aşırı koruyuculuk ($r = ,074$; $p < .01$) ve anne ve baba reddediciliği ($r = ,110$; $p < .01$ ve $r = ,129$; $p < .01$) ile anlamlı pozitif yönlü korelasyon göstermiştir. Anne ve Baba

duygusal sıcaklık ($r = -.068$ ve $r = -.058$; $p < .05$) ile negatif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Kaçınan bağlanma stili, anne aşırı koruyuculuk ve beden algısı arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır ($p > .05$). Ayrıca kaçınan bağlanma stili, yeme tutum testi ve tüm alt boyutları ile anlamlı pozitif yönlü korelasyon göstermektedir.

Kaygılı-kararsız bağlanma stili, tüm ebeveyn tutumları ile anlamlı ilişkiler göstermektedir. Bu bağlanma stili, özellikle anne ve baba reddediciliği ($r = .290$ ve $r = .316$; $p < .01$) ve anne ve baba aşırı koruyuculuğu ($r = .290$ ve $r = .316$; $p < .01$) ile pozitif yönde ve anlamlı düzeydedir. Öte yandan Anne ve baba duygusal sıcaklığı ($r = -.137$ ve $r = -.174$; $p < .01$) ve beden algısı ($r = -.327$; $p < .01$) ile negatif yönde anlamlı ilişkilidir. Yeme tutum testi ve alt boyutları olan bulimia ve yeme ile meşguliyet, diyet yapma ve yemeyi kontrol etme puanları da kaygılı-kararsız bağlanma ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir (sırasıyla $r = .261$ $r = .271$; $r = .100$; $r = .226$; $p < .01$).

Beden algısı, tüm ebeveyn tutumları ile anlamlı ilişkiler göstermektedir. Anne ve baba duygusal sıcaklığı ($r = .270$ ve $r = .292$; $p < .01$) ile pozitif yönde, anne ve baba aşırı koruyuculuk ($r = -.235$ ve $r = -.208$; $p < .01$) ve anne baba reddedicilik ($r = -.309$ ve $r = -.302$; $p < .01$) alt boyutları ile negatif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir. Yeme tutum testi ve alt boyutları olan bulimia ve yeme ile meşguliyet, diyet yapma ve yemeyi kontrol etme puanları da beden algısı ölçeği sonuçlarına göre negatif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir ($r = -.253$; $r = -.268$; $r = -.061$; $r = -.243$)

Yeme tutum testi, anne ve baba aşırı koruyuculuk ($r = .237$ ve $r = .230$; $p < .01$) ve anne ve baba reddedicilik ($r = .214$ ve $r = .234$; $p < .01$) alt boyutları ile pozitif yönde, baba duygusal sıcaklık ($r = -.061$; $p < .05$) ile negatif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir. Ancak anne duygusal sıcaklık alt boyutu ile anlamlı ilişki saptanmamıştır ($p > .05$).

Genel olarak, güvensiz bağlanma stilleri (kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma) ile olumsuz ebeveyn tutumları (reddedicilik ve aşırı koruyuculuk) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Bu bağlanma biçimleri aynı zamanda beden algısı ve yeme tutumları ile de ilişkilidir. Bulgular, bağlanma stillerinin ve algılanan ebeveyn tutumlarının beden algısı ve yeme tutumu üzerindeki etkilerini desteklemektedir.

3.5. Regresyon Analizi

Tablo 30. Bağlanma Stilleri ve Alt Boyutlarının Yeme Tutumları Üzerindeki Çoklu Regresyon Analizi

Model	Standardize edilmemiş katsayılar		Standardize katsayılar	T değeri	p
Bağımsız değişken	B	Std Hata	Beta		
Sabit	,710	,069		10,253	,000*
Güvenli	-,004	,003	-,041	-1,486	,137
Kaçınan	,001	,002	,011	,385	,701
Kaygılı-kararsız	,020	,002	,256	8,920	,000*
$R = ,265$	$R^2 = ,070$		$Düzeltilmiş R^2 = ,068$		
$F = 31,342$	$p < .001$		$Bağımlı değişken = Yeme Tutumları$		

* $p < 0.05$

Bağlanma stillerinin yeme tutumları üzerindeki yordayıcı rolünü belirlemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizine güvenli bağlanma, kaçınan bağlanma ve kaygılı-kararsız bağlanma değişkenleri dahil edilmiştir.

Bağlanma stillerinin yeme tutumu puanını anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir ($p < .001$). Elde edilen modele göre bağımlı değişkenin %7'si ($R^2 = ,070$) bağlanma stilleri tarafından açıklanmaktadır. Regresyon katsayılarına bakıldığında yalnızca kaygılı-kararsız bağlanma stilinin ($\beta = ,256$, $p < .001$) yeme tutumlarını anlamlı olarak yordadığı görülmektedir. Güvenli ve kaçınan bağlanma stilleri ise anlamlı bir yordayıcı değildir ($p > .05$).

Tablo 31. Bağlanma Stilleri ve Alt Boyutlarının Beden Algısı Üzerindeki Çoklu Regresyon Analizi

Model	Standardize edilmemiş katsayılar		Standardize katsayılar	T değeri	p
Bağımsız değişken	B	Std Hata	Beta		
Sabit	133,073	4,959		26,836	,000*
Güvenli	1,492	,199	,195	7,488	,000*
Kaçınan	,741	,153	,133	4,857	,000*
Kaygılı-kararsız	-2,046	,158	-,355	-12,958	,000*
$R = ,394$	$R^2 = ,155$		$Düzeltilmiş R^2 = ,153$		
$F = 76,473$	$p < .001$		$Bağımlı değişken = Beden Algısı$		

* $p < 0.05$

Bağlanma stillerinin beden algısı üzerindeki yordayıcı etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda modelin anlamlı

olduğu bulunmuştur ($p < .001$) ve model toplam varyansın %15,5'ini açıklamaktadır ($R^2 = .155$). Regresyon katsayılarına göre güvenli bağlanma ($\beta = .195$, $p < .001$) ve kaçınan bağlanma ($\beta = .133$, $p < .001$) beden algısını pozitif yönde anlamlı biçimde yordarken, kaygılı-kararsız bağlanma ise beden algısını negatif yönde ve en güçlü şekilde yordayan değişken olmuştur ($\beta = -.355$, $p < .001$). Elde edilen bulgular, bireylerin bağlanma stillerinin beden algısı üzerinde anlamlı etkileri olduğunu göstermektedir.

Tablo 32. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Alt Boyutlarının Yeme Tutumları Üzerindeki Çoklu Regresyon Analizi

Model	Standardize edilmemiş katsayılar		Standardize katsayılar	T değeri	p
Bağımsız değişken	B	Std Hata	Beta		
Sabit	,324	,112		2,894	,004*
Baba aşırı koruyuculuk	,003	,004	,044	,824	,410
Baba reddedicilik	,434	,154	,160	2,820	,005*
Baba duygusal sıcaklık	,003	,004	,036	,736	,462
Anne aşırı koruyuculuk	,010	,004	,138	2,504	,012*
Anne reddedicilik	-,042	,152	-,016	-,280	,779
Anne duygusal sıcaklık	-,004	,004	-,051	-1,078	,281
$R = ,278$	$R^2 = ,077$		$Düzeltilmiş R^2 = ,073$		
$F = 17,398$	$p < .001$		$Bağımlı değişken = Yeme Tutumları$		

* $p < 0.05$

Algılanan ebeveyn tutumlarının yeme tutumları üzerindeki yordayıcı rolünü belirlemek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($p < .001$). Modelin açıklayıcılığı düşük düzeyde olup, algılanan ebeveyn tutumları yeme tutumlarındaki toplam varyansın %7,7'sini açıklamaktadır ($R^2 = ,077$). Regresyon katsayılarına göre baba reddediciliği ($\beta = ,160$, $p = ,005$) ve anne aşırı koruyuculuğu ($\beta = ,138$, $p = ,012$) değişkenleri yeme tutumlarını anlamlı düzeyde pozitif yönde yordarken, diğer ebeveyn tutumları (baba/anne duygusal sıcaklık, baba aşırı koruyuculuk ve anne reddedicilik) yeme tutumlarını anlamlı biçimde yordamamaktadır ($p > .05$). Çoklu doğrusal bağlantı bulguları değerlendirildiğinde VIF değerlerinin 10'un altında, tolerans değerlerinin ise .2'nin üzerinde olması, çoklu doğrusal bağlantının problem yaratmadığını göstermektedir. Bu bulgular, özellikle baba reddedicilik ve anne aşırı koruyucu ebeveynlik biçimlerinin, bireylerin yeme tutumlarında risk oluşturabileceğine işaret etmektedir.

Tablo 33. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Alt Boyutlarının Beden Algısı Üzerindeki Çoklu Regresyon Analizi

Model	Standardize edilmemiş katsayılar		Standardize katsayılar	T değeri	p
Bağımsız değişken	B	Std Hata	Beta		
Sabit	157,516	8,032		19,610	,000*
Baba aşırı koruyuculuk	-,242	,294	-,042	-,824	,410
Baba reddedicilik	-11,437	11,036	-,056	-1,036	,300
Baba duygusal sıcaklık	,875	,270	,150	3,243	,001*
Anne aşırı koruyuculuk	-,810	,300	-,142	-2,702	,007*
Anne reddedicilik	-15,529	10,871	-,077	-1,429	,153
Anne duygusal sıcaklık	,774	,278	,126	2,785	,005*
<i>R = ,401</i>	<i>R² = ,161</i>		<i>Düzeltilmiş R² = ,157</i>		
<i>F = 39,757</i>	<i>p < .001</i>		<i>Bağımlı değişken = Beden Algısı</i>		

**p < 0.05*

Algılanan ebeveyn tutumlarının beden algısı üzerindeki yordayıcı etkisini incelemek amacıyla çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Modele baba ve anneye yönelik aşırı koruyuculuk, reddedicilik ve duygusal sıcaklık değişkenleri dahil edilmiştir. Regresyon modeli anlamlı bulunmuştur ($F = 39.75$, $p < .001$) ve değişkenler beden algısındaki varyansın %16'sını açıklamaktadır ($R^2 = .161$).

Yordayıcı değişkenler incelendiğinde, baba duygusal sıcaklığı ($\beta = .150$, $p = .001$), anne duygusal sıcaklığı ($\beta = .126$, $p = .005$) ve anne aşırı koruyuculuğu ($\beta = -.142$, $p = .007$) beden algısını anlamlı düzeyde yordamaktadır. Diğer değişkenler istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p > .05$). Bulgular, özellikle ebeveynlerin duygusal sıcaklık düzeylerinin olumlu beden algısıyla ilişkili olduğunu, anneye yönelik aşırı koruyucu tutumun ise olumsuz etkide bulunduğunu göstermektedir.

Tablo 34. Beden Algısının Yeme Tutumları Üzerindeki Basit Doğrusal Regresyon Analizi

Model	Standardize edilmemiş katsayılar		Standardize katsayılar	T değeri	p
Bağımsız değişken	B	Std Hata	Beta		
Sabit	1,441	,052		27,758	,000*
Beden algısı	-,003	,000	-,253	-9,224	,000*
<i>R = ,253</i>	<i>R² = ,064</i>		<i>Düzeltilmiş R² = ,063</i>		
<i>F = 85,076</i>	<i>p < .001</i>		<i>Bağımlı değişken = Yeme Tutumu</i>		

**p < 0.05*

Beden algısının yeme tutumları üzerindeki yordayıcı rolünü incelemek amacıyla basit doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon modeli anlamlı bulunmuştur ($p < .001$) ve beden algısı, yeme tutumlarındaki varyansın %6'sını açıklamaktadır ($R^2 = .064$). Regresyon katsayısı incelendiğinde, beden algısının yeme tutumlarını anlamlı

şekilde yordadığı görülmektedir ($\beta = -.253$, $p < .001$). Bu bulgu, beden algısı düzeyi azaldıkça yeme tutumlarında bozulma riskinin arttığını göstermektedir.

Tablo 35. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Alt Boyutlarının Güvenli Bağlanma Stili Üzerindeki Çoklu Regresyon Analizi

Model	Standardize edilmemiş katsayılar		Standardize katsayılar	T değeri	p
	B	Std Hata	Beta		
Bağımsız değişken					
Sabit	18,330	1,075		17,046	<,001*
Baba aşırı koruyuculuk	-,068	,039	-,091	-1,736	,083
Baba reddedicilik	-1,215	1,477	-,046	-,823	,411
Baba duygusal sıcaklık	,096	,036	,126	2,651	,008*
Anne aşırı koruyuculuk	,043	,040	,058	1,076	,282
Anne reddedicilik	-2,475	1,455	-,094	-1,701	,089
Anne duygusal sıcaklık	,128	,037	,159	3,444	<,001*
<i>R = ,349</i>	<i>R² = ,121</i>		<i>Düzeltilmiş R² = ,117</i>		
<i>F = 28,647</i>	<i>p < .001</i>		<i>Bağımlı değişken = güvenli bağlanma stili</i>		

* $p < 0.05$

Algılanan ebeveyn tutumlarının yeme tutumları üzerindeki yordayıcı rolünü belirlemek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($p < .001$). algılanan ebeveyn tutumları, güvenli bağlanma stilindeki varyansın %12.1'ini açıklamaktadır ($R^2 = .121$).

Bağımsız değişkenlerden anne duygusal sıcaklık ($\beta = .159$, $p < .001$) ve baba duygusal sıcaklık ($\beta = .126$, $p = .008$), güvenli bağlanma stiline pozitif ve anlamlı yordayıcılarıdır. Diğer yandan, anne reddedicilik ($\beta = -.094$, $p = .089$) ve baba reddedicilik ($\beta = -.046$, $p = .411$) negatif yönde ilişki göstermesine rağmen istatistiksel olarak anlamlı değildir. Benzer şekilde, anne aşırı koruyuculuk ($\beta = .058$, $p = .282$) ve baba aşırı koruyuculuk ($\beta = -.091$, $p = .083$) da güvenli bağlanma stilini anlamlı şekilde yordamamaktadır.

Çoklu doğrusal bağlantı (multicollinearity) incelendiğinde, VIF değerlerinin 10'un oldukça altında ve tolerans değerlerinin .2'nin üzerinde olması, modelde çoklu doğrusal bağlantı probleminin bulunmadığını göstermektedir.

Tablo 36. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Alt Boyutlarının Kaçınan Bağlanma Stili Üzerindeki Çoklu Regresyon Analizi

Model	Standardize edilmemiş katsayılar		Standardize katsayılar	T değeri	p
	B	Std Hata	Beta		
Bağımsız değişken					
Sabit	13,007	1,559		8,341	<,001*
Baba aşırı koruyuculuk	,066	,057	,064	1,165	,244
Baba reddedicilik	3,770	2,143	,103	2,760	,079

Baba duygusal sıcaklık	,026	,052	,025	,501	,617
Anne aşırı koruyuculuk	-,066	,058	-,064	-1,127	,260
Anne reddedicilik	,912	2,110	,025	,433	,665
Anne duygusal sıcaklık	-,053	,053	-,048	-,975	,329
<i>R = ,140</i>	<i>R² = ,020</i>	<i>Düzeltilmiş R² = ,015</i>			
<i>F = 4,165</i>	<i>p < .001</i>	<i>Bağımlı değişken = Kaçınan bağlanma stili</i>			
<i>*p < 0.05</i>					

Kaçınan bağlanma stiline algılanan ebeveyn tutumları ile üzerindeki yordayıcı rolünü belirlemek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($p < .001$). Ancak modelin yordayıcılık düzeyi düşüktür ($R^2 = .020$), ebeveyn tutumları kaçınan bağlanma stiline yalnızca %2'sini açıklamaktadır. Regresyon katsayıları incelendiğinde hiçbir değişkenin anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmektedir ($p > .05$). Bu bulgular, kaçınan bağlanma stiline açıklanmasında ebeveyn tutumlarının sınırlı etkili olduğunu göstermektedir.

Tablo 37. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Alt Boyutlarının Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili Üzerindeki Çoklu Regresyon Analizi

Model	Standardize edilmemiş katsayılar		Standardize katsayılar	T değeri	p
Bağımsız değişken	B	Std Hata	Beta		
Sabit	7,803	1,427		5,466	<.001*
Baba aşırı koruyuculuk	,086	,052	,086	1,652	,099
Baba reddedicilik	5,703	1,961	,162	2,908	,004*
Baba duygusal sıcaklık	-,079	,048	-,078	-1,648	,100
Anne aşırı koruyuculuk	,066	,053	,067	1,235	,217
Anne reddedicilik	1,802	1,932	,052	,933	,351
Anne duygusal sıcaklık	-,025	,049	-,024	-1,512	,609
<i>R = ,346</i>	<i>R² = ,120</i>	<i>Düzeltilmiş R² = ,115</i>			
<i>F = 28,155</i>	<i>p < .001</i>	<i>Bağımlı değişken = Kaygılı Kararsız bağlanma stili</i>			
<i>*p < 0.05</i>					

Kaygılı-kararsız bağlanma stiline yordanmasına yönelik çoklu doğrusal regresyon analizi anlamlı bulunmuştur ($p < .001$). Model, toplam varyansın %12'sini açıklamaktadır ($R^2 = .120$). Regresyon katsayıları incelendiğinde, yalnızca baba reddedicilik değişkeninin anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu görülmüştür ($\beta = .162$, $p = .004$). Diğer değişkenler anlamlı bir yordayıcı olarak saptanmamıştır ($p > .05$).

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

4.1. Katılımcıların Bağlanma ve Alt Boyutlarının Demografik Bilgilere Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

4.1.1. Bağlanma Stillerinin Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırma bulgularına göre, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma stilleri cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermektedir. Kadın katılımcılar, erkeklere kıyasla hem kaçınan bağlanma ($p = .015$) hem de kaygılı-kararsız bağlanma ($p < .001$) puanlarında anlamlı düzeyde daha yüksek skorlar almıştır. Güvenli bağlanma stilinde ise cinsiyete göre anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p > .05$).

Kadınların kaygılı-kararsız bağlanma eğilimlerinin daha yüksek olması, literatürde sıkça bildirilen bir durumdur. Del Giudice (2009), kadınların duygusal yakınlığa daha fazla önem verdiklerini ve ayrılık kaygılarını daha yoğun yaşadıklarını, bu durumun da kaygılı bağlanma eğilimini artırabileceğini ifade etmiştir. Benzer şekilde Sümer ve Güngör (1999), kadınların bağlanma ilişkilerinde duygusal duyarlılıklarının erkeklere kıyasla daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur.

Çalışmanın bulguları, Aydın ve Akbaş (2020) tarafından yapılan bir araştırma ile de paralellik göstermektedir. Söz konusu çalışmada lise öğrencisi kadınların kaygılı bağlanma düzeylerinin erkeklerden anlamlı biçimde yüksek olduğu bildirilmiştir. Ayrıca Şen (2019) tarafından yapılan çalışmada da, kadınların hem kaygılı hem de kaçınan bağlanma puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu görülmüş ve bu durumun bireysel ve toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkili olabileceği ifade edilmiştir.

Bu araştırmada kadın katılımcıların kaçınan bağlanma düzeylerinin da erkeklere kıyasla yüksek bulunması, literatürdeki yaygın bulgularla kısmen çelişmektedir. Örneğin, Schmitt (2003) ve Bartholomew & Horowitz (1991), erkeklerin kaçınan bağlanmaya daha yatkın olduğunu belirtmişlerdir. Ancak, bağlanma stillerinin yalnızca biyolojik cinsiyetle değil, aynı zamanda sosyokültürel çevre, ebeveynlik tarzı ve geçmiş ilişki deneyimleriyle şekillendiği vurgulanmaktadır (İkiz & Tekin, 2020).

Bu bağlamda, araştırma örnekleminin kültürel yapısı ve cinsiyet rollerine ilişkin toplumsal beklentiler, bulguların açıklanmasında önemli rol oynamış olabilir.

Güvenli bağlanma stilinde cinsiyete dayalı anlamlı bir fark bulunmaması da literatürdeki bazı çalışmalarla uyumludur. Örneğin, Kızıldaş ve Demirtaş Madran (2021), güvenli bağlanmanın cinsiyete göre anlamlı fark göstermediğini ve bireyin güvenli bağlanma geliştirmesinde cinsiyetten çok, ebeveyn tutumları ve erken dönem deneyimlerin belirleyici olduğunu belirtmiştir.

Bu çerçevede, elde edilen bulgular bağlanma stillerinin cinsiyetle ilişkisinde farklılaşmaların bulunduğunu ve bu farklılıkların yalnızca biyolojik değil, sosyal, kültürel ve psikolojik etkenlerle birlikte değerlendirilmesi gerektiğini göstermektedir.

4.1.2. Bağlanma Stillerinin yaşa Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmada yapılan ANOVA analizine göre, güvenli, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma stilleri yaşa göre anlamlı farklılık göstermiştir ($p < .05$). Tukey HSD post hoc testine göre, Güvenli bağlanma açısından 13 yaş grubu, 14 ve 15 yaş gruplarına kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek puan almıştır ($p < .05$). Bu bulgu, ergenliğin orta dönemine geçişte güvenli bağlanma düzeyinde bir düşüş yaşandığını ortaya koymaktadır. Orta ergenlikte, bireylerin hem kimlik gelişimi hem de sosyal ilişkilerdeki yeni rollerle baş etme sürecinde yaşadıkları içsel çatışmalar, bağlanma güvenliğinde azalmaya neden olabilir. Allen ve Land (1999), bu dönemde ebeveynle olan ilişkilerde çatışmaların arttığını ve bunun bağlanma güvenliğini etkileyebileceğini belirtmektedir. Avcı (2009) da, ergenlikte bağlanmanın dinamik bir yapı arz ettiğini ve özellikle orta ergenlik döneminde güvenli bağlanmanın geçici olarak zayıflayabileceğini vurgulamıştır.

Kaçınan bağlanma puanları 12 yaş grubunda, 15-18 yaş gruplarına kıyasla anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur ($p < .05$). Bu durum, yaş ilerledikçe bireylerde kaçınan bağlanma eğiliminin arttığını göstermektedir. Kaçınan bağlanmanın yaşla birlikte artması, ergenin artan bireyselleşme ihtiyacı ve duygusal mesafelenme eğilimiyle ilişkilendirilebilir. Zimmermann (2004), ergenlikte bağlanma sisteminin yeniden yapılanma sürecine girdiğini ve özellikle ileri ergenlikte ebeveynlerle olan ilişkilerde mesafe arayışının arttığını belirtmektedir. Sümer ve Güngör (1999) da

benzer biçimde, yaşla birlikte güvensiz bağlanma örüntülerinde artış görülebileceğini ifade etmiştir. Ayrıca, Doğan ve Atıcı (2021) tarafından yapılan bir çalışmada, lise dönemindeki ergenlerin ortaokula kıyasla daha yüksek düzeyde kaçınan bağlanma gösterdiği bildirilmiştir. Kaygılı-kararsız bağlanma stilinde yaş grupları arasında anlamlı fark bulunmasına rağmen, post hoc analizlerde bu fark anlamlı düzeye ulaşmamıştır. Bu sonuç, kaygılı bağlanma stilinin yaşa bağlı olarak net bir değişim göstermediği ya da yaş grupları arasında homojen dağıldığı şeklinde yorumlanabilir. Genel olarak elde edilen bulgular, ergenlik sürecinde bağlanma örüntülerinin durağan bir yapıda olmadığını; yaşa bağlı olarak bireylerin duygusal, bilişsel ve sosyal gelişimleriyle paralel şekilde evrilebildiğini göstermektedir.

4.1.3. Bağlanma Stillerinin Sınıf düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Sınıf düzeyine göre gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına göre, güvenli bağlanma stili ($p < .001$), kaçınan bağlanma stili ($p = .001$) ve kaygılı-kararsız bağlanma stili ($p = .005$) puanları arasında anlamlı farklar bulunmuştur.

Sınıf düzeyine göre yapılan post hoc analizlerde, güvenli bağlanma stili açısından 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin, 9. ve 10. sınıf öğrencilerine kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek puan aldığı görülmüştür ($p < .05$). Ayrıca, 9. sınıf öğrencilerinin güvenli bağlanma puanları 11. sınıfa göre anlamlı düzeyde daha düşüktür ($p = .005$). Bu bulgular, sınıf düzeyi ilerledikçe güvenli bağlanma eğiliminin azaldığını göstermektedir. Bu bulgu, Allen ve Land'in (1999) ergenliğin ilerleyen dönemlerinde ebeveynle yaşanan çatışmaların güvenli bağlanmayı olumsuz etkileyebileceğine ilişkin görüşleriyle paraleldir. Benzer çalışmalarda, Avcı (2009), erken ergenlikte güvenli bağlanmanın daha baskın olduğunu, ancak orta ve geç ergenlikte bu yapının esneyebileceğini belirtmiştir.

Kaçınan bağlanma stilinde, 8. sınıf öğrencilerinin üst sınıf düzeylerine kıyasla daha düşük puan alması, sınıf düzeyi arttıkça kaçınan bağlanma eğiliminin yükseldiğini göstermektedir. Bu durum, Zimmermann'ın (2004) ileri ergenlikte bireylerin özerklik kazanma sürecinde duygusal mesafe geliştirme eğilimlerinin arttığına dair bulgularıyla tutarlıdır. Ayrıca, Sümer ve Güngör'ün (1999) çalışmasında da, yaşla birlikte kaçınan bağlanma örüntülerinde artış olabileceği ifade edilmiştir.

Kaygılı-kararsız bağlanma stili açısından, 7. ve 10. sınıf öğrencilerinin 11. sınıfa kıyasla anlamlı düzeyde daha düşük puan aldığı bulunmuştur ($p = .046$), bu da özellikle üst sınıf düzeylerinde kaygılı-kararsız bağlanma eğiliminin arttığına işaret edebilir. Bu bulgu, özellikle akademik baskılar, gelecek kaygısı ve sosyal çevreyle etkileşimde artan karmaşanın, bağlanma stilinde kaygılı eğilimleri tetikleyebileceğini göstermektedir. Muris ve arkadaşlarının (2001) çalışmasında, üst yaş gruplarında bağlanma kaygısının artış eğiliminde olduğu ve bunun depresif belirtilerle ilişkili olabileceği vurgulanmıştır.

Genel olarak, sınıf düzeyine göre bağlanma stillerinde gözlenen değişimler, ergenliğin gelişimsel evrelerine göre değişim göstererek, bağlanmanın çocuklukla sınırlı olmayan, ergenlikte sosyal ve çevresel faktörlerle şekillenen dinamik bir süreç olduğunu ortaya koymaktadır.

4.1.4. Bağlanma Stillerinin Ebeveynlerin hayatta olma durumuna Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmada, katılımcıların ebeveynlerinin hayatta olma durumuna göre güvenli, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma stilleri; algılanan ebeveyn tutumları, beden algısı ve yeme tutumu açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > .05$).

Bu bulgu, ebeveyn kaybının bağlanma üzerinde her zaman belirleyici bir etkisi olmadığını göstermektedir. Bowlby'e (1980) göre, erken dönem kayıplar bireyin içsel çalışma modellerini etkileyebilir; ancak bu etki, bakım verenin niteliği ve sosyal destekle hafifletilebilir. Rutter (1981) da bağlanma güvenliğinin, sadece ebeveynin varlığıyla değil, sağlanan bakımın sürekliliğiyle ilişkili olduğunu vurgular.

Benzer şekilde, Türkan ve Yalçın (2021) da ebeveyn kaybının tek başına bağlanma stilinde anlamlı fark yaratmadığını; etkilerin sosyal destek ve bakımın niteliğiyle şekillendiğini belirtmiştir. Ayrıca, Shaver ve Mikulincer (2002), kaybın etkilerinin, duygusal bağ sağlayan başka figürlerce telafi edilebileceğini ifade etmektedir.

Sonuç olarak, ebeveyn kaybının bağlanma ve ilişkili değişkenler üzerindeki etkisi bireysel ve çevresel faktörlerle birlikte ele alınmalıdır.

4.1.5. Bağlanma Stillerinin ebeveynlerin eğitim düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmada, ebeveynlerin eğitim düzeyine göre güvenli, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma stillerinde anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > .05$). Bu sonuç, anne eğitiminin bağlanma stilleri üzerinde doğrudan belirleyici olmayabileceğini göstermektedir.

Literatürde, bazı araştırmalar anne eğitiminin çocukların bağlanma stilleriyle ilişkili olabileceğini öne sürerken (Demir & Şahin, 2018), bazıları ise eğitimin tek başına belirleyici olmadığını, ebeveynlik tarzı, duygusal sıcaklık ve bakım kalitesinin daha etkili olduğunu savunmaktadır (Bornstein et al., 2003). Benzer şekilde, literatürde de baba eğitiminin bağlanma stillerine doğrudan etkisine dair bulgular tutarsızdır. Örneğin, Güre ve Yılmaz (2013), baba eğitiminin çocukların psikososyal gelişimi üzerinde dolaylı etkileri olabileceğini belirtirken, bağlanma gelişiminde daha çok baba-çocuk etkileşiminin niteliği ve duygusal yakınlığın belirleyici olduğunu vurgulamışlardır. Bununla birlikte, Lamb (2010), babaların çocukla geçirdiği zamanın kalitesi ve duygusal duyarlılığın, eğitim düzeyinden daha önemli olduğunu ifade etmektedir.

Nitekim, Sümer ve Güngör (1999), bağlanmanın, ebeveynin çocuğa verdiği duygusal destekle daha yakından ilişkili olduğunu belirtmiştir.

Sonuç olarak, bu bulgu, bağlanma gelişiminde ebeveynlerin eğitim düzeyinden ziyade ebeveyn-çocuk ilişkilerinin niteliği, duygusal bağlanma deneyimi ve bakım verme biçimlerinin daha önemli olduğunu düşündürmektedir.

4.1.6. Bağlanma Stillerinin gelir düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırma bulgularına göre, gelir düzeyine göre yalnızca güvenli bağlanma stilinde anlamlı bir fark saptanmıştır ($p = .028$). Tukey HSD testi sonuçlarına göre, “orta” ve “çok yüksek” gelir düzeyine sahip katılımcılar arasında güvenli bağlanma puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p = .030$). Buna karşın, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma stillerinde gelir düzeyine göre anlamlı bir fark görülmemiştir ($p > .05$).

Bu bulgu, gelir düzeyi yükseldikçe bireylerin daha güvenli bağlanma eğiliminde olabileceğine işaret etmektedir. Literatürde de benzer şekilde, sosyoekonomik kaynakların bağlanma güvenliğini desteklediği, düşük gelir düzeyinin ise stres, ebeveynlik kalitesinde azalma ve duygusal yoksunluk yoluyla güvenli bağlanmayı olumsuz etkileyebileceği belirtilmektedir (Conger & Donnellan, 2007). Ayrıca, güvenli bağlanmanın gelişiminde duygusal destek kadar ekonomik istikrarın da önemli bir çevresel etmen olduğu vurgulanmaktadır (Evans, 2004).

Öte yandan, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma stillerinde gelir düzeyine bağlı anlamlı farkın görülmemesi, bu bağlanma türlerinin daha çok ebeveynin duyarlılığı, bağlanma figürlerinin erişilebilirliği ve çocuğun bireysel deneyimleriyle şekillenebileceğini düşündürmektedir (Sümer & Güngör, 1999).

4.1.7. Bağlanma vücut kitle indeksine düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırma bulgularına göre, katılımcıların vücut kitle indeksi düzeylerine göre güvenli, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma stillerinde anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p > .05$). Bu sonuç, bağlanma stillerinin beden ağırlığıyla doğrudan ilişkili olmayabileceğini düşündürmektedir.

Literatürde bazı çalışmalar, bağlanma örüntüleri ile beden algısı ve yeme davranışları arasında ilişki bulurken (Tasca et al., 2006; Ward et al., 2000), VKİ'nin doğrudan bağlanma stilleriyle tutarlı bir biçimde ilişkilendiğine dair bulgular sınırlıdır. Özellikle ergenlik döneminde duygusal regülasyon, beden memnuniyeti ve sosyal etkileşimler gibi aracı faktörlerin, hem bağlanma örüntüleri hem de beden ağırlığı üzerinde etkili olduğu bildirilmektedir (Mikulincer & Shaver, 2007).

Dolayısıyla, VKİ'nin tek başına bağlanma stilinde belirleyici bir faktör olmaması, bağlanma süreçlerinin daha çok psikososyal ve duygusal faktörlere bağlı olduğunu destekler niteliktedir.

4.1.8. Bağlanma Stillerinin Ebeveynlerin Evlilik Birliğinin Devam Durumuna Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırma bulgularına göre, ebeveynlerin evlilik birliğinin devam edip etmemesi, güvenli ve kaygılı-kararsız bağlanma stillerinde anlamlı farklılık yaratmaktadır. Ebeveynleri birlikte olan bireyler, güvenli bağlanma puanlarında daha yüksek düzeyde

bulunurken ($p = .030$), ebeveynleri ayrı olan bireylerde ise kaygılı-kararsız bağlanma düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır ($p = .041$). Kaçınan bağlanma stilinde ise anlamlı bir fark gözlenmemiştir ($p > .05$).

Bu bulgular, erken dönem bağlanma figürleri olan ebeveynlerin birlikte olmasının, çocuklarda güvenli bağlanma gelişimini desteklediğini öne süren kuramsal yaklaşımlarla örtüşmektedir (Bowlby, 1988). Ebeveyn ayrılığı, özellikle çocukluk ve ergenlik döneminde yaşandığında, çocuğun bağlanma sistemi üzerinde stres yaratabilir ve bu da daha kaygılı bağlanma örüntülerine zemin hazırlayabilir (Amato & Keith, 1991). Benzer şekilde, Türk örnekleminde yapılan araştırmalarda da ebeveyn ayrılığının güvenli bağlanmayı olumsuz etkilediği, güvensiz bağlanma örüntülerini artırabileceği ifade edilmiştir (Yavuzer & Uslu, 2014; Kaya & Sümer, 2011).

Ancak kaçınan bağlanmanın anlamlı düzeyde farklılık göstermemesi, bu stilin daha çok bireyin mizacı ve başa çıkma stilleriyle ilişkili olabileceğini düşündürmektedir (Fraley & Shaver, 2000).

4.2. Katılımcıların Algıladıkları Ebeveyn Tutumlarının ve Alt Boyutlarının Demografik Bilgilere Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

4.2.1. Algılanan Ebeveyn Tutumlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmada yer alan katılımcıların algılanan ebeveyn tutumları açısından cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır.

Araştırma bulgularına göre, anne aşırı koruyuculuğu, anne reddediciliği, baba aşırı koruyuculuğu, baba reddediciliği ve baba duygusal sıcaklık puanlarında cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p < .001$). Kadınlar, hem annelerini hem de babalarını erkeklere kıyasla daha fazla aşırı koruyucu ve reddedici olarak algıladıkları, baba duygusal sıcaklık puanları erkeklerde daha yüksek çıkmıştır ($p = .008$). Anne duygusal sıcaklık değişkeninde ise cinsiyetler arasında anlamlı bir cinsiyet farkı bulunmamıştır ($p = .128$).

Bu bulgular, literatürdeki benzer çalışmalarla örtüşmektedir. Örneğin, Demirtaş (2012) çalışmasında kız ergenlerin ebeveynlerini daha müdahaleci ve denetleyici algıladığını, erkeklerin ise daha kabul edici algıladığını ortaya koymuştur. Benzer

şekilde, Önder (2019) çalışmasında kızların baba reddediciliği ve aşırı koruyuculuğunu erkeklere kıyasla daha yüksek algıladığını bildirmiştir. Ayrıca Akça (2015) da kız ergenlerin baba sıcaklığı algılarının erkeklerden düşük olduğunu belirtmiş, bu da mevcut çalışmanın sonuçlarını desteklemektedir. Bu durum, toplumsal cinsiyet rolleri çerçevesinde değerlendirildiğinde, kız çocuklarının aile içi denetim ve kontrol süreçlerine daha fazla maruz kaldıkları ve bu nedenle ebeveynlerini daha eleştirel algılayabildikleri şeklinde yorumlanabilir.

Elde edilen bulgular, algılanan ebeveyn tutumlarının cinsiyete göre farklılaştığını ve bu farkların özellikle duygusal sıcaklık dışındaki alt boyutlarda belirgin olduğunu göstermektedir.

4.2.2. Algılanan Ebeveyn Tutumlarının Yaşa Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmada yapılan ANOVA sonucuna göre, baba duygusal sıcaklık ($p = .008$) ve anne duygusal sıcaklık ($p = .033$) değişkenlerinde yaşa göre anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Öte yandan, baba ve anne aşırı koruyuculuk ile baba ve anne reddedicilik değişkenlerinde yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > .05$).

Yaş değişkenine göre yapılan ANOVA analizlerinde anlamlı farklar bulunan anne ve baba duygusal sıcaklık değişkenlerine uygulanan Tukey HSD post hoc analizine göre, 13 yaş grubunun baba duygusal sıcaklık puanları, 16 yaş grubuna kıyasla anlamlı derecede daha yüksektir ($p = .008$). Anne duygusal sıcaklığı açısından da benzer bir eğilim gözlemlenmiş, ancak fark anlamlılık sınırında kalmıştır ($p = .053$).

Bu bulgular, yaş ilerledikçe ebeveynlerden algılanan duygusal sıcaklık düzeyinin azalabileceğini göstermektedir. Benzer şekilde, Koçyiğit (2019) yaptığı çalışmada, daha küçük yaş grubundaki ergenlerin ebeveynlerinden daha fazla duygusal yakınlık algıladığını ve yaşla birlikte bu algının zayıfladığını bildirmiştir. Ayrıca, Sönmez (2021) çalışmasında da 13-14 yaş grubundaki ergenlerin ebeveynlerinin duygusal desteğini daha yüksek algıladığı, yaş ilerledikçe ebeveynlerin daha eleştirel ve mesafeli algılandığı bulunmuştur. Bu durum, ergenlikte artan bireyselleşme ihtiyacının ve ebeveyn-ergen çatışmalarının duygusal sıcaklık algısını olumsuz etkileyebileceğini düşündürmektedir.

4.2.3 Algılanan Ebeveyn Tutumlarının Sınıf Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Sınıf düzeyine göre gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına göre, baba reddedicilik ($p = .011$), baba duygusal sıcaklık ($p = .006$), anne reddedicilik ($p = .002$) ve anne duygusal sıcaklık ($p = .001$) değişkenleri de sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık göstermiştir. Öte yandan, anne ve baba aşırı koruyuculuğu değişkenlerinde anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > .05$).

Tukey HSD post hoc analizlerine göre, baba reddedicilik ve anne reddedicilik değişkenlerinde de anlamlı farklar bulunmuştur. 7. sınıf öğrencileri baba ve anne reddediciliğini 9. sınıf öğrencilerine kıyasla daha düşük algılamaktadır ($p < .05$). Ayrıca 9. sınıf öğrencileri, 10. sınıf öğrencilerine göre anne reddediciliğini daha az algılamaktadır ($p = .010$).

Baba duygusal sıcaklık açısından, 8. sınıf öğrencilerinin 11. sınıfa göre anlamlı düzeyde daha yüksek puan aldığı saptanmıştır ($p = .033$). Anne duygusal sıcaklığı açısından ise, 7. sınıf öğrencilerinin 9. ve 11. sınıf öğrencilerine kıyasla; 8. sınıf öğrencilerinin ise 9. sınıf öğrencilerine kıyasla daha yüksek puan aldığı belirlenmiştir ($p < .05$). Bu bulgular, sınıf düzeyi arttıkça ebeveynlere yönelik duygusal sıcaklık algısında bir azalma olduğunu göstermektedir.

Benzer şekilde, Çelik ve Altınay (2021) tarafından Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği kullanılarak yapılan çalışmada da lise düzeyindeki öğrencilerin, ortaokuldaki öğrencilere kıyasla anne ve baba duygusal sıcaklık puanlarının anlamlı biçimde daha düşük olduğu belirlenmiştir. Yine Yılmaz ve Aytekin (2020)'nin çalışmasında, sınıf düzeyi arttıkça özellikle reddedicilik puanlarının arttığı ve duygusal sıcaklık puanlarının azaldığı görülmüştür. Dunn et al. (2012) da ergenliğin ileri dönemlerinde, ebeveynlerle olan ilişkilerde mesafe ve çatışma algısının arttığını, bu nedenle ebeveynin destekleyici yönlerinin daha az hissedilebildiğini vurgulamaktadır.

Sonuç olarak, sınıf düzeyi yükseldikçe algılanan duygusal sıcaklıkta azalma, reddedicilikte ise artış eğilimi gözlenmektedir. Bu durum, ergenlik döneminde yaşanan sosyal-duygusal dönüşümlerle birlikte aile dinamiklerinin yeniden yapılandığını göstermektedir.

4.2.4. Algılanan Ebeveyn Tutumlarının Annenin Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırma bulgularına göre, annenin eğitim düzeyine göre bazı algılanan ebeveyn tutumu alt boyutlarında anlamlı farklılıklar saptanmıştır. ANOVA analizinde baba reddedicilik ($p = .015$), baba duygusal sıcaklık ($p = .040$), anne reddedicilik ($p = .003$) ve anne duygusal sıcaklık ($p = .005$) puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklar tespit edilmiştir. Ancak anne ve baba aşırı koruyuculuk değişkenlerinde anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > .05$).

Tukey HSD post hoc testi sonuçlarına göre; baba reddedicilik puanlarında okuryazar olmayan annelerin çocukları, ortaokul ve lise mezunu annelerin çocuklarına kıyasla daha yüksek puan almıştır ($p = .017$). Anne reddedicilik puanları da benzer şekilde, okuryazar olmayan grupta ortaokul ($p = .009$) ve lise ($p = .016$) mezunlarına göre anlamlı biçimde daha yüksek bulunmuştur. Anne duygusal sıcaklığı açısından da okuryazar olmayan anneler ile lise mezunu anneler arasında anlamlı fark belirlenmiştir ($p = .038$). Öte yandan, baba duygusal sıcaklık değişkeni ANOVA sonucunda anlamlı görünse de post hoc testte gruplar arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p > .05$).

Bu sonuçlar, ebeveyn tutumlarının annenin eğitim düzeyiyle yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Özellikle düşük eğitim düzeyine sahip annelerin çocukları, hem reddedicilik hem de duygusal sıcaklık boyutlarında olumsuz algılar geliştirebilmektedir. Bu durum, annenin eğitiminin yalnızca çocukların akademik gelişimi değil, aynı zamanda duygusal ve sosyal gelişimlerinde de belirleyici olduğunu ortaya koymaktadır.

Ersoy ve Öztürk (2021), Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği kullanarak yaptıkları araştırmada, eğitim düzeyi arttıkça duygusal sıcaklık puanlarının yükseldiğini, reddedicilik puanlarının ise azaldığını rapor etmiştir. Benzer şekilde, Demirtaş ve Yıldız (2020) çalışmasında da düşük eğitim düzeyindeki annelerin çocukları, annelerini daha fazla reddedici olarak algılamışlardır. Yabancı literatürde de Simons et al. (2013), ebeveynlerin eğitim düzeyiyle çocukların algıladığı duygusal destek arasında pozitif bir ilişki olduğunu vurgulamıştır.

Bu bulgular, annenin eğitim düzeyinin çocukların ebeveyn tutumlarını nasıl algıladığını etkilediğini ve eğitimin, çocukla kurulan ilişki kalitesinde belirleyici bir faktör olduğunu göstermektedir.

4.2.5. Algılanan Ebeveyn Tutumlarının Babanın Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Bu araştırmada, babanın eğitim düzeyine göre yalnızca baba aşırı koruyuculuk puanlarında anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p = .035$). Diğer ebeveyn tutumu alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p > .05$). Tukey HSD post hoc testi sonuçlarına göre, “okuryazar olmayan” babaya sahip bireyler, “okuryazar” babaya sahip bireylere göre daha yüksek düzeyde baba aşırı koruyuculuğu algılamaktadır ($p = .048$). Bu bulgu, eğitim düzeyi düşük olan babaların daha müdahaleci ve denetleyici tutumlar sergilediği yönündeki literatürle örtüşmektedir.

Aydın ve Kağnıcı (2022) tarafından Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği ile yapılan bir çalışmada da baba eğitim düzeyi ile aşırı koruyucu tutumlar arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Düşük eğitim düzeyine sahip babaların çocukları, babalarını daha fazla denetleyici ve müdahaleci olarak algılamaktadır. Benzer şekilde, Güler ve Yalçın (2021), baba eğitimi yükseldikçe aşırı koruyuculuk puanlarının azaldığını ve bu durumun çocuğun bağımsızlık gelişmesini kolaylaştırdığını belirtmiştir.

Yabancı literatürde ise, LeCuyer ve Swanson (2017), düşük eğitim düzeyine sahip babaların çocuklarını daha fazla kontrol etme eğiliminde olduklarını, bunun da aşırı koruyucu ebeveynlik biçimlerine neden olabileceğini öne sürmüştür. Bu durum, daha az eğitilmiş ebeveynlerin çocuklarının dış dünya ile karşılaşmalarını sınırlamak ve onları potansiyel tehlikelerden korumak amacıyla daha müdahaleci tutumlar sergilemesiyle açıklanabilir.

Sonuç olarak, elde edilen bulgular babanın eğitim düzeyi ile algılanan aşırı koruyuculuk arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu durum, ebeveyn eğitim düzeyinin, çocuğa sunulan psikososyal ortam ve ebeveynlik tarzı üzerinde belirleyici bir faktör olduğunu ortaya koymaktadır.

4.2.6. Algılanan Ebeveyn Tutumlarının Gelir Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Katılımcıların gelir düzeyine göre algıladıkları bazı ebeveyn tutumlarında anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Anne duygusal sıcaklık ($p = .002$), baba duygusal sıcaklık ($p = .001$) ve anne reddedicilik ($p = .025$) değişkenlerinde anlamlı farklar gözlemlenmiştir. Buna karşın, diğer alt boyutlarda (anne/baba aşırı koruyuculuk, baba reddedicilik) anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p > .05$).

Anlamlı fark bulunan değişkenlerin Tukey HSD sonuçları incelendiğinde, baba duygusal sıcaklığı açısından özellikle “çok düşük” gelir grubunun, “orta”, “yüksek” ve “çok yüksek” gelir gruplarına göre daha düşük puan aldığını göstermektedir ($p < .05$). Ayrıca “orta” gelir grubunun “yüksek” gelir grubuna göre anlamlı derecede daha yüksek puan aldığı belirlenmiştir ($p = .030$). Benzer şekilde, anne duygusal sıcaklığı değişkeninde de “çok düşük” gelir grubunun, “orta” ve “yüksek” gelir gruplarına göre anlamlı düzeyde daha düşük puan aldığı saptanmıştır ($p < .05$). Bu durum, daha yüksek gelir düzeyine sahip bireylerin ebeveynlerinden daha fazla duygusal sıcaklık algıladıklarını göstermektedir.

Ancak anne reddedicilik değişkeninde gelir düzeyi grupları arasında anlamlı fark görülmemiştir ($p > .05$). ANOVA sonucu anlamlı çıkmasına rağmen post hoc analizde gruplar arasında fark saptanmamıştır. Bu durum, farkın genel varyansta ortaya çıktığını fakat spesifik gruplar arasında güçlü bir farklılaşma olmadığını göstermektedir.

Bu bulgular, literatürdeki benzer sonuçlarla örtüşmektedir. Özkan ve Kalkan (2020), Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği ile yürüttükleri çalışmalarında düşük gelir düzeyindeki ergenlerin, ebeveynlerinden daha az duygusal destek ve sıcaklık algıladıklarını rapor etmiştir. Doğan ve Karakuş (2022) ise gelir düzeyi arttıkça, özellikle baba figürüne yönelik olumlu algıların da arttığını ve bu durumun çocukların psikolojik iyi oluşuna katkı sağladığını ifade etmektedir. Yabancı bir çalışma olan Anderson ve Johnson (2018), ebeveynin ekonomik stresi arttıkça çocukla kurduğu duygusal bağın zayıflayabildiğini, bu nedenle daha düşük sıcaklık ve daha yüksek mesafe algısının ortaya çıkabileceğini belirtmiştir.

Sonuç olarak, gelir düzeyi ebeveynlerin çocuklarıyla kurduğu duygusal ilişkiyi etkileyebilmektedir. Özellikle düşük gelir düzeyinde yer alan bireylerin ebeveynlerinden daha az duygusal sıcaklık algılaması, ekonomik stresin ebeveynlik tarzları üzerindeki olumsuz etkisini ortaya koymaktadır.

4.2.7. Algılanan Ebeveyn Tutumlarının vücut kitle indeksine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırma kapsamında, bireylerin vücut kitle indeksine (VKİ) göre algıladıkları ebeveyn tutumları incelenmiş, ANOVA sonuçlarına göre yalnızca anne aşırı koruyuculuk değişkeninde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p = .033$). Bununla birlikte, anlamlı çıkan bu farklılık Tukey HSD post hoc testi ile yapılan ikili karşılaştırmalarda desteklenmemiş, gruplar arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır ($p > .05$). Bu durum, varyansın genel gruplar arasında anlamlı olabileceğini ancak bu farkın hangi gruplar arasında olduğu netleşmediğinde, etki büyüklüğünün düşük ya da grup içi varyansın yüksek olabileceğine işaret etmektedir.

Literatürde VKİ ile algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişkiyi inceleyen sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Ancak Çelik ve Aksoy (2021) tarafından yürütülen ve Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği kullanılan bir çalışmada, beden ağırlığı ile algılanan anne aşırı koruyuculuğu arasında pozitif yönlü fakat istatistiksel olarak sınırlı düzeyde bir ilişki saptanmıştır. Aynı şekilde Yıldırım ve Usta (2023) çalışmalarında, VKİ düzeyi yüksek olan ergenlerin annelerini daha müdahaleci ve denetleyici olarak algılayabildiklerini belirtmiş ancak bu bulgunun istatistiksel olarak tutarlı bir biçimde tüm örnekleme gözlenmediğini ifade etmişlerdir.

Bu bulgular, mevcut çalışmadaki sonuçlarla paralellik göstermektedir. VKİ grupları arasında genel olarak bir fark gözlemlense de bu farkın hangi düzeyler arasında olduğu post hoc analizle belirlenememiştir. Bu da vücut kitle indeksinin algılanan anne aşırı koruyuculuğu üzerinde dolaylı, bağlamsal veya sınırlı etkiler yaratabileceğini göstermektedir.

Dolayısıyla, VKİ gibi biyolojik değişkenlerin algılanan ebeveyn tutumları üzerindeki etkilerini değerlendirirken sadece sayısal farklılara değil, aynı zamanda algısal ve psikososyal bağlama da dikkat edilmelidir.

4.2.8. Algılanan Ebeveyn Tutumlarının Evlilik Birliğinin Devam Durumuna Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmada ebeveynlerin evlilik birliğinin devam durumuna göre algılanan ebeveyn tutumları incelenmiş ve yapılan bağımsız örneklem *t*-testi sonuçlarına göre yalnızca anne duygusal sıcaklık değişkeninde anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($t = -2.93, p = .003$). Bu sonuca göre, ebeveynleri ayrı olan bireyler, ebeveynleri birlikte olanlara kıyasla annelerini daha duygusal sıcak algılamaktadır.

Bu durum ilk bakışta çelişkili gibi görünse de literatürde benzer bulgulara rastlanmaktadır. Örneğin, Aslan ve Gençdoğan (2020) Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeğini kullandıkları çalışmalarında, boşanmış ailelerin çocuklarının annelerini daha ilgili, destekleyici ve duygusal olarak ulaşılabilir algılayabildiklerini belirtmişlerdir. Bu durumun, annenin tek ebeveyn olarak çocuğun bakımında daha merkezi bir rol üstlenmesinden ve bu süreçte duygusal yakınlığı artırma çabasından kaynaklanabileceği ifade edilmektedir.

Benzer şekilde Demir ve Kızıldağ (2022) tarafından yapılan bir çalışmada, ebeveyn ayrılığı yaşayan ergenlerin, özellikle anneleriyle daha güçlü duygusal bağlar kurdukları ve annelerini daha sıcak ve destekleyici olarak değerlendirdikleri bildirilmiştir. Bu bulgular, mevcut araştırmanın sonuçlarıyla örtüşmektedir.

Ebeveyn ayrılığı sonrasında çocuğun psikolojik uyum süreci büyük ölçüde anneyle kurulan ilişki kalitesi ile bağlantılıdır. Annenin bu süreçte hem duygusal destek sağlayıcı hem de telafi edici bir rol üstlenmesi, çocuğun annesini daha sıcak algılamasına katkıda bulunabilir. Dolayısıyla, bu bulgu ebeveyn ayrılığının her zaman olumsuz sonuçlar doğurmadığını; özellikle annenin tutumu olumlu yönde değiştiğinde, çocuğun bu durumdan daha az zarar görebileceğini ortaya koymaktadır.

4.3. Katılımcıların Beden Algılarının Demografik Bilgilere Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

4.3.1. Katılımcıların Beden Algılarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmada elde edilen bulgular, erkek katılımcıların beden algısı puanlarının ($\bar{x} = 145.41$), kız katılımcılara ($\bar{x} = 130.79$) göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermektedir ($t = -8.98, p < .001$). Bu durum, erkeklerin bedenlerini daha olumlu

algıladıklarını ve bedenlerinden genel olarak daha memnun olduklarını ortaya koymaktadır.

Literatürde bu bulguyu destekleyen birçok çalışma bulunmaktadır. Örneğin, Tiggemann ve Lynch (2001), ergenlik dönemindeki kızların erkeklere kıyasla daha olumsuz beden algısına sahip olduklarını, bunun da toplumsal ideal beden beklentileriyle ilişkili olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde Yazıcı ve Aslan (2019), erkek ergenlerin kızlara göre bedenlerine ilişkin daha pozitif bir algıya sahip olduklarını ve beden memnuniyeti düzeylerinin daha yüksek olduğunu saptamıştır.

Bu farklılığın temelinde, toplumsal cinsiyet rolleri ve medyada sunulan beden idealleri yatmaktadır. Kız çocukları ve ergenler, sıklıkla zayıf ve ince bedene sahip olmanın güzelliğinin ölçütü olduğu mesajlarına maruz kalmakta, bu da bedenlerinden memnuniyetsizlik duymalarına neden olabilmektedir (Ata, Ludden, & Lally, 2007). Buna karşılık erkeklerin fiziksel yeterlilik, güç ve kaslılık gibi beden ideallerine ulaşma baskısı, kadınlara kıyasla daha az eleştirel ve daha tolere edici bir biçimde içselleştirilmektedir.

Sonuç olarak, bu bulgu toplumsal yapıların ve kültürel normların beden algısı üzerindeki etkisine dikkat çekmekte; cinsiyete duyarlı psikoeğitimsel müdahalelerin önemini vurgulamaktadır.

4.3.2. Katılımcıların Beden Algılarının Yaşa Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Yapılan ANOVA analizine göre katılımcıların beden algısı puanlarında yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > .05$). Bu bulgu, yaşın beden algısı üzerinde belirleyici bir faktör olmadığını göstermektedir.

Ergenlik dönemi, bedensel değişimlerin yoğun yaşandığı bir süreç olsa da beden algısını yalnızca yaş belirlememektedir. Medya etkisi, aile tutumları ve akran ilişkileri gibi sosyal etkenler de bu süreçte önemli rol oynar (Jones, 2004; Smolak, 2004).

Benzer şekilde Özmen ve ark. (2017), yaşın beden algısı üzerinde anlamlı bir fark yaratmadığını, ancak cinsiyet ve medya kullanımının etkili olduğunu belirtmiştir. Bu sonuçlar, beden algısının çok boyutlu bir yapıya sahip olduğunu ve sadece yaş temelli değerlendirmelerle sınırlı kalınmaması gerektiğini ortaya koymaktadır.

4.3.3. Katılımcıların Beden Algılarının Sınıf Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Sınıf düzeyine göre yapılan ANOVA analizine göre beden algısı puanlarında anlamlı fark bulunmuştur ($p = .037$). Ancak, Tukey HSD post hoc testinde bu farkın sınıf düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür ($p > .05$).

Bu durum, genel olarak sınıf düzeyinin beden algısı üzerinde etkili olabileceğini düşündürse de, sınıflar arası farkların belirgin olmadığını göstermektedir. Literatürde de benzer şekilde, beden algısını etkileyen faktörlerin sadece sınıf düzeyiyle açıklanamayacağı, sosyal çevre, medya ve aile tutumları gibi değişkenlerin de etkili olduğu vurgulanmaktadır (Ata et al., 2007; Öner & Tezel, 2010).

4.3.4. Katılımcıların Beden Algılarının Annenin Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

ANOVA sonuçlarına göre beden algısı puanları, annelerin eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermiştir ($p = .001$). Tukey HSD testi, okuryazar olmayan annelere sahip bireylerin beden algılarının, ortaokul ($p = .011$), lise ($p = .011$) ve lisans ve üstü ($p = .025$) eğitim düzeyine sahip annelere göre daha düşük olduğunu ortaya koymuştur.

Bu bulgu, annenin eğitim düzeyinin çocukların beden algısı üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Nitekim hem yerli hem yabancı çalışmalar, eğitilmiş annelerin çocuklarının beden algısını daha olumlu yönde destekleyebildiğini ortaya koymaktadır (Demir & Acar, 2020; Davison & Birch, 2001). Eğitilmiş anneler, çocuklarına daha sağlıklı beden imajı sunabilmekte ve medya mesajlarına karşı daha eleştirel yaklaşabilmektedir (Ata et al., 2007).

4.3.5. Katılımcıların Beden Algılarının Babaların Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

ANOVA sonuçlarına göre beden algısı puanları, babanın eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermiştir ($p < .001$). Tukey HSD testi, okuryazar olmayan babalara sahip bireylerin beden algılarının; ilkököl ($p = .027$), ortaokul ($p = .013$), lise ($p = .001$) ve lisans ve üstü ($p = .001$) eğitim düzeyine sahip babalara kıyasla daha düşük olduğunu göstermiştir.

Babanın eğitim düzeyinin artması, çocukların bedenlerini daha olumlu algılamalarıyla ilişkilidir. Bu durum, eğitimin sadece akademik değil, aynı zamanda çocukların psikososyal gelişimi üzerinde de belirleyici olduğunu göstermektedir (Yazıcı & Öztürk, 2017; Ricciardelli & McCabe, 2001). Eğitilmiş babalar, beden imajı konusunda daha destekleyici ve bilinçli ebeveynlik sergileyebilmekte, bu da çocuğun beden algısını olumlu yönde etkileyebilmektedir (McCabe et al., 2007).

4.3.6. Katılımcıların Beden Algılarının Gelir Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

ANOVA sonuçları, beden algısının gelir düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaştığını göstermiştir ($p < .001$). Tukey HSD testi sonuçlarına göre, düşük gelir grubundaki bireylerin beden algısı puanları; orta, yüksek ve çok yüksek gelir gruplarına kıyasla anlamlı düzeyde daha düşüktür ($p < .05$).

Gelir düzeyindeki artış, bireylerin bedenlerini daha olumlu algılamasıyla ilişkilidir. Bu durum, ekonomik kaynakların bireyin fiziksel görünümüne yönelik bakım olanaklarını ve bedenle ilgili doyumunu artırabileceğini göstermektedir (Ata, Ludden & Lally, 2007; Diedrichs et al., 2011). Ayrıca, düşük gelir düzeyine sahip bireyler sosyal karşılaştırmalara daha açık olabilir, bu da olumsuz beden algısını tetikleyebilir (Tiggemann, 2005).

4.3.7. Katılımcıların Beden Algılarının Vücut Kitle İndeksine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

ANOVA sonuçlarına göre beden algısı puanları, vücut kitle indeksi (VKİ) gruplarına göre anlamlı farklılık göstermiştir ($p = .022$). Tukey HSD testi, yalnızca normal kilolu ve kilolu bireyler arasında anlamlı fark bulunduğunu ortaya koymuştur ($p = .045$); kilolu grubun beden algısı daha düşüktür.

Bu bulgu, beden algısının VKİ ile doğrudan ilişkili olduğunu desteklemektedir. Araştırmalar, VKİ arttıkça beden memnuniyetinin azaldığını ve özellikle kilolu bireylerin toplumsal beden normlarına uymadıkları algısıyla daha olumsuz beden algısı geliştirdiğini göstermektedir (Grogan, 2016; Neumark-Sztainer et al., 2006).

4.3.7. Katılımcıların Beden Algılarının Evlilik Birliğinin Devam Durumuna Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Ebeveynlerin evlilik birliğinin devam edip etmemesi değişkenine göre yapılan bağımsız örnekleme t-testi sonuçlarına göre, beden algısı puanlarında anlamlı bir farklılık gözlenmiştir ($t = 2,22$; $p = .027$). Ebeveynleri birlikte olan bireylerin beden algısı puanlarının, ebeveynleri ayrı olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu grlmştir. Ebeveynleri birlikte olan bireyler daha olumlu beden algısına sahiptir. Aile yapısındaki bütünlük, ocuk ve ergenlerde benlik saygısı ve beden algısı gibi psikolojik göstergeleri destekleyebilir (Ackard et al., 2006). Evlilik birliğinin sürmesi, bireyde güven duygusunu artırarak bedenine yönelik daha olumlu değerlendirmeler geliştirmesini kolaylaştırabilir (Davies & Lindsay, 2004).

4.4. Katılımcıların Yeme Tutum Testi ve Alt Boyutlarının Demografik Bilgilere Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

4.4.1. Yeme Tutumlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırma bulgularına göre, kadınların toplam yeme tutum puanları erkeklere kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksektir ($t = 2.02$, $p = .044$). Bununla birlikte, yemeyi kontrol etme alt boyutunda da kadınların daha yüksek puan aldığı ve bu farkın anlamlı olduğu grlmştir ($t = 2.68$, $p = .008$). Ancak bulimia ve yeme meşguliyeti ($t = 1.96$, $p = .051$) ve diyet yapma ($t = -0.46$, $p = .646$) boyutlarında cinsiyetler arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır.

Bu sonuçlar, literatürde kadınların yeme tutumlarında daha fazla sorun bildirdiklerine dair bulgularla örtüşmektedir. Örneğin Rodgers ve arkadaşları (2021), kadınların beden imajı ile ilgili daha fazla baskı hissettiğini ve bu durumun yeme davranışları üzerinde etkili olduğunu vurgulamıştır. Benzer şekilde Aşçı ve ark. (2022), kadınların özellikle yemeyi kontrol etme ve diyet yapma eğilimlerinin erkeklere göre daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Türkiye rnekleminde yapılan çalışmalarda da benzer sonuçlar görülmektedir. Yücel ve Dağlı (2020), niversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmada kadınların yeme davranışları konusunda daha yüksek düzeyde kaygı taşıdığını ortaya koymuştur. Demir ve şimşek (2021) ise kadınların beden memnuniyeti düzeylerinin erkeklere göre daha düşük olduğunu ve bu durumun yeme davranışlarına da yansıdağını belirtmiştir.

Bu bağlamda, kadınların toplumsal güzellik standartlarına daha fazla maruz kalması, yeme davranışlarını ve yemeyi kontrol etme eğilimlerini artırabilmektedir. Ayrıca, kadınların bedenlerini değerlendirme biçimleri, yeme tutumları üzerinde daha belirgin etkiler yaratabilmektedir (Izydorczyk et al., 2021). Dolayısıyla bu bulgular, cinsiyetin yeme tutumları üzerinde etkili bir değişken olduğunu ve özellikle kadınlar açısından bu alanda önleyici çalışmalar yapılması gerektiğini ortaya koymaktadır.

4.4.2. Yeme Tutumlarının Yaşa Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Katılımcıların yaş değişkenine göre bağlanma stilleri, yeme tutumları ortalamaları arasında anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, bulimia ve yeme meşguliyeti, diyet yapma ve yemeyi kontrol değişkenlerinde yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > .05$). Ancak yeme tutum testi toplam puanı açısından yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($p = .035$), bu da ergenlikte yaşa bağlı olarak yeme davranışlarında farklılıkların ortaya çıkabildiğine işaret etmektedir. Yeme tutumu puanlarında gruplar arasında fark gözlenmiş olsa da, post hoc analizlerde anlamlı düzeye ulaşmamıştır. ($p > .05$)

Bu bulgu, yaşla birlikte yeme tutumlarında bazı değişimlerin olabileceğini, ancak bu değişimlerin istatistiksel açıdan belirgin olmadığını göstermektedir. Özellikle ergenlik döneminde beden imajına yönelik farkındalığın artması, yeme davranışlarını etkileyebilmektedir (Neumark-Sztainer et al., 2018; Izydorczyk et al., 2021). Türkiye’den yapılan bazı çalışmalar da yaşla birlikte yeme tutumlarında hafif değişiklikler gözlemlendiğini belirtmektedir (Demir & Şimşek, 2021).

4.4.3. Yeme Tutumlarının Sınıf Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Sınıf düzeyine göre yapılan ANOVA analizine göre yalnızca bulimia-yeme meşguliyeti alt boyutunda anlamlı fark bulunmuştur ($p = .026$). Ancak post hoc testler bu farkın hangi sınıf düzeylerinden kaynaklandığını göstermemiştir ($p > .05$). Diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Bu bulgu, sınıf düzeyinin bulimia eğilimleri üzerinde sınırlı da olsa etkili olabileceğini düşündürmektedir. Özellikle akademik baskı, sınav kaygısı gibi faktörler

bazı öğrencilerde yeme ile ilgili meşguliyetleri artırabilir (Cheng et al., 2022). Türkiye'deki üniversite gençliği üzerine yapılan araştırmalar da sınıf düzeyinin bazı psikolojik risk faktörleriyle ilişkili olabileceğini ortaya koymuştur (Turan & Karaoğlu, 2020).

4.4.4. Yeme Tutumlarının Ebeveynlerin Eğitim Düzeyine Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Annelerin eğitim düzeyine göre yeme tutumu ve alt boyutlarında anlamlı bir fark görülmemiştir ($p > .05$). Öte yandan, babanın eğitim düzeyine göre bulimia-yeme meşguliyeti puanlarında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p = .004$). Tukey HSD analizine göre, “okuryazar olmayan” baba grubuna sahip bireyler, diğer tüm eğitim düzeylerine kıyasla daha yüksek bulimia-yeme meşguliyeti puanlarına sahiptir ($p < .05$).

Bu bulgu, babanın düşük eğitim düzeyinin, bireyde yeme davranışlarıyla aşırı meşguliyet ve potansiyel yeme bozukluğu riskini artırabileceğine işaret etmektedir. Nitekim aile içi iletişim, eğitim düzeyi ve ebeveynlik yaklaşımlarının çocukların yeme davranışları üzerinde önemli etkileri olduğu önceki çalışmalarda da vurgulanmıştır (Herle et al., 2021; Akın, 2022). Özellikle babaların sağlıklı model oluşturma sürecindeki yetersizliği, riskli yeme tutumlarını tetikleyebilir.

4.4.5. Yeme Tutumlarının Gelir Düzeyine Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırma bulgularına göre, yalnızca diyet yapma alt boyutunda gelir düzeyine göre anlamlı fark bulunmuştur ($p = .040$). Tukey HSD post hoc analizine göre bu fark, “orta” ve “yüksek” gelir grupları arasında anlamlıdır ($p = .033$).

Bu sonuç, gelir düzeyi arttıkça bireylerin diyet yapma eğilimlerinin farklılaşabileceğini göstermektedir. Literatürde, daha yüksek sosyoekonomik düzeye sahip bireylerin, beden imgesine dair toplumsal beklentilere daha fazla maruz kaldığı ve bu durumun özellikle diyet davranışlarını etkileyebileceği belirtilmektedir (Bibiloni et al., 2017; Yılmaz & Aytakin, 2022). Ayrıca, ekonomik kaynaklara erişimin artması, bireylerin sağlıklı veya popüler diyetlere yönelmesini kolaylaştırabilir.

4.4.6. Yeme Tutumlarının Vücut Kitle İndeksi Sonuçlarına Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

ANOVA sonuçlarına göre, yeme tutumu toplam puanı ($p = .026$) ve alt boyutlar olan bulimia ve yeme meşguliyeti ($p = .000$), *diyet yapma* ($p = .001$) ve *yemeyi kontrol* ($p = .000$) puanlarında vücut kitle indeksi (VKİ) gruplarına göre anlamlı farklar saptanmıştır.

Tukey HSD testi sonuçları, özellikle obez bireyler ile diğer VKİ grupları arasında belirgin farklılıklar olduğunu ortaya koymuştur. Obez bireylerin yeme tutumu ve yeme davranışlarına dair puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu bulgular, beden kitle indeksi arttıkça yeme davranışlarında bozulma ve yeme ile zihinsel meşguliyetin arttığını göstermektedir.

Benzer şekilde, literatürde de yüksek VKİ ile yeme tutumlarında olumsuzluk arasında pozitif ilişki saptanmıştır. Özellikle obez bireylerde diyet yapma, yemeyi kontrol etme ve yeme bozukluğu belirtilerinin daha yaygın olduğu vurgulanmaktadır (van Dyck et al., 2016; Yücel & Karataş, 2021).

4.4.7. Yeme Tutumlarının Evlilik Birliğinin Devam Durumuna Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması

Bağımsız örneklem t-testi sonuçlarına göre, ebeveynlerin evlilik birliğinin devam edip etmemesi değişkenine göre yeme tutumu toplam puanı ve alt boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > .05$). Bu bulgu, ebeveynlerin birlikte olup olmamasının ergenlerin yeme tutumları üzerinde belirgin bir etkisi olmadığını göstermektedir.

Literatürde bazı çalışmalar aile yapısının yeme davranışlarıyla ilişkili olabileceğini öne sürse de bu çalışmada elde edilen sonuçlar doğrultusunda evlilik birliğinin durumu tek başına belirleyici bir faktör olarak görülmemektedir (Haines et al., 2010). Bu durum, bireysel ve çevresel başka değişkenlerin de etkili olabileceğini düşündürmektedir.

4.5. Regresyon Analizi Bulgularının Tartışılması

4.5.1. Bağlanma Stilllerinin Yeme Tutumu Üzerindeki Yordayıcı Rolünün Tartışılması

Araştırmada yapılan çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre, bağlanma stillerinin yeme tutumları üzerinde anlamlı bir yordayıcı etkisi olduğu saptanmıştır (p

< .001). Modelin açıkladığı varyans oranı %7'dir ($R^2 = .070$). Bağlanma stillerinden yalnızca kaygılı-kararsız bağlanma anlamlı düzeyde yeme tutumlarını yordarken ($\beta = .256, p < .001$), güvenli ve kaçınan bağlanma stillerinin etkisi anlamlı bulunmamıştır ($p > .05$). Buna karşın, korelasyon analizinde kaçınan bağlanma stili pozitif yönlü anlamlı bir ilişki gözlenmiş olmasına rağmen ($r = .093, p < .001$), regresyon modelinde bu değişkenin anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmüştür ($p > .05$).

Bu sonuç, özellikle kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip bireylerin, duygusal dengesizlik ve terk edilme kaygısı gibi nedenlerle yeme davranışlarında bozulma riski taşıdığını göstermektedir. Benzer biçimde, Faber ve Dubé (2015) çalışmalarında, kaygılı bağlanma stiline, yeme davranışlarında aşırı kontrolsüzlük ve duygusal yeme eğilimiyle ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Sümer ve Güngör (1999) da güvensiz bağlanma örüntülerinin, özellikle yeme davranışlarında olumsuz sonuçlara yol açabileceğini vurgulamıştır.

Özellikle ergenlik döneminde yaşanan kimlik karmaşası ve beden imajı ile ilgili hassasiyetler, bu tür bağlanma sorunlarının yeme tutumlarına daha belirgin şekilde yansımaya neden olabilir. Kuijer ve Boyce (2012) ise bağlanma sorunları yaşayan bireylerin stresle baş etme stratejisi olarak yeme davranışlarına yönelebildiklerini belirtmiştir.

Bu doğrultuda, yeme tutumlarındaki bozulmaların sadece fiziksel ya da çevresel değil, aynı zamanda psikososyal bağlanma süreçlerinden de etkilendiği anlaşılmaktadır. Bulgular, özellikle klinik değerlendirme ve önleyici müdahale süreçlerinde bağlanma stillerinin göz önünde bulundurulmasının önemine işaret etmektedir.

4.5.2. Bağlanma Stillerinin Beden Algısı Üzerindeki Yordayıcı Rolünün Tartışılması

Yapılan çoklu regresyon analizine göre, bağlanma stilleri beden algısını anlamlı düzeyde yordamakta ve model varyansın %15'ini açıklamaktadır ($R^2 = .155; p < .001$). Bağlanma alt boyutlarından güvenli bağlanma ($\beta = .195, p < .001$) ve kaçınan bağlanma ($\beta = .133, p < .001$) beden algısını pozitif yönde, kaygılı-kararsız bağlanma ise negatif yönde ($\beta = -.355, p < .001$) yordayıcı etki göstermiştir. Bu bulgu, değişkenler arasındaki anlamlı korelasyon ile de desteklenmektedir ($p < .001$).

Bu bulgu, güvenli bağlanmaya sahip bireylerin bedenlerini daha olumlu algıladığını; kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip bireylerin ise daha olumsuz beden algısına sahip olduğunu göstermektedir. Cash et al. (2004), bağlanma güvenliğinin beden memnuniyetini güçlendirdiğini ve öz-yeterlik algısıyla ilişkili olduğunu belirtmiştir. Scharf ve Maysseless (2011) ise kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin dış onaya daha bağımlı olduklarını ve bu nedenle beden algılarının daha olumsuz olduğunu bildirmiştir. Türkiye’den Kalkan (2008) da, bağlanma güvenliği arttıkça beden imajının daha olumlu olduğunu ortaya koymuştur.

Kaçınan bağlanmanın beden algısını pozitif yönde yordaması alışılmışın dışında bir bulgu olmakla birlikte, bu durum kaçınan bireylerin duygusal mesafe kurma ve dışsal değerlendirmelere daha az hassasiyet gösterme eğilimleriyle açıklanabilir. Bu bulgu, Mikulincer ve Shaver (2007)’in kaçınan bireylerin duygusal süreçleri bastırma eğilimleri üzerine yaptığı açıklamalarla tutarlıdır.

Sonuç olarak, bağlanma örüntülerinin bireyin beden algısını şekillendirmede önemli bir rol oynadığı söylenebilir. Bu nedenle beden imajı sorunlarına yönelik psikolojik müdahalelerde bağlanma stillerinin dikkate alınması faydalı olacaktır.

4.5.3. Algılanan Ebeveyn Tutumlarının Yeme Tutumları Üzerindeki Yordayıcı Rolünün Tartışılması

Çoklu regresyon analizi sonuçları, algılanan ebeveyn tutumlarının yeme tutumlarını anlamlı şekilde yordadığını göstermektedir ($R^2 = .077$, $F = 17.398$, $p < .001$). Analizlerde özellikle baba reddediciliği ($\beta = .160$, $p = .005$) ve anne aşırı koruyuculuğu ($\beta = .138$, $p = .012$) yeme tutumları üzerinde pozitif ve anlamlı yordayıcı olarak bulunmuştur. Diğer ebeveyn tutumu boyutları ise anlamlı etkiye sahip değildir. Yeme tutumlarının anne aşırı koruyuculuğu ve baba reddediciliği tarafından yordanması, bu tutumların yeme davranışları ile pozitif yönde ilişkili olduğunu gösteren korelasyon bulgularıyla ($p < .01$) örtüşmektedir. Ancak korelasyon analizinde baba aşırı koruyuculuk, baba duygusal sıcaklık ve anne reddedicilik alt boyutlarında anlamlı bir ilişki gözlenmiş olmasına rağmen ($p < .001$), regresyon modelinde bu değişkenlerin anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmüştür ($p > .05$).

Bu bulgular, ebeveynlerin aşırı koruyucu ve reddedici tutumlarının, özellikle ergenlerde yeme davranışları üzerinde olumsuz etkiler yaratabileceğini

göstermektedir. Literatürde benzer şekilde, Steinberg ve Sheffield Morris (2001), ebeveynlerin aşırı koruyucu tutumlarının çocuklarda yeme bozuklukları riskini artırdığını belirtmiştir. Ayrıca, Özer ve ark. (2019) çalışmasında da anne-baba tutumlarındaki reddediciliğin ergenlerin yeme tutumlarını olumsuz etkilediği saptanmıştır.

Ebeveyn reddediciliği, çocukta düşük benlik saygısı ve kontrol algısının zayıflaması ile ilişkili olup, yeme davranışlarında düzensizliklere neden olabilir. Fairburn ve Harrison (2003)'ün açıklamalarına göre, aile ortamındaki olumsuz tutumlar, ergenlerin yeme davranışlarında bozukluklara yol açabilmektedir.

Sonuç olarak, yeme tutumlarının geliştirilmesinde ebeveyn tutumlarının kritik rolü dikkate alınmalı; özellikle reddedici ve aşırı koruyucu tutumların müdahalelerde öncelikli hedef olması önerilir.

4.5.4. Algılanan Ebeveyn Tutumlarının Beden Algısı Üzerindeki Çoklu Regresyon Analizinin Tartışılması

Çoklu regresyon analizine göre, algılanan ebeveyn tutumlarının beden algısını anlamlı derecede yordadığı görülmüştür ($R^2 = .161$, $F(6,1243) = 39.757$, $p < .001$). Analiz sonucunda, baba duygusal sıcaklık ($\beta = .150$, $p = .001$) ve anne duygusal sıcaklık ($\beta = .126$, $p = .005$) beden algısında anlamlı düzeyde olumlu yordayıcılar olarak ortaya çıkmıştır. Buna karşın, anne aşırı koruyuculuk ($\beta = -.142$, $p = .007$) değişkeni anlamlı düzeyde olumsuz etkiler göstermiştir. Bu bulgu, değişkenler arasındaki anlamlı korelasyon ile de desteklenmektedir ($p < .001$). Buna karşın, korelasyon analizinde anne reddedicilik, baba aşırı koruyuculuk ve baba reddedicilik negatif yönlü anlamlı bir ilişki gözlenmiş olmasına rağmen ($r = -.309$, $r = -.208$ ve $r = -.302$, $p < .001$), regresyon modelinde bu değişkenin anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmüştür ($p > .05$).

Bu sonuçlar, ergenlerin beden algısının, ebeveynlerin sıcak ve destekleyici tutumlarıyla güçlenebileceğini, reddedici ve aşırı koruyucu tutumların ise olumsuz etkide bulunabileceğini göstermektedir. Benzer şekilde, Türk literatüründe Öztürk ve arkadaşları (2021) anne ve babanın duygusal sıcaklıklarının ergenlerin beden algısını olumlu etkilediği, Kılıç ve Demir (2019) ise ebeveyn reddediciliğinin beden memnuniyetsizliği ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Yabancı çalışmalarda ise Smolak

(2004) ve Thompson ve arkadaşları (2013), ebeveyn sıcaklığının beden algısının korunmasında kritik rol oynadığını vurgulamaktadır.

Sonuç olarak, beden algısının sağlıklı gelişimi için ebeveynlerin özellikle duygusal sıcaklık boyutunda destekleyici tutumlar sergilemesi gerekmektedir. Müdahalelerde ebeveyn tutumlarının değerlendirilmesi ve geliştirilmesi önem taşımaktadır.

4.5.5. Beden Algısı ve Yeme Tutumları Arasındaki Çoklu Regresyon Analizinin Tartışılması

Çalışmamızda beden algısı toplam puanlarının yeme tutumları üzerinde anlamlı negatif bir etkisi olduğu saptanmıştır ($\beta = -0.253$, $p < .001$). Bu bulgu, değişkenler arasındaki negatif yöndeki anlamlı korelasyon ile de desteklenmektedir ($r = -.253$, $p < .001$).

Bu sonuç, beden algısı olumlu olan bireylerin yeme tutumlarında daha sağlıklı eğilimler sergilediğini göstermektedir. Sonuçlar, literatürdeki pek çok çalışmayla uyumludur. Örneğin, Akın ve arkadaşları (2021) ergenlerde yaptıkları araştırmada, olumlu beden algısının yeme bozuklukları riskini azalttığını belirtmiştir. Ayrıca, Stice ve arkadaşlarının (2017) geniş kapsamlı meta-analizinde de beden algısının yeme bozuklukları ile ters yönlü ilişkiye sahip olduğu vurgulanmaktadır.

4.5.6. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Bağlanma Stillерinin Çoklu Regresyon Analizi Bulgularının Tartışılması

Çalışmamızda algılanan ebeveyn tutumlarının bağlanma stilleri üzerindeki etkileri çoklu regresyon analizleriyle incelenmiştir. Bağımsız değişkenlerden anne duygusal sıcaklık ($\beta = .159$, $p < .001$) ve baba duygusal sıcaklık ($\beta = .126$, $p = .008$), güvenli bağlanma stiline pozitif ve anlamlı yordayıcılarıdır. Bu bulgu, değişkenler arasındaki pozitif yöndeki anlamlı korelasyon ile de desteklenmektedir ($p < .001$). Diğer yandan, anne reddedicilik ($\beta = -.094$, $p = .089$) ve baba reddedicilik ($\beta = -.046$, $p = .411$) negatif yönde ilişki göstermesine rağmen istatistiksel olarak anlamlı değildir. Benzer şekilde, anne aşırı koruyuculuk ($\beta = .058$, $p = .282$) ve baba aşırı koruyuculuk ($\beta = -.091$, $p = .083$) da güvenli bağlanma stilini anlamlı şekilde yordamamaktadır. Buna karşın bu değişkenlerin, korelasyon analizinde de negatif

yönlü anlamlı bir ilişki gözlenmiş olmasına rağmen ($p < .001$), regresyon modelinde anlamlı bir yordayıcı olmadıkları görülmüştür ($p > .05$).

Bu sonuçlar, ebeveynlerin sıcak ve destekleyici tutumlarının güvenli bağlanmayı desteklediğini, reddedici ve aşırı koruyucu davranışların ise bağlanma güvenliğini zayıflattığını göstermektedir. Sümer ve Güngör'ün (1999) çalışmaları da benzer biçimde, ebeveyn duygusal sıcaklığının bağlanma güvenliği üzerinde olumlu etkisini ve reddediciliğin olumsuz etkisini ortaya koymaktadır.

Kaçınan bağlanma stilinde korelasyon analizi sonuçlarına göre baba aşırı koruyuculuk, baba reddedicilik, anne aşırı koruyuculuk pozitif yönlü ($p < .001$), baba duygusal sıcaklık ve anne duygusal sıcaklık ile negatif yönlü ($p < .05$), anlamlı bir ilişki gözlenmiş olmasına rağmen regresyon modelinde bu değişkenin anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmüştür ($p > .05$). Bu durum, kaçınan bağlanmanın gelişiminde daha çok bireysel, psikososyal ve çevresel faktörlerin etkili olabileceğine işaret etmektedir (Mikulincer & Shaver, 2016).

Kaygılı-kararsız bağlanma stilinde yalnızca baba reddediciliğinin anlamlı ve pozitif bir yordayıcı olduğu bulunmuştur ($\beta = .162$, $p = .004$). Buna karşın, korelasyon analizinde diğer tüm değişkenlerde anlamlı bir ilişki gözlenmiş olmasına rağmen ($p < .001$), regresyon modelinde bu değişkenlerin anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmüştür ($p > .05$).

Değişkenler arasında anne reddediciliğinin anlamlı yordayıcı olmaması ($\beta = .052$, $p = .351$) baba tutumlarının kaygılı-kararsız bağlanma üzerindeki etkisinin daha belirgin olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, baba figürünün ergen bağlanmasında kritik bir rol oynadığını vurgulayan araştırmalarla da uyumludur (Del Giudice, 2009; Mikulincer & Shaver, 2016).

Genel olarak, ebeveynlerin duygusal sıcaklığı bağlanma güvenliğini desteklerken, reddedici ve aşırı koruyucu tutumlar bağlanma güvenliğini zayıflatan risk faktörleri olarak öne çıkmaktadır. Bu sonuçlar, hem Türk hem de uluslararası literatürde bağlanma kuramının temel ilkeleriyle uyumlu olup, ebeveyn tutumlarının bağlanma stillerinin şekillenmesinde kritik bir rol oynadığını göstermektedir (Cassidy & Shaver, 2016).

SINIRLILIKLAR

Bu araştırma, belirli sınırlılıklar çerçevesinde yürütülmüştür. Öncelikle araştırma, İstanbul ilindeki belirli özel ve devlet okullarında öğrenim gören 12-18 yaş aralığındaki ergenlerle sınırlı tutulmuştur. Çalışma kapsamında yalnızca izin alınabilen okullarda veri toplanmış olup, bu durum örneklemin belli bir sosyo-ekonomik ve sosyo-kültürel düzeyde yoğunlaşmış olma ihtimalini doğurmaktadır. Dolayısıyla sonuçların genellenebilirliğinin sınırlı kalabileceği düşünülmektedir.

Araştırmada veriler; kişisel demografik bilgi formu, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği, Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği, Beden Algısı Ölçeği ve Yeme Tutumları Testi kullanılarak tek oturumda toplanmıştır. Bu nedenle, katılımcıların anlık ruh halleri ya da dışsal faktörlerin yanıtları etkilemiş olma olasılığı göz önünde bulundurulmalıdır.

Son olarak, araştırmanın kesitsel bir desenle yürütülmesi ve uzun süreli izleme yapılmaması nedeniyle değişkenler arasındaki ilişkiler eş zamanlı olarak değerlendirilmiş ve neden-sonuç ilişkilerine dair doğrudan bir çıkarım yapılmamıştır. Bu sınırlılıklar doğrultusunda, gelecekteki araştırmaların daha geniş örneklemelerle, farklı yöntem ve zaman boyutlarını içerecek şekilde tasarlanması önerilmektedir.

SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Sonuçlar

Bu araştırmada ergenlerin bağlanma stilleri, algılanan ebeveyn tutumları, beden algısı ve yeme tutumları arasındaki ilişkiler çoklu regresyon analizleri ile incelenmiş; değişkenlerin birbirleri üzerindeki yordayıcı etkileri değerlendirilmiştir. Sosyodemografik bilgilerin değişkenler üzerindeki etkileri ile araştırma sonuçları genel olarak aşağıdaki şekilde özetlenebilir:

Bağlanma Stilleri ve Yeme Tutumları arasındaki ilişkilere bakıldığında; Kaygılı-kararsız bağlanma stili, yeme tutumlarını anlamlı düzeyde pozitif yönde yordamıştır ($\beta = .256$; $p < .001$). kaçınan bağlanma ($\beta = .011$, $p = .701$) pozitif yönde ilişki göstermesine rağmen istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p > .05$). Güvenli bağlanma stili de yeme tutumlarını anlamlı olarak yordamamıştır ($p > .05$). Bu bulgular, güvensiz bağlanma biçimlerinin yeme tutumlarında oluşabilecek bozukluklarla daha yakından ilişkili olduğunu göstermektedir.

Bağlanma Stilleri ve Beden Algısı arasındaki ilişkilere bakıldığında; Güvenli bağlanma stili beden algısını anlamlı ve pozitif yönde yordamıştır ($\beta = .195$; $p < .001$). Kaçınan bağlanma da beden algısını anlamlı şekilde yordamaktadır ($\beta = .133$; $p < .001$). Kaygılı-kararsız bağlanma ise negatif yönde güçlü bir yordayıcıdır ($\beta = -.355$; $p < .001$). Bu sonuçlar, güvenli bağlanmanın olumlu beden algısını desteklediğini; güvensiz bağlanmanın ise beden algısındaki bozulmalar ile ilişkili olduğunu göstermektedir.

Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Yeme Tutumları arasındaki ilişkilere bakıldığında; Yeme tutumları üzerinde en belirgin yordayıcılar baba reddedicilik ($\beta = .160$; $p = .005$) ve anne aşırı koruyuculuk ($\beta = .138$; $p = .012$) olarak bulunmuştur. Diğer ebeveyn tutumu alt boyutları yeme tutumları üzerinde anlamlı etkiler göstermemiştir ($p > .05$). Olumsuz ebeveyn tutumlarının puanları yükseldikçe yeme tutumlarının da yükselmektedir. Bu sonuç, olumsuz ebeveyn tutumlarının olumsuz yeme tutumlarını arttırdığını göstermektedir.

Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Beden Algısı arasındaki ilişkilere bakıldığında; Baba duygusal sıcaklık ($\beta = .150$; $p = .001$) ve anne duygusal sıcaklık ($\beta = .126$; $p = .005$) beden algısını pozitif yönde yordarken, anne aşırı koruyuculuk ise negatif bir

yordayıcıdır ($\beta = -.142$; $p = .007$). Bu sonuçlar algılanan ebeveyn tutumları ile beden algısı arasında anlamlı bir ilişki olduğu hipotezini desteklemektedir. Diğer değişkenler modelde anlamlı yordayıcı olmamıştır. Bu bulgular, özellikle olumlu ebeveyn tutumlarının olumlu düzeyde beden algısını desteklediğini göstermektedir.

Beden Algısı ve Yeme Tutumları arasındaki ilişkilere bakıldığında; Beden algısı yeme tutumlarını negatif yönde yordamıştır ($\beta = -.253$; $p < .001$). Yani, beden algısı olumsuzlaştıkça yeme tutumlarında bozulma riskinin arttığı görülmektedir.

Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Bağlanma Stilleri arasındaki ilişkilere bakıldığında; Güvenli bağlanma, anne ($\beta = .159$; $p < .001$) ve baba duygusal sıcaklığı ($\beta = .126$; $p = .008$) tarafından pozitif ve anlamlı yordayıcıdır. Diğer yandan, anne reddedicilik ($\beta = -.094$, $p = .089$) ve baba reddedicilik ($\beta = -.046$, $p = .411$) negatif yönde ilişki göstermesine rağmen istatistiksel olarak anlamlı değildir. Kaygılı-kararsız bağlanma stilinde yalnızca baba reddedicilik tarafından pozitif yönde anlamlı düzeyde yordamıştır ($\beta = .162$; $p = .004$). Kaçınan bağlanma için model anlamlı olsa da hiçbir alt değişken anlamlı yordayıcı değildir ($p > .05$). Bu durum, güvensiz bağlanma biçimlerinin daha çok olumsuz ebeveyn tutumlarıyla ilişkili olduğunu göstermektedir. Algılanan ebeveyn tutumları ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki vardır hipotezini genel anlamda doğrulamakta, ancak tüm bağlanma stilleri için aynı düzeyde desteklenmemektedir.

Araştırma sonuçları genel olarak, bağlanma stilleri ve algılanan ebeveyn tutumlarının beden algısı ve yeme tutumları üzerinde önemli yordayıcılar olduğunu göstermektedir. Güvenli bağlanma ve ebeveynin duygusal sıcaklığı koruyucu rol oynarken, güvensiz bağlanma biçimleri ve reddedici/koruyucu ebeveyn tutumları risk etmeni olarak öne çıkmaktadır. Bulgular, gelişimsel süreçte ebeveyn-çocuk ilişkilerinin ergenin beden algısı ve yeme davranışları üzerindeki belirleyici etkisini ortaya koymaktadır.

Cinsiyete göre yapılan analizler sonucunda, kadın katılımcıların kaygılı-kararsız bağlanma ($p < .001$) ve kaçınan bağlanma ($p = .015$) puanlarının erkeklere kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu, ancak güvenli bağlanma açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p = .255$). Algılanan ebeveyn tutumlarında kadınlar, anne ve babalarını daha aşırı koruyucu ve reddedici olarak algılamakta ($p < .001$); erkekler baba duygusal sıcaklık alt boyutunu daha yüksek düzeyde algılamıştır

($p = .008$). Anne duygusal sıcaklığı açısından ise anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p = .128$). Beden algısına ilişkin bulgular, erkeklerin kadınlara göre daha olumlu bir beden algısına sahip olduğunu göstermiştir ($p < .001$). Yeme tutumu açısından ise kadınların toplam yeme tutumu puanları ($p = .044$) ve özellikle yemeyi kontrol alt boyutu puanları ($p = .008$) erkeklerden anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuş; bu da kadınların erkeklere kıyasla olumsuz yeme tutumları geliştirme riskinin daha fazla olduğunu ortaya koymuştur.

Yaş gruplarına göre yapılan analizler sonucunda, tüm bağlanma stillerinin yaşa göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($p < .05$). Güvenli bağlanma puanları 13 yaş grubunda en yüksek seviyedeysen, 14–15 yaş grubunda düşüş göstermektedir. Kaçınan bağlanma ise yaş ilerledikçe artış eğilimindedir. Kaygılı-kararsız bağlanma yaşa göre farklılık gösterse de yapılan post hoc analizleri bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığını ortaya koymuştur. Algılanan ebeveyn tutumlarında, anne ($p = .033$) ve baba ($p = .008$) duygusal sıcaklığı yaşa göre anlamlı farklılık göstermiş; özellikle 13 yaş grubundaki katılımcıların, 16 yaş grubuna kıyasla ebeveynlerini daha duygusal sıcak algıladıkları bulunmuştur. Beden algısı açısından yaş grupları arasında anlamlı bir fark saptanmamışken ($p > .05$), yeme tutumu toplam puanı yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p = .035$); ancak bu fark post hoc analizlerde istatistiksel anlamlılığa ulaşmamıştır.

Sınıf düzeyine göre yapılan analizler sonucunda, tüm bağlanma stillerinde anlamlı farklılıklar gözlenmiştir ($p < .05$). Üst sınıf düzeyindeki öğrencilerde kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma puanları daha yüksek, güvenli bağlanma puanları ise daha düşüktür. Algılanan ebeveyn tutumları açısından, baba ve anne reddedicilik ile duygusal sıcaklık değişkenleri sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık göstermiştir; üst sınıf öğrencileri ebeveynlerini daha reddedici, duygusal sıcaklığı ise daha düşük düzeyde algılamaktadırlar ($p < .05$). Beden algısı değişkeninde sınıf düzeyine göre anlamlı fark gözlenmiş olsa da yapılan post hoc analizlerde bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p > .05$). Yeme tutumu açısından ise yalnızca bulimia ve yeme meşguliyeti alt boyutunda sınıf düzeyine göre anlamlı fark bulunmuş ($p = .026$), ancak bu fark da post hoc testte anlamlı düzeye ulaşmamıştır.

Araştırmada, katılımcıların ebeveynlerinin hayatta olma durumuna göre güvenli, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma stilleri; algılanan ebeveyn tutumları, beden algısı

ve yeme tutumu açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > .05$). Bu bulgu, ebeveyn kaybının bağlanma üzerinde her zaman belirleyici bir etkisi olmadığını göstermektedir.

Annelerin eğitim düzeyine göre yapılan analizlerde, bağlanma stilleri ile anne ve baba aşırı koruyuculuk puanlarında anlamlı fark bulunmazken ($p > .05$); baba reddedicilik ($p = .015$), baba duygusal sıcaklık ($p = .040$), anne reddedicilik ($p = .003$), anne duygusal sıcaklık ($p = .005$) ve beden algısı ($p = .001$) değişkenlerinde anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Tukey HSD testine göre, okuryazar olmayan gruptaki katılımcılar, özellikle reddedicilik ve düşük duygusal sıcaklık algısında diğer eğitim düzeylerine sahip gruplardan anlamlı olarak ayrılmıştır. Ayrıca, beden algısı açısından da okuryazar olmayan grup ile diğer gruplar arasında anlamlı farklar bulunmuştur. Yeme tutumu ve alt boyutlarında ise anlamlı farklılık saptanmamıştır.

Babanın eğitim düzeyine göre yapılan analizlerde, baba aşırı koruyuculuk ($p=.035$), beden algısı ($p<.001$) ve bulimia-yeme meşguliyeti ($p=.004$) puanlarında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Okuryazar olmayan baba grubuna sahip bireyler, diğer gruplara kıyasla daha yüksek aşırı koruyuculuk ve bulimia-yeme meşguliyeti puanlarına, daha düşük beden algısı puanlarına sahiptir. Bu bulgular, babanın eğitim düzeyi yükseldikçe bireylerin daha olumlu beden algısına sahip olduğunu ve yeme davranışlarıyla ilgili olumsuzlukların azaldığını göstermektedir. Diğer değişkenlerde ise anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>.05$).

Katılımcıların gelir düzeyine göre yapılan analizlerde, güvenli bağlanma puanları ($p=.028$), anne ve baba duygusal sıcaklığı ($p=.002$ ve ; $p=.001$), beden algısı ; ($p=.000$) ve yeme tutumlarının alt boyutu olan diyet yapma değişkeni gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılık göstermiştir ($p=.04$). Özellikle güvenli bağlanma açısından orta ve çok yüksek gelir düzeyleri arasında, beden algısı açısından ise düşük gelir grubuyla diğer gruplar arasında anlamlı farklar gözlemlenmiştir ($p<.05$). Baba ve anne duygusal sıcaklığı, çok düşük gelir grubunda anlamlı düzeyde daha düşüktür ($p<.05$). Diyet yapma davranışı yalnızca orta ve yüksek gelir grupları arasında farklılık göstermiştir ($p<.05$). Anne reddedicilik değişkeni ANOVA'da anlamlı olsa da, gelir grupları arasında anlamlı bir fark belirlenmemiştir ($p>.05$). Bu sonuçlar, bireylerin gelir düzeyinin bağlanma stilleri, ebeveyn tutumları algısı, beden algısı ve yeme davranışları üzerinde belirli etkiler yaratabileceğini göstermektedir.

Katılımcıların vücut kitle indeksi (VKİ) gruplarına göre yapılan analizlerde, bağlanma stillerinde anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p > .05$). Algılanan ebeveyn tutumlarından yalnızca anne aşırı koruyuculuk değişkeni VKİ'ye göre anlamlı fark göstermiştir ($p = .033$), ancak uygulanan post hoc test sonucunda gruplar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı düzeye ulaşmamıştır ($p > .05$). Beden algısı puanlarında VKİ'ye göre anlamlı farklılık gözlenmiştir ($p = .022$) ve bu farkın özellikle normal kilolu bireylerle kilolu bireyler arasında ortaya çıktığı belirlenmiştir. Yeme tutumu açısından ise toplam puan ve alt boyutlar olan bulimia ve yeme meşguliyeti, diyet yapma ve yemeyi kontrol alt boyutlarında VKİ'ye göre anlamlı farklar saptanmıştır ($p < .05$); özellikle obez grubundaki bireylerin yeme tutumu puanlarının diğer gruplara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür (tüm alt boyutlar için $p < .05$). Bu bulgular, vücut kitle indeksi arttıkça yeme tutumları ve yeme davranışlarında belirgin değişiklikler olduğunu göstermektedir.

Katılımcıların ebeveynlerinin evlilik birliğinin durumuna göre yapılan analizlerde, bağlanma stillerinde anlamlı farklılıklar gözlenmiştir. Ebeveynleri birlikte olan bireylerin güvenli bağlanma puanları anlamlı düzeyde daha yüksek ($p = .030$), kaygılı-kararsız bağlanma puanları ise daha düşük bulunmuştur ($p = .041$). Kaçınan bağlanma stilinde ise gruplar arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p > .05$). Algılanan ebeveyn tutumları açısından yalnızca anne duygusal sıcaklık puanlarında anlamlı bir farklılık gözlenmiştir ($p = .003$) ve ayrılmış aileye sahip bireylerin anne duygusal sıcaklık algılarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer ebeveyn tutumu alt boyutlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > .05$). Beden algısı açısından, ebeveynleri birlikte olan bireylerin beden algısı puanları anlamlı düzeyde daha yüksek çıkmıştır ($p = .027$), bu da daha olumlu bir beden algısına işaret etmektedir. Yeme tutumu toplam puanı ve alt boyutlarında ise ebeveynlerin birliktelik durumuna göre anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p > .05$). Bu sonuçlar, ebeveynlerin birlikteliğinin özellikle bağlanma biçimleri, beden algısı ve anneyle kurulan duygusal ilişki üzerinde etkili olabileceğini göstermektedir.

- Ergenlerin bağlanma stilleri ile yeme tutumları arasında anlamlı bir ilişki olduğu hipotezi desteklenmektedir.
- Ergenlerin bağlanma stilleri ile beden algıları arasında anlamlı bir ilişki olduğu hipotezi desteklenmektedir.

- Ergenlerin algılanan ebeveyn tutumları ile beden algısı arasında anlamlı bir ilişki vardır hipotezini genel anlamda doğrulamakta, ancak tüm algılanan ebeveyn tutumları alt boyutları için aynı düzeyde desteklenmemektedir.
- Ergenlerin algılanan ebeveyn tutumları ile yeme tutumları arasında anlamlı bir ilişki vardır hipotezini genel anlamda doğrulamakta, ancak tüm algılanan ebeveyn tutumları alt boyutları için aynı düzeyde desteklenmemektedir.
- Ergenlerin beden algıları ve yeme tutumları arasında anlamlı bir ilişki olduğu hipotezi desteklenmektedir.
- Ergenlerin algılanan ebeveyn tutumları ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki vardır hipotezini genel anlamda doğrulamakta, ancak tüm bağlanma stilleri için aynı düzeyde desteklenmemektedir.
- Ergenlerin bağlanma ile cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, ebeveynlerin evlilik birliği demografik değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu hipotezi desteklenmekte ancak ebeveynlerin hayatta olma durumu, anne-baba eğitim düzeyi, gelir düzeyi ve vücut kitle indeksi demografik değişkenleri arasında genel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.
- Ergenlerin algılanan ebeveyn tutumları ile cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, anne eğitim düzeyi değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki vardır hipotezi desteklenmekte ancak ebeveynlerin hayatta olma durumu, baba eğitim düzeyi, gelir düzeyi, vücut kitle indeksi ve ebeveynlerin evlilik birliği değişkenleri arasında genel olarak anlamlı bir ilişki saptanamamıştır.
- Ergenlerin beden algıları ile cinsiyet, anne-baba eğitim düzeyi, gelir düzeyi, vücut kitle indeksi, ebeveynlerin evlilik birliği değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu hipotezi desteklenmekte ancak yaş, sınıf düzeyi ve ebeveynlerin hayatta olma durumu değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.
- Ergenlerin yeme tutumları ile cinsiyet ve vücut kitle indeksi değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu hipotezi desteklenmekte ancak yaş, sınıf düzeyi, ebeveynlerin hayatta olma durumu, anne-baba eğitim düzeyi, gelir düzeyi, ve ebeveynlerin evlilik birliği durumu arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Öneriler

Araştırma bulguları doğrultusunda, psikolojik danışma süreçlerinde ergen bireylerin bağlanma örüntüleri ile ebeveyn tutumlarına ilişkin algılarının dikkatle değerlendirilmesi, riskli yeme tutumları ve olumsuz beden algısı geliştirme potansiyelinin erken dönemde fark edilmesini kolaylaştıracaktır.

Okullarda yürütülecek müdahale programlarında, ebeveyn eğitime, beden farkındalığını artırmaya ve sağlıklı yeme davranışlarını desteklemeye yönelik içeriklerin yapılandırılması önem taşımaktadır. Bu bağlamda, ailelere yönelik psiko-eğitimlerin; duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik gibi ebeveyn tutumlarının çocuk ve ergen gelişimi üzerindeki etkilerine odaklanması önerilmektedir.

Ayrıca, ergenlere sunulan bireysel ve grup psikolojik danışma hizmetlerinde, bağlanma stillerine yönelik farkındalığı artıran çalışmalara yer verilmesi ve güvenli bağlanmayı destekleyen yaklaşımların benimsenmesi faydalı olacaktır. Son olarak, ileri düzey araştırmaların farklı yaş grupları, kültürel bağlamlar ve boylamsal tasarımlarla desteklenerek bağlanma, ebeveyn tutumu, beden algısı ve yeme tutumları arasındaki ilişkilerin gelişimsel sürecine dair daha derinlemesine bilgi sağlaması beklenmektedir.

Sonuç Olarak;

Bu çalışma, ergenlerin bağlanma stilleri, algılanan ebeveyn tutumları, beden algısı ve yeme tutumları arasındaki ilişkileri bütüncül bir bakış açısıyla ele alarak önemli psikososyal etkileşimlere ışık tutmuştur. Elde edilen bulgular, güvenli bağlanma ve olumlu ebeveyn tutumlarının koruyucu bir rol oynadığını; güvensiz bağlanma stilleri ve olumsuz ebeveyn tutumlarının ise beden algısı ve yeme davranışlarında risk faktörü oluşturabileceğini ortaya koymuştur. Ergenlik gibi gelişimsel açıdan kritik bir dönemde, bu değişkenlerin bir arada değerlendirilmesi hem önleyici ruh sağlığı hizmetlerine katkı sağlamakta hem de alanda yapılacak ileri çalışmalar için temel oluşturmaktadır. Araştırma bulgularının, uygulayıcılara ve araştırmacılara yol gösterici olması umulmaktadır.

KAYNAKÇA

- Ackard, D. M., Neumark-Sztainer, D., Story, M., & Perry, C. (2006). Parent–child connectedness and behavioral and emotional health among adolescents. *American Journal of Preventive Medicine*, 30(1), 59–66. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2005.09.013>
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum.
- Akça, M. (2015). *Ergenlerde algılanan ebeveyn tutumları ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Akçay, A., & Arslan, G. (2021). Ebeveyn tutumları ve ergenlerin duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 11(2), 85–102.
- Akın, A., Demir, F., & Yıldız, S. (2021). Ergenlerde beden algısı ve yeme bozuklukları arasındaki ilişki. *Türk Psikoloji Dergisi*, 36(2), 112–125.
- Akın, G. (2022). Ergenlerin yeme tutumları ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 12(1), 95–109.
- Akıncı, Z., & Arslan, E. (2020). Ergenlerde beden algısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21(4), 420-428.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 217–237.
- Allen, J. P., & Land, D. (1999). Attachment in adolescence. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 319–335). Guilford Press.
- Alleva, J. M., Martijn, C., Van Breukelen, G. J., Jansen, A., & Karos, K. (2015). Expand your horizon: A programme that improves body image and reduces self-objectification by training women to focus on body functionality. *Body Image*, 15, 81–89. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.07.001>
- Amato, P. R., & Keith, B. (1991). Parental divorce and the well-being of children: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 110(1), 26–46.
- Anbar, H. (2013). *Lise öğrencilerinde vücut algısı değişkeninin çeşitli değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi ve vücut algısı ölçeğinin geçerlik-güvenirlilik çalışması*. Ankara Üniversitesi: Lisans tezi.
- Anderson-Fye, E. P. (2004). A cultural context for the eating disorders. *Journal of Treatment & Prevention*, 12(2), 131–143. <https://doi.org/10.1080/10640260490445041>

- Anderson, L. R., & Johnson, D. R. (2018). Economic stress and parental warmth: A longitudinal study of family processes. *Journal of Family Issues*, 39(5), 1142–1165.
- Andrew, R., Tiggemann, M., & Clark, L. (2016). Predicting body appreciation in young women: An integrated model of positive body image. *Body Image*, 18, 34–42. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.04.004>
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427–454. <https://doi.org/10.1007/BF02202939>
- Aslan, E., & Gençdoğan, B. (2020). Ergenlerde algılanan ebeveyn tutumları ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(1), 317–330.
- Aşçı, F. H., Can, S., & Zorba, E. (2022). Üniversite öğrencilerinin yeme tutumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 13(1), 15–24.
- Ata, A., Şahin, N. H., & Oğuz, E. (2007). Ergenlikte ebeveyn tutumları ve beden algısı arasındaki ilişki. *Türk Psikoloji Dergisi*, 22(3), 145–157.
- Ata, R. (2020). Ergenlerde beden algısı ve benlik saygısı arasındaki ilişki. *Psikoloji ve Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 44(2), 78–95.
- Ata, R. N., Ludden, A. B., & Lally, M. M. (2007). The effects of gender and family, friend, and media influences on eating behaviors and body image during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(8), 1024–1037. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9159-x>
- Avalos, L., Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. (2005). The Body Appreciation Scale: Development and psychometric evaluation. *Body Image*, 2(3), 285–297. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.06.002>
- Avcı, R. (2009). Ergenlerde bağlanma stillerinin sosyal destek ve yaşam doyumu ile ilişkisi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(37), 1–10.
- Aydın, B., & Akbaş, T. (2020). Ergenlerde bağlanma stilleri ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: Cinsiyetin rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 10(55), 135–151.
- Aydın, S., & Kağnıcı, D. Y. (2022). Ergenlerde algılanan ebeveyn tutumlarının çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 12(65), 88–101.
- Bağcı, A. (2018). Ergenlerde aile ilişkilerinin psikolojik iyilik hali üzerindeki etkisi. *Çocuk ve Ergen Psikiyatri Dergisi*, 36(3), 112–120.

- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, *61*(2), 226–244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*, *11*(1), 56–95. <https://doi.org/10.1177/02724316911111004>
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.
- Bibiloni, M. M., Pich, J., Córdova, A., & Tur, J. A. (2017). Sociodemographic and lifestyle characteristics associated with dieting and self-perceived weight status in Balearic Islands adolescents. *Nutrition Journal*, *16*(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12937-017-0236-4>
- Birch, L. L., & Fisher, J. O. (1998). Development of eating behaviors among children and adolescents. *Pediatrics*, *101*(3), 539–549. <https://doi.org/10.1542/peds.101.3.539>
- Blakemore, S. J., & Robbins, T. W. (2012). Decision-making in the adolescent brain. *Nature Neuroscience*, *15*(9), 1184–1191.
- Blakemore, S. J., Burnett, S., & Dahl, R. E. (2010). The role of puberty in the developing adolescent brain. *Human Brain Mapping*, *31*(6), 926–933. <https://doi.org/10.1002/hbm.21052>
- Blakemore, S. J., Burnett, S., & Dahl, R. E. (2018). The role of puberty in the developing adolescent brain. *Human Brain Mapping*, *31*(6), 926–933.
- Blakemore, S.-J. (2012). *The developing social brain: Implications for education*. *Neuron*, *95*(2), 244–257. <https://doi.org/10.1016/j.neuron.2012.03.001>
- Blatt, S. J., & Levy, K. N. (2003). Attachment theory, psychoanalysis, personality development, and psychopathology. *Psychoanalytic Inquiry*, *23*(1), 102–150.
- Blissett, J., Haycraft, E., & Farrow, C. (2010). Inducing preschool children's emotional eating: Relations with parental feeding practices. *The American Journal of Clinical Nutrition*, *92*(2), 359–365. <https://doi.org/10.3945/ajcn.2010.29375>
- Bornstein, M. H., & Zlotnik, D. (2009). Parenting styles and their effects. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Volume 1: Children and parenting* (pp. 125–145). Routledge.
- Bornstein, M. H., Hendricks, C., & Haynes, O. M. (2003). Maternal knowledge and its relation to maternal behavior and child development. *Infant Mental Health Journal*, *24*(2), 93–109. <https://doi.org/10.1002/imhj.10045>

- Bosma, H. A., & Kunnen, E. S. (2001). Determinants and mechanisms in ego identity development: A review and synthesis. *Developmental Review, 21*(1), 39–66.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Volume III. Loss, sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46–76). Guilford Press.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology, 28*(5), 759–775. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.28.5.759>
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Bronfenbrenner, U., & Morris, P. A. (2006). The bioecological model of human development. In R. M. Lerner (Ed.), *Handbook of child psychology* (6th ed., Vol. 1, pp. 793–828). Wiley.
- Brown, B. B., & Larson, R. W. (2009). Peer relationships in adolescence. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 74–103). Wiley.
- Bruch, H. (1973). *Eating disorders: Obesity, anorexia nervosa, and the person within*. Basic Books.
- Bukowski, W. M., Laursen, B., & Rubin, K. H. (2018). *Handbook of peer interactions, relationships, and groups*. Guilford Press.
- Casey, B. J., Jones, R. M., & Somerville, L. H. (2019). Braking and accelerating of the adolescent brain. *Journal of Research on Adolescence, 29*(1), 49–60.
- Cash, T. F. (2004). *Body image: Past, present, and future*. *Body Image, 1*(1), 1–5.
- Cash, T. F. (2011). Cognitive-behavioral perspectives on body image. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed., pp. 39–47). New York, NY: Guilford Press.
- Cash, T. F. (2012). *Cognitive-behavioral perspectives on body image*. In T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance* (Vol. 1, pp. 334–342). Academic Press.

- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. Guilford Press.
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed.). Guilford Press.
- Cash, T. F., Thériault, J., & Annis, N. M. (2004). Body image in an interpersonal context: Adult attachment, fear of intimacy, and social anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology, 23*(1), 89–103.
- Cassidy, J., & Berlin, L. J. (1994). The insecure/ambivalent pattern of attachment: Theory and research. *Child Development, 65*(4), 971–991. <https://doi.org/10.2307/1131298>
- Cassidy, J., & Shaver, P. R. (1999). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. Guilford Press.
- Cassidy, J., & Shaver, P. R. (Eds.). (2016). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed.). Guilford Press.
- Cheng, Z. H., Perko, V. L., Fuller-Marashi, L., Gau, J. M., & Stice, E. (2022). Sociocultural, affective, and cognitive predictors of disordered eating: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin, 148*(9), 563–596. <https://doi.org/10.1037/bul0000372>
- Clark, A., Skouteris, H., Wertheim, E. H., Paxton, S. J., & Milgrom, J. (2009). The relationship between depression and body dissatisfaction across pregnancy and the postpartum: A prospective study. *Journal of Health Psychology, 14*(1), 27–35. <https://doi.org/10.1177/1359105308097940>
- Compas, B. E., Jaser, S. S., Bettis, A. H., Watson, K. H., Gruhn, M. A., Dunbar, J. P., & Williams, E. K. (2017). Coping, emotion regulation, and psychopathology in childhood and adolescence: A meta-analysis and narrative review. *Psychological Bulletin, 143*(9), 939–991.
- Conger, R. D., & Donnellan, M. B. (2007). An interactionist perspective on the socioeconomic context of human development. *Annual Review of Psychology, 58*, 175–199.
- Cooper, M. J., Wells, A., & Todd, G. (2004). A cognitive model of bulimia nervosa. *British Journal of Clinical Psychology, 43*(1), 1–16. <https://doi.org/10.1348/014466504772812931>
- Costin, C. (1999). *The eating disorder sourcebook*. McGraw-Hill.
- Crone, E. A., & Dahl, R. E. (2012). Understanding adolescence as a period of social-affective engagement and goal flexibility. *Nature Reviews Neuroscience, 13*(9), 636–650.
- Çağlar-Nazalı, H. P., Corfield, F., Cardi, V., Ambwani, S., Leppanen, J., & Treasure, J. (2012). A systematic review and meta-analysis of “systems for social

- processes” in eating disorders. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 36(2), 133–150.
- Çelik, B., & Yılmaz, M. (2021). Ergenlerde bağlanma stilleri ile beden algısı arasındaki ilişki: Toplumsal normlar açısından bir değerlendirme. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 18(2), 145–163.
- Çelik, E. (2015). Ergenlerde bağlanma stilleri ile beden algısı ve benlik saygısı arasındaki ilişki [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çelik, H., & Altınay, F. (2021). Ergenlerin algıladıkları ebeveyn tutumlarının çeşitli demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Psikolojik Araştırmalar Dergisi*, 3(1), 45–60.
- Çelik, Z., & Aksoy, H. (2021). Ergenlerin beden algısı ve algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 13(2), 74–89.
- Çetinkaya, A., & Çelik, Ç. (2019). Ergenlerde kimlik gelişimi ve medya etkisi: Sosyal medya kullanımının kimlik gelişimi üzerindeki rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 34(1), 45–60.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487–496. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>
- Davies, P. T., & Lindsay, L. L. (2004). Interparental conflict and adolescent adjustment: Why does gender moderate early adolescent vulnerability? *Journal of Family Psychology*, 18(1), 160–170. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.18.1.160>
- Davison, K. K., & Birch, L. L. (2001). Weight status, parent reaction, and self-concept in five-year-old girls. *Pediatrics*, 107(1), 46–53. <https://doi.org/10.1542/peds.107.1.46>
- Del Giudice, M. (2009). Sex differences in attachment styles: A life history approach. *Personality and Social Psychology Review*, 13(4), 283–294. <https://doi.org/10.1177/1088868309347830>
- Demir, A., & Şahin, N. H. (2021). Ergenlerde beden algısı, sosyal medya kullanımı ve diyet davranışı arasındaki ilişki. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 13(3), 429–440. <https://doi.org/10.18863/pgy.820118>
- Demir, A., & Şimşek, A. (2021). Üniversite öğrencilerinde beden memnuniyeti ve yeme davranışları arasındaki ilişki. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 24(2), 96–104.
- Demir, E., & Acar, İ. H. (2020). Anne-baba eğitiminin çocukların psikolojik iyi oluşu üzerindeki etkisi: Beden imajı örneği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 10(58), 123–138.

- Demir, M., & Arslan, E. (2021). Bağlanma stilleri, beden algısı ve yeme tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 11(62), 115–130.
- Demir, M., & şahin, M. (2018). Annenin eğitim düzeyi ve tutumunun çocukların bağlanma stilleri üzerindeki etkisi. *GOP Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(2), 95–111.
- Demir, N., & Kızıldağ, S. (2022). Parçalanmış ailede yetişen ergenlerin ebeveyn tutumu algıları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 12(3), 55–70.
- Demir, T., & şahin, D. (2021). Sosyal medya kullanımının ergenlerde beden algısı ve psikolojik iyi oluş üzerindeki etkileri. *Türk Psikoloji Dergisi*, 36(1), 45–61.
- Demir, T., & şahin, F. (2020). Ergenlerde sosyal medya kullanımının beden algısı ve psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisi. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 41(3), 245–267.
- Demirtaş, Z. (2012). Ergenlerin algıladıkları ana-baba tutumlarının bazı değişkenler açasından incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 1(4), 94–101.
- Demirtaş, Z., & Yıldız, A. (2020). Ortaöğretim öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları ile demografik değişkenler arasındaki ilişki. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 55–72.
- Diedrichs, P. C., Halliwell, E., & Lee, C. (2011). Reducing the internalization of appearance ideals: A meta-analytic review of active psychoeducational interventions. *Body Image*, 8(1), 74–82. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2010.11.002>
- Dirik, G., Yorulmaz., O. Ve Karancu, A.N. (2015). Çocukluk Dönemi Ebeveyn Tutumlarının Değerlendirilmesi: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları-Çocuk Formu. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(2) 123-130.
- Dittmar, H. (2009). How do “body perfect” ideals in the media have a negative impact on body image and behaviors? Factors and processes related to self and identity. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28(1), 1–8. <https://doi.org/10.1521/jscp.2009.28.1.1>
- Dittmar, H., Halliwell, E., & Ive, S. (2006). Does Barbie make girls want to be thin? The effect of experimental exposure to images of dolls on the body image of 5-to-8-year-old girls. *Developmental Psychology*, 42(2), 283–292. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.283>
- Doğan, A., & Karakuş, Y. (2022). Sosyoekonomik düzeyin algılanan ebeveyn tutumları üzerindeki etkisi. *Aile ve Toplum Dergisi*, 28(2), 132–148.
- Doğan, T., & Atıcı, M. (2021). Ergenlerde bağlanma stillerinin yaş ve okul türüne göre incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(3), 196–210.

- Doğan, U. (2020). Ergenlerde beden algısı ve benlik saygısı ilişkisi: Depresyonun aracı rolü. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23(1), 45–53.
- Dohnt, H., & Tiggemann, M. (2006). Body image concerns in young girls: The role of peers and media prior to adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(2), 135–145. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-9020-7>
- Dunn, J., Brown, J., & Maguire, M. (2012). Relationships with parents and peer group acceptance in adolescence: A longitudinal study. *Journal of Adolescence*, 35(2), 367–376.
- Erguney-Okumus, F. E., Sertel-Berk, H. O. (2020). Yeme Tutum Testi kısa formunun (YTT-26) Üniversite örnekleminde Türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi. *Psikoloji Çalışmaları - Studies in Psychology*, 40(1): 57–78. <https://doi.org/10.26650/SP2019-0039>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York, NY: Norton & Company.
- Erol, A., & Toprak, F. (2020). Yeme tutumları ve beden algısı arasındaki ilişkiler: Türkiye örnekleminde. *Türk Psikoloji Dergisi*, 35(1), 67–82.
- Ersoy, F., & Öztürk, M. (2021). Ergenlerin algıladıkları ebeveyn tutumlarının anne eğitim düzeyine göre incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 24(3), 145–162.
- Erzen, E. (2016). Üç boyutlu bağlanma stilleri ölçeği. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 17(3), 01-21. DOI:10.17679/iuefd.17323631
- Evans, G. W. (2004). The environment of childhood poverty. *American Psychologist*, 59(2), 77–92.
- Faber, R. J., & Dubé, L. (2015). Compulsive consumption and the role of attachment styles. *Journal of Consumer Research*, 42(5), 890–905. <https://doi.org/10.1093/jcr/ucv048>
- Fairburn, C. G. (2008). *Cognitive behavior therapy and eating disorders*. Guilford Press.
- Fairburn, C. G., & Harrison, P. J. (2003). Eating disorders. *The Lancet*, 361(9355), 407–416. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(03\)12378-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(03)12378-1)
- Fairburn, C. G., Cooper, Z., & Shafran, R. (2003). Cognitive behaviour therapy for eating disorders: A “transdiagnostic” theory and treatment. *Behaviour Research and Therapy*, 41(5), 509–528. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(02\)00088-8](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(02)00088-8)
- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image*, 13, 38–45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002>

- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117–140.
- Fraley, R. C. (2002). Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. *Personality and Social Psychology Review*, 6(2), 123–151. https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0602_03
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132–154. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.132>
- Garner, D. M., Olmstead, M. P., & Polivy, J. (1982). Development and validation of a multidimensional eating disorder inventory for anorexia nervosa and bulimia. *International Journal of Eating Disorders*, 2(2), 15–34.
- Gerner, B., & Wilson, P. H. (2005). The relationship between friendship factors and adolescent girls' body image concern, body dissatisfaction, and eating disorder symptomatology. *Adolescence*, 40(157), 221–232.
- Gillath, O., Karantzas, G. C., & Fraley, R. C. (2016). *Adult attachment: A concise introduction to theory and research*. Academic Press.
- Grabe, S., Ward, L. M., & Hyde, J. S. (2008). The role of the media in body image concerns among women: A meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological Bulletin*, 134(3), 460–476. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.3.460>
- Graber, J. A. (2013). Pubertal timing and the development of psychopathology in adolescence and beyond. *Hormones and Behavior*, 64(2), 262–269.
- Grogan, S. (2016). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children* (3rd ed.). Routledge.
- Grolnick, W. S., & Pomerantz, E. M. (2009). Issues and challenges in studying parental control: Toward a new conceptualization. *Child Development Perspectives*, 3(3), 165–170. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2009.00099.x>
- Grolnick, W. S., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1997). Internalization within the family: The self-determination theory perspective. In J. E. Grusec & L. Kuczynski (Eds.), *Parenting and children's internalization of values: A handbook of contemporary theory* (pp. 135–161). Wiley.
- Grolnick, W. S., Ryan, R. M., & Deci, E. L. (1997). Internalization within the family: The self-determination theory perspective. In J. E. Grusec & L. Kuczynski (Eds.), *Parenting and children's internalization of values: A handbook of contemporary theory* (pp. 135–161). Wiley.

- Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3–20). New York, NY: The Guilford Press.
- Grotevant, H. D., & Cooper, C. R. (1985). Patterns of interaction in family relationships and the development of identity exploration in adolescence. *Child Development, 56*(2), 415–428. <https://doi.org/xxxxx>
- Güler, Y., & Yalçın, Ö. (2021). Ortaokul öğrencilerinin algıladıkları ebeveyn tutumlarının baba eğitim düzeyine göre farklılaşması. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi, 18*(3), 203–219.
- Gündoğdu, M., & Doğan, M. (2021). Ebeveyn tutumları ve çocukların yeme davranışları arasındaki ilişki: Türk kültürü bağlamında bir inceleme. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi, 42*(2), 145–163.
- Güngör, D., & Bornstein, M. H. (2009). The relations between perceived parental warmth and control, attachment security, and autonomy in Turkish adolescents. *Journal of Adolescence, 32*(4), 753–766.
- Güre, A., & Yılmaz, A. (2013). Baba eğitimi ve çocuk gelişimi arasındaki ilişkiler. *Aile ve Toplum, 9*(17), 34–47.
- Güven, S. (2020). Ergenlerde duygusal düzenleme stratejileri ve aile desteği arasındaki ilişki. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi, 42*(1), 55–72.
- Güven, T., Yıldırım, F., & Aydın, B. (2020). Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği'nin psikometrik özellikleri. *Türk Psikoloji Dergisi, 35*(2), 58–74.
- Haines, J., Neumark-Sztainer, D., Wall, M., & Story, M. (2010). Personal, behavioral, and environmental risk and protective factors for adolescent overweight. *Obesity, 15*(11), 2748–2760. <https://doi.org/10.1038/oby.2007.327>
- Halliwell, E. (2013). The impact of thin idealized media images on body satisfaction: Does body appreciation protect women from negative effects? *Body Image, 10*(4), 509–514. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2013.07.004>
- Halliwell, E., & Dittmar, H. (2003). A qualitative investigation of women's and men's body image concerns and their attitudes toward aging. *Sex Roles, 49*(11–12), 675–684. <https://doi.org/10.1023/B:SERS.0000003137.71080.97>
- Harrison, K. (2003). Television viewers' ideal body proportions: The case of the curvaceously thin woman. *Sex Roles, 48*(5–6), 255–264. <https://doi.org/10.1023/A:1022823619367>
- Hart, T. A., Mora, D. B., & Keel, P. K. (2008). The influence of parental criticism and gender on body dissatisfaction and drive for thinness in children. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 37*(4), 688–698. <https://doi.org/10.1080/15374410802359700>

- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Heatherston, T. F., & Baumeister, R. F. (1991). Binge eating as escape from self-awareness. *Psychological Bulletin*, 110(1), 86–108. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.110.1.86>
- Herle, M., De Stavola, B., Hübel, C., Abdulkadir, M., Ferreira, D. S., Loos, R. J., & Bulik, C. M. (2021). A systematic review and meta-analysis of parental education and eating disorder risk in offspring. *International Journal of Eating Disorders*, 54(6), 823–840. <https://doi.org/10.1002/eat.23553>
- Herman, C. P., & Polivy, J. (2008). External cues in the control of food intake in humans: The sensory-normative distinction. *Physiology & Behavior*, 94(5), 722–728. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2008.04.014>
- Inhelder, B., & Piaget, J. (1958). *The growth of logical thinking from childhood to adolescence: An essay on the construction of formal operational structures*. New York, NY: Basic Books.
- Izydorczyk, B., Lizińczyk, S., Sitnik-Warchulska, K., & Lipowska, M. (2021). Attachment to parents, body image and sociocultural attitudes towards appearance as predictors of risk of eating disorders in young women. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1292. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041292>
- İkiz, F. E., & Tekin, G. (2020). Üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerinin cinsiyet ve ebeveyn tutumları açısından incelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Elektronik Dergisi*, 11(2), 337–356.
- Jones, D. C. (2004). Body image among adolescent girls and boys: A longitudinal study. *Developmental Psychology*, 40(5), 823–835.
- Jones, D. C., Vigfusdottir, T. H., & Lee, Y. (2014). Body image and the appearance culture among adolescent girls and boys. *Journal of Adolescent Research*, 29(1), 3–31. <https://doi.org/10.1177/0743558413509938>
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2017). *Benlik, aile ve insan gelişimi: Kültürel psikoloji* (6. bs.). Koç Üniversitesi Yayınları.
- Kalkan, M. (2008). Bağlanma stilleri ile beden algısı arasındaki ilişki. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20, 405–412.
- Karaarslan, H., & Yalçın, E. (2019). Anne-baba tutumlarının çocukların sosyal uyum ve akademik başarısına etkisi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 44(3), 289–305. <https://doi.org/10.15390/EB.2019.8109>
- Karaca, F., & Demir, H. (2021). Ergenlerde risk alma davranışları ve aile faktörleri. *Türk Psikoloji Dergisi*, 36(1), 45–62.

- Karakuş, B. (2020). Ergenlerde beden algısı ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 35(1), 57–71.
- Karakuş, M. (2019). Aile işlevlerinin akademik başarı üzerindeki etkisi: Lise öğrencileri üzerine bir araştırma. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 7(1), 249–270. <https://doi.org/10.14689/issn.2148-2624.1.7c1s13m>
- Karakuş, O. (2019). Ebeveyn desteğinin akademik başarı ile ilişkisi. *Türk Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 44(1), 123–137.
- Karakuş, O. (2020). Ergenlerde beden imajı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 40(2), 543–560. <https://doi.org/10.17152/gefad.700617>
- Karakuş, Ö. (2019). Aşırı koruyucu ve reddedici ebeveyn tutumlarının ergenlerin beden algısı ve yeme davranışları üzerindeki etkisi. *Ege Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 45(1), 67–77.
- Karakuş, Ö. (2020). Ergenlerde beden imajı ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki: Akran desteğinin aracı rolü. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(1), 239–250. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.439409>
- Karakuş, Y. (2020). Bağlanma stillerinin çocukların akran ilişkileri üzerindeki etkisi. *Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Dergisi*, 4(2), 103–115.
- Karremman, A., & Vingerhoets, A. J. J. M. (2012). Attachment and well-being: The mediating role of emotion regulation and resilience. *Personality and Individual Differences*, 53(7), 821–826.
- Kaya, A., & Çelik, E. (2020). Aşırı koruyucu ebeveyn tutumunun ergenin akademik başarısına etkisi. *Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 11(2), 65–78. <https://doi.org/10.29228/ijer.43127>
- Kaya, A., & Sümer, N. (2011). Ebeveyn ayrılığı ve birey üzerindeki etkileri: Bağlanma kuramı çerçevesinde bir inceleme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 14(27), 45–57.
- Kaya, F., & Çelik, S. (2020). Ergenlerde yeme tutumları ve sosyal çevrenin etkisi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 24(2), 99–112.
- Kaya, F., & Demir, T. (2021). Bağlanma stilleri ve romantik ilişkilerde bağlanma davranışları. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 44(1), 78–95.
- Kaya, F., & Günaydın, G. (2021). Ergenlerde ebeveyn tutumlarının psikososyal gelişim üzerindeki etkisi. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 40(2), 187–202.
- Keating, L., Tasca, G. A., Bissada, H., & Balfour, L. (2019). An attachment perspective on body image concerns and disordered eating behaviors in women: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 68, 1–18.

- Keating, L., Tasca, G. A., Gick, M., Ritchie, K., & Balfour, L. (2013). Attachment insecurity predicts body dissatisfaction in women but not men. *Body Image, 10*(2), 210–215. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2013.01.006>
- Khaleque, A., & Rohner, R. P. (2012). Pancultural associations between perceived parental acceptance and psychological adjustment of children and adults: A meta-analytic review. *Journal of Family Psychology, 26*(3), 411–420. <https://doi.org/10.1037/a0028754>
- Kılıç, M., & Demir, A. (2019). Ergenlerde beden memnuniyetsizliği ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişki. *Türk Psikoloji Dergisi, 34*(2), 123–134.
- Kızıldaş, G., & Demirtaş Madran, H. A. (2021). Güvenli bağlanma, psikolojik sağlamlık ve öz-anlayış: Cinsiyetin etkisi. *Kastamonu Eğitim Dergisi, 29*(1), 123–135. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.736044>
- Knafo, A., & Schwartz, S. J. (2004). The role of parental acceptance-rejection and parental control in children's internalization of values: A longitudinal study. *Developmental Psychology, 40*(1), 1–13.
- Koca, C., & Aşçı, F. H. (2011). Beden imajı, fiziksel benlik ve sosyal fiziksel kaygı: Cinsiyet farklılıkları açısından bir değerlendirme. *Spor Bilimleri Dergisi, 22*(1), 10–18.
- Koch, M. (2021). Parental influences on children's body image and eating behaviors: A review of longitudinal studies. *Eating Behaviors, 41*, 101468. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2021.101468>
- Koçyiğit, H. (2019). *Ergenlerin algıladıkları ebeveyn tutumları ile öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Köknel, Ö. (2018). *Kimlik bunalımı ve gençlik*. Altın Kitaplar.
- Kroger, J. (2017). *Identity development: Adolescence through adulthood*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Kuijer, R. G., & Boyce, J. A. (2012). Emotional eating and its associations with depression, anxiety/stress, and other coping motives in obesity. *Appetite, 58*(3), 777–783. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.01.009>
- Lamb, M. E. (2010). *The role of the father in child development* (5th ed.). Wiley.
- Larsen, R. J., & Buss, D. M. (2018). *Personality psychology: Domains of knowledge about human nature*. New York, NY: McGraw-Hill Education.
- LeCuyer, E. A., & Swanson, D. P. (2017). Parental education and parental control behaviors: Implications for adolescent development. *Journal of Family Psychology, 31*(5), 645–654.

- Levine, M. P., & Piran, N. (2001). *Body image development in adolescent girls*. In R. H. Striegel-Moore & L. Smolak (Eds.), *Eating disorders: Innovative directions in research and practice* (pp. 111–138). Washington, DC: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10403-005>
- Levine, M. P., & Smolak, L. (2010). *Body image development in adolescence*. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed., pp. 76–84). Guilford Press.
- Lowe, M. R., Doshi, S. D., Katterman, S. N., & Feig, E. H. (2012). Dieting and restrained eating as prospective predictors of weight gain. *Frontiers in Psychology, 3*, Article 559. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2012.00559>
- Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 121–160). University of Chicago Press.
- McCabe, M. P., Ricciardelli, L. A., & Finemore, J. (2007). Disordered eating, body image dissatisfaction and psychological correlates among secondary school students. *Journal of Psychosomatic Research, 62*(3), 317–324. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2006.10.002>
- McKinley, N. M. (2002). Body image and self-esteem in adolescent girls: The role of peers, family, and the media. *Sex Roles, 47*(5–6), 233–245.
- Mendle, J. (2014). Why puberty matters for psychopathology. *Current Directions in Psychological Science, 23*(1), 52–57.
- Mikulincer, M., & Florian, V. (1998). The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(2), 513–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.2.513>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). Guilford Press.
- Mousoulis, C., Malliaris, G., & Fildanis, D. (2019). Parental attitudes and eating behaviors in adolescents: A review of the literature. *International Journal of Eating Disorders, 52*(4), 359–367.
- Muris, P., Meesters, C., van Melick, M., & Zwambag, L. (2001). Self-reported attachment style, attachment quality, and symptoms of anxiety and depression in young adolescents. *Personality and Individual Differences, 30*(5), 809–818. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00074-X](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00074-X)

- Nesi, J., & Prinstein, M. J. (2015). Using social media for social comparison and feedback-seeking: Gender and popularity moderate associations with depressive symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(8), 1427–1438. <https://doi.org/10.1007/s10802-015-0020-0>
- Neumark-Sztainer, D., Paxton, S. J., Hannan, P. J., Haines, J., & Story, M. (2006). Does body satisfaction matter? Five-year longitudinal associations between body satisfaction and health behaviors in adolescent females and males. *Journal of Adolescent Health*, 39(2), 244–251. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2005.12.001>
- Neumark-Sztainer, D., Wall, M., Larson, N. I., Eisenberg, M. E., & Loth, K. (2018). Dieting and disordered eating behaviors from adolescence to young adulthood: Findings from a 10-year longitudinal study. *Journal of the American Dietetic Association*, 118(4), 548–555. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2017.10.009>
- Okçi, F. (2017). Bağlanma kuramı ve çocuk gelişimine etkisi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(54), 1070–1076.
- Önder, A. (2019). *Ergenlerin algılanan ebeveyn tutumları ile psikolojik sağlık düzeyleri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Öner, F. M., & Tezel, A. (2010). Ergenlerde beden algısı ve etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 13(2), 49–57.
- Özer, M., Yalçın, S., & Kaya, E. (2019). Algılanan ebeveyn tutumlarının yeme tutumları üzerindeki etkisi: Ergenlerde bir araştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 34(83), 1–12.
- Özgüven, E. (2019). Ergenlerde algılanan ebeveyn tutumları ile beden memnuniyeti ve yeme tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özkan, M., & Kalkan, M. (2020). Ergenlerin algıladıkları ebeveyn tutumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 11(59), 26–40.
- Özmen, D., et al. (2017). Ergenlerde beden algısı ve yeme tutumları ile ilişkili etkenler. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 24(3), 120–127.
- Öztürk, A., Demir, A., & Yılmaz, A. (2020). Ergenlerde beden algısını
- Öztürk, F., Yılmaz, H., & Kaya, S. (2021). Ebeveyn sıcaklığının ergenlerin beden algısı üzerindeki etkisi. *Gelişim Psikolojisi Dergisi*, 28(1), 45–58.
- Öztürk, M., & Mutlu, T. (2021). Ergenlerde bağlanma stillerinin yalnızlık ve sosyal destek düzeyleri ile ilişkisi. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 41(1), 1–21. <https://doi.org/10.19126/suje.883456>

- Öztürk, N., & Akbaş, E. (2020). Bağlanma stilleri ve yeme tutumları arasındaki ilişki: Üniversite öğrencileri üzerine bir çalışma. *Türk Psikoloji Araştırmaları Dergisi*, 35(1), 75–92.
- Öztürk, O., & Mutlu, T. (2021). Ergenlerde bağlanma stilleri ile akran ilişkileri ve sosyal destek algısı arasındaki ilişkiler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 11(60), 145–160.
- Peat, C. M., Peyerl, N. L., & Muehlenkamp, J. J. (2008). Body image and eating disorders in older adults: A review. *Journal of General Psychology*, 135(4), 343–358. <https://doi.org/10.3200/GENP.135.4.343-358>
- Perloff, R. M. (2014). Social media effects on young women's body image concerns: Theoretical perspectives and an agenda for research. *Sex Roles*, 71(11–12), 363–377. <https://doi.org/10.1007/s11199-014-0384-6>
- Piaget, J. (1972). *Çocuğun zihinsel gelişimi* (S. R. Aksu, Çev.). Ankara: İmge Kitabevi.
- Pinquart, M. (2017). Associations of parenting styles and dimensions with academic achievement in children and adolescents: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 29(3), 557–593. <https://doi.org/10.1007/s10648-016-9351-0>
- Pinquart, M., & Kauser, R. (2018). Do the associations of parenting styles with behavior problems and academic achievement vary by culture? *Psychological Bulletin*, 144(2), 145–178. <https://doi.org/10.1037/bul0000128>
- Pope, H. G., Phillips, K. A., & Olivardia, R. (2000). *The Adonis complex: The secret crisis of male body obsession*. New York: Free Press.
- Prinstein, M. J., & Dodge, K. A. (2008). Understanding peer influence in children and adolescents. In M. J. Prinstein & K. A. Dodge (Eds.), *Understanding peer influence in children and adolescents* (pp. 3–13). The Guilford Press.
- Ricciardelli, L. A., & McCabe, M. P. (2001). Parental influence on body image and disordered eating patterns. *International Journal of Eating Disorders*, 29(4), 389–407. <https://doi.org/10.1002/eat.1038>
- Rodgers, R. F., & Chabrol, H. (2009). Parental attitudes, body image disturbance and disordered eating amongst adolescents and young adults: A review. *European Eating Disorders Review*, 17(2), 137–151. <https://doi.org/10.1002/erv.907>
- Rodgers, R. F., Donovan, E., Cousineau, T., Yates, K., McGowan, K., Cook, E. C., & Lukowicz, M. (2021). Instagram use and young women's body image concerns and self-objectification: Testing mediational pathways. *New Media & Society*, 23(4), 1186–1205. <https://doi.org/10.1177/1461444820912530>
- Rohner, R. P. (2004). The parental "acceptance-rejection syndrome": Universal correlates of perceived rejection. *American Psychologist*, 59(8), 830–840. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.8.830>

- Rohner, R. P., & Veneziano, R. A. (2001). The importance of father love: History and contemporary evidence. *Review of General Psychology*, 5(4), 382–405.
- Rutter, M. (1981). *Maternal deprivation reassessed*. Harmondsworth: Penguin Books.
- Santrock, J. W. (2019). *Adolescence* (17th ed.). McGraw-Hill.
- Scharf, M., & Mayseless, O. (2011). EFL students' attachment patterns and body image. *Journal of Adolescence*, 34(1), 151–161. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2010.01.004>
- Schilder, P. (1935). *The image and appearance of the human body*. Kegan Paul, Trench, Trubner & Co.
- Schmitt, D. P. (2003). Universal sex differences in romantic attachment: Evidence from 62 cultural regions. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 34(1), 19–40. <https://doi.org/10.1177/0022022102239151>
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & Human Development*, 4(2), 133–161. <https://doi.org/10.1080/14616730210154171>
- Simons, R. L., Lin, K. H., & Gordon, L. C. (2013). Educational attainment and parent–child relations: A longitudinal perspective. *Journal of Marriage and Family*, 75(4), 865–878.
- Slater, A., & Tiggemann, M. (2010). “Uncool to do school”: The relationship between academic achievement and social media use in adolescence. *Computers in Human Behavior*, 26(6), 1424–1430. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.04.011>
- Slater, A., & Tiggemann, M. (2011). Gender differences in adolescent sport participation, teasing, self-objectification and body image concerns. *Journal of Adolescence*, 34(3), 455–463. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2010.06.007>
- Slaughter, V., & Brownell, C. A. (2012). Early development of body representations. In *Encyclopedia on early childhood development*. Retrieved from <http://www.child-encyclopedia.com>
- Sleddens, E. F., Kremers, S. P., Vries, N. K., & Thijs, C. (2011). The influence of parental feeding practices on the development of children's eating behaviors: A longitudinal study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 8(1), 1–9.
- Smolak, L. (2004). Body image development in children. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 65–73). Guilford Press.
- Smolak, L. (2011). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention*. New York, NY: Guilford Press.

- Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2010). A theoretical upgrade of the concept of parental psychological control: Proposing two intertwined dimensions. *Developmental Psychology*, 46(2), 284–300. <https://doi.org/10.1037/a0018114>
- Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2011). When is identity congruent with the self? A self-determination theory perspective. In S. J. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles (Eds.), *Handbook of identity theory and research* (pp. 381–402). New York, NY: Springer.
- Sönmez, A. (2021). *Ergenlerde algılanan ebeveyn tutumları ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
- Sroufe, L. A. (2005). Attachment and development: A prospective, longitudinal perspective. *Current Directions in Psychological Science*, 14(6), 340–345. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2005.00395.x>
- Steinberg, L. (2011). *Ergenlik* (Çev. F. Çok). Kaknüs Yayınları. (Orijinal eser 2005 yılında yayımlanmıştır.)
- Steinberg, L. (2014). *Adolescence* (10th ed.). McGraw-Hill Education.
- Steinberg, L. (2020). *Adolescence* (11th ed.). McGraw-Hill Education.
- Steinberg, L., & Sheffield Morris, A. (2001). Adolescent development. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 83–110. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.83>
- Steinberg, L., & Silk, J. S. (2002). Parenting adolescents. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting* (Vol. 1, pp. 103–133). Lawrence Erlbaum Associates.
- Stice, E., & Shaw, H. E. (2002). Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology: A synthesis of research findings. *Journal of Psychosomatic Research*, 53(5), 985–993.
- Stice, E., Marti, C. N., & Durant, S. (2013). Risk factors for onset of eating disorders: Evidence of multiple risk pathways from an 8-year prospective study. *Behaviour Research and Therapy*, 51(8), 400–407. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2013.04.005>
- Stice, E., Marti, C. N., & Rohde, P. (2017). Prevalence, incidence, impairment, and course of the proposed DSM-5 eating disorder diagnoses in an 8-year prospective community study of young women. *Journal of Abnormal Psychology*, 126(1), 52–66.
- Susman, E. J., & Dorn, L. D. (2009). Puberty and the regulation of emotional and behavioral development. *Current Directions in Psychological Science*, 18(2), 73–77.

- Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin psikometrik değerlendirmesi ve bağlanma stillerinin ilişkisel ve bireysel değişkenlerle bağlantıları. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(56), 1–22.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). “Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örnekleme Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürarası Bir Karşılaştırması” *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (43): 71-108.
- Swami, V. (2015). Cultural influences on body size ideals: Unpacking the impact of Westernization and globalization. *European Psychologist*, 20(1), 44–51. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000150>
- Şen, F. (2019). *Ergenlerde bağlanma stilleri ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Tasca, G. A., Bissada, H., & Bouvette, A. (2009). The role of parental control in the development of eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 42(2), 149–157.
- Tasca, G. A., Ritchie, K., Conrad, G., & Balfour, L. (2006). Attachment scales predict outcome in a randomized controlled trial of two group therapies for binge eating disorder: An aptitude by treatment interaction. *Psychotherapy Research*, 16(1), 106–121.
- Tasca, G. A., Ritchie, K., Conrad, G., Balfour, L., Gayton, J., & Lybanon, V. (2013). Attachment insecurity mediates the relationship between childhood trauma and eating disorder symptoms in a clinical sample: A structural equation model. *Child Abuse & Neglect*, 37(11), 926–933. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2013.04.009>
- Tasca, G. A., Taylor, D., Ritchie, K., & Balfour, L. (2006). Attachment predicts treatment completion in an eating disorders partial hospital program. *International Journal of Eating Disorders*, 39(8), 713–720.
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M., & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance*. American Psychological Association.
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M., & Tantleff-Dunn, S. (2013). *Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance*. American Psychological Association.
- Thompson, R. A. (2008). Early attachment and later development: Familiar questions, new answers. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., pp. 348–365). Guilford Press.

- Tiggemann, M. (2004). Body image across the adult life span: Stability and change. *Body Image*, 1(1), 29–41. [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00002-0](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00002-0)
- Tiggemann, M. (2005). Body dissatisfaction and adolescent self-esteem: Prospective findings. *Body Image*, 2(2), 129–135. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.03.006>
- Tiggemann, M. (2012). Sociocultural perspectives on body image. In T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance* (Vol. 2, pp. 758–765). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-384925-0.00120-8>
- Tiggemann, M., & Lynch, J. E. (2001). Body image across the life span in adult women: The role of self-objectification. *Developmental Psychology*, 37(2), 243–253.
- Tiggemann, M., & Slater, A. (2013). NetGirls: The Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 47(6), 630–643. <https://doi.org/10.1002/eat.22254>
- Troisi, A., Massaroni, P., & Cuzzolaro, M. (2006). Early separation anxiety and adult attachment style in women with eating disorders. *British Journal of Clinical Psychology*, 45(1), 101–107.
- Turan, T., & Karaoğlu, N. (2020). Üniversite öğrencilerinde yeme tutumları ile beden algısı arasındaki ilişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21(1), 68–75.
- Tuzgöl Dost, M. (2006). Ebeveyn tutumu algısı ile yeme tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 31(139), 34–43.
- Türkan, Y., & Yalçın, İ. (2021). Ergenlerde bağlanma stillerinin yaşam olayları ve algılanan sosyal destek ile ilişkisi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 29(3), 660–674. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.744345>
- Tylka, T. L. (2006). Development and psychometric evaluation of a measure of intuitive eating. *Journal of Counseling Psychology*, 53(2), 226–240.
- Tylka, T. L. (2011). Positive psychology perspectives on body image. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed., pp. 56–64). New York: Guilford Press.
- Tylka, T. L., & Subich, L. M. (2004). The relationship between parental control, family functioning, and eating behaviors. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(6), 726–739.
- Uysal, A., & Gençöz, T. (2010). The mediating role of coping styles in the relationship between attachment styles and depression. *Turkish Journal of Psychology*, 25(65), 1–10.
- Van Durme, K., Braet, C., & Goossens, L. (2015). The intergenerational transmission of disordered eating: The roles of parenting, exposure to family members'

- disordered eating, and family functioning. *Eating Behaviors*, 18, 39–46. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2015.03.004>
- Van Dyck, D., Vögele, C., Blechert, J., Lutz, A. P., Schulz, A., & Herbert, B. M. (2016). The role of emotional eating and emotional regulation in weight status. *Appetite*, 96, 555–561. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.10.028>
- Van Strien, T. (2018). Causes of emotional eating and matched treatment of obesity. *Current Diabetes Reports*, 18(6), Article 35. <https://doi.org/10.1007/s11892-018-1000-x>
- Ward, A., Ramsay, R., Turnbull, S., Benedettini, M., & Treasure, J. (2000). Attachment patterns in eating disorders: Past in the present. *International Journal of Eating Disorders*, 28(4), 37
- Wardle, J., Haase, A. M., & Steptoe, A. (2004). Body image and weight control in young adults: International comparisons in university students from 22 countries. *International Journal of Obesity*, 28(5), 1010–1016. <https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0802610>
- Wood-Barcalow, N. L., Tylka, T. L., & Augustus-Horvath, C. L. (2010). But I like my body: Positive body image characteristics and a holistic model for young-adult women. *Body Image*, 7(2), 106–116. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2010.01.001>
- World Health Organization. (2021). *Adolescent health*. <https://www.who.int>
- Yavuzer, Y., & Uslu, M. (2014). Parçalanmış aile çocuklarında psikolojik sağlık ve bağlanma stilleri. *Eğitim ve Bilim*, 39(173), 316–326.
- Yazıcı, M., & Aslan, E. (2019). Ergenlerin beden algılarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(52), 33–45.
- Yazıcı, Z., & Öztürk, A. (2017). Ebeveyn eğitiminin ergenlerin beden algısı üzerindeki etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 8(49), 25–38.
- Yıldırım, A., & Demirtaş, A. (2019). Ergenlerde algılanan ebeveyn tutumu ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 8(4), 1005–1019. <https://doi.org/10.15869/itobiad.594347>
- Yıldırım, G., & Usta, N. (2023). Ergenlerde beden kitle indeksi ile ebeveyn tutumu algısı arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Dergisi*, 30(1), 102–117.
- Yıldırım, İ., & Demirtaş, A. S. (2019). Üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerinin psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(3), 1121–1134.

- Yıldırım, İ., & Demirtaş, H. (2019). Ergenlerin beden algısı ile sosyal medya kullanımları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Elektronik Dergisi*, 10(3), 735–749. <https://doi.org/10.17823/gusbed.617696>
- Yıldırım, İ., & Demirtaş, Z. (2019). Ergenlerde beden algısı ile benlik saygısı ve akademik başarı ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20(1), 45–52. <https://doi.org/10.5455/apd.350582>
- Yıldırım, M., & Demirtaş, A. S. (2019). Güvenli bağlanmanın ergenlerde psikolojik iyi oluş üzerindeki rolü. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(64), 1320–1329. <https://doi.org/10.17719/jisr.2019.3637>
- Yıldırım, M., & Demirtaş, Z. (2019). Aile içi ilişkilerin ergenlerde yeme bozukluklarına etkisi. *Journal of Family Studies*, 26(3), 295–310.
- Yıldız, M., & İmamoğlu, S. (2020). Ergenlerin kimlik gelişiminde kültürel faktörlerin rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 11(59), 67–85.
- Yıldız, S., Çelik, A., & Güner, T. (2022). Bilişsel gelişim ve sosyal çevrenin etkisi: Ergenlerde yürütücü işlevler üzerine bir inceleme. *Psikoloji ve Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 47(2), 102–118.
- Yılmaz, A., & Aydın, G. (2021). Algılanan ebeveyn tutumları ve ergen psikolojik sağlamlığı: Bağlanma stilleri ile ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 36(2), 74–89.
- Yılmaz, A., & Aytekin, M. (2020). Algılanan ebeveyn tutumlarının sınıf düzeyine göre farklılaşması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 10(54), 29–40.
- Yılmaz, A., & Gökmen, F. (2019). Yeme tutumları ve beden algısı arasındaki ilişkiler: Türkiye örnekleme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 35(1), 67–82.
- Yılmaz, A., & Güler, D. (2020). Ebeveyn tutumlarının çocukların beden algısı üzerindeki etkisi. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi*, 3(1), 25–39.
- Yılmaz, B., Kaya, T., & Özdemir, A. (2022). Ergenlerde bedensel değişimlerin beden algısı üzerindeki etkisi. *Psikoloji ve Eğitim Dergisi*, 45(2), 86–102.
- Yılmaz, G., & Aydın, R. (2021). Ergenlerin beden algısı ve ebeveyn tutumlarının ilişkisi. *Turkish Journal of Psychological Studies*, 15(1), 22–35.
- Yılmaz, M., & Güler, C. (2020). Ergenlerin beden algısı ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişki. *Türk Psikoloji Dergisi*, 35(2), 89–103.
- Yılmaz, N., & Aytekin, M. (2022). Ergenlerde beden algısı ve diyet davranışları: Sosyoekonomik düzeyin etkisi. *Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Dergisi*, 29(1), 41–50.
- Yörükoğlu, A. (2011). *Gençlik çağı: Ruh sağlığı ve hastalıkları* (17. bs.). Özgür Yayınları.

- Yücel, Ü., & Dağlı, A. (2020). Yeme tutumu ile beden imajı arasındaki ilişki: Cinsiyetin rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 10(56), 23–34.
- Yücel, Y., & Karataş, Z. (2021). Ergenlerde beden algısı ve yeme tutumları arasındaki ilişki: Vücut kitle indeksinin rolü. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 22(4), 452–460.
- Ziegler, A., & Stoeger, H. (2017). Critical thinking in adolescence: Fostering cognitive flexibility through education. *Educational Psychology Review*, 29(3), 521–545.
- Zimmer-Gembeck, M. J., & Skinner, E. A. (2016). The development of coping: Implications for psychopathology and resilience. *Developmental Psychology*, 52(9), 1370–1384.
- Zimmermann, P. (2004). Attachment representations and characteristics of friendship relations during adolescence. *Journal of Experimental Child Psychology*, 88(1), 83–101. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2004.02.002>
- Zimmermann, P., & Becker-Stoll, F. (2002). Stability of attachment representations during adolescence: The influence of ego-identity status. *Journal of Adolescence*, 25(1), 107–124.

EKLER

EK-1 BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM VE RIZA FORMU



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ

KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS TEZ ÇALIŞMASI

KATILIMCI BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM VE RIZA FORMU

Değerli katılımcı,

Bu araştırma İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Tezi kapsamında yürütülmektedir. Yapılan çalışmayla ergenlerde bağlanma stilleri ve algılanan ebeveyn tutumlarının, beden algısı ve yeme tutumları üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Çalışmaya 12-18 yaş aralığındaki bireyler katılacaktır. Bu doğrultuda sizden Sosyodemografik Bilgi Formu ve dört adet ölçek doldurmanız istenmektedir. Araştırmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayalı olup sizden herhangi bir kimlik bilgisi istenmeyecektir. Çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra dilediğiniz zaman çalışmadan ayrılma hakkına sahipsiniz. Çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen gizli tutulacaktır. Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Ölçeklerin doldurulması katılımcıya bağlı olarak yaklaşık 10-15 dakika sürebilmektedir. Araştırmanın amacına ulaşabilmesi için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle cevaplamanızdır. Araştırmanın sonuçları veya araştırma ile ilgili sorularınız için aşağıdaki mail adresinden iletişime geçebilirsiniz.

Çalışmaya katılımınızdan dolayı teşekkür ederiz.

Yukarıdaki bilgileri okudum ve bu çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum.

Tarih: ___/___/_____

Katılımcı Ad-Soyad:

Katılımcı İmza: _____

Araştırmacı: Psikolog Sinem ATASOY
İstanbul Gelişim Üniversitesi
İletişim:

EK-2 SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1. Ad-Soyad :
2. Cinsiyet : Kadın Erkek
3. Yaş :
4. Boy ve Kilo :
5. Eğitim durumunuz (Sınıf Düzeyi):
 6. Sınıf 9. Sınıf 12. Sınıf
 7. Sınıf 10. Sınıf
 8. Sınıf 11. Sınıf
6. Ebeveynler hayatta mı?
 - Her ikisi de sağ
 - Anne sağ
 - Baba sağ
7. Ebeveynlerin eğitim durumu
Anne:
 - Okuryazar değil
 - Okuryazar
 - İlkokul
 - Ortaokul
 - Lise
 - Lisans ve üstüBaba:
 - Okuryazar değil
 - Okuryazar
 - İlkokul
 - Ortaokul
 - Lise
 - Lisans ve üstü
8. Ebeveynlerin evlilik birliği devam ediyor mu?
Evet Hayır
9. Ailenizin gelir düzeyi:
 - Çok düşük
 - Düşük
 - Orta
 - Yüksek
 - Çok yüksek
10. Herhangi bir kronik (sürekli) rahatsızlığınız var mı?
Evet Hayır
Belirtiniz:
11. Daha önce herhangi bir psikiyatrik tanı ve tedavi aldınız mı?
Evet Hayır
Belirtiniz:
12. Hali hazırda herhangi bir psikiyatrik tedavi veya psikolojik yardım alıyor musunuz?
Evet Hayır
Belirtiniz:

EK-3 ÜÇ BOYUTLU BAĞLANMA STİLLERİ ÖLÇEĞİ

ÜÇ BOYUTLU BAĞLANMA STİLLERİ ÖLÇEĞİ

Aşağıda sizinle ilgili ifadeler bulunmaktadır. Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve sizi en iyi tanımlayan seçeneği işaretleyiniz. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Sizden beklenen içtenlikle cevap vererek bilimsel bir çalışmaya yardımcı olmanız. Lütfen bütün sorularla ilgili görüşlerinizi ifade ediniz. Katkılarınız için teşekkürler. 1= Kesinlikle katılmıyorum 2= Katılmıyorum 3=Kısmen katılıyorum 4=Katılıyorum 5=Kesinlikle katılıyorum anlamına gelmektedir.					
1. Karşımdaki insanlar benim kadar değerli değiller.	1	2	3	4	5
2. Birisiyle çok fazla samimi olduğumda sorun çıkabileceğinden kaygılanıyorum.	1	2	3	4	5
3. Karar alırken kimseyi önemsemem.	1	2	3	4	5
4. Sorunu olan birisini gördüğümde kendimi onun yerine koyabiliyorum.	1	2	3	4	5
5. Başkalarının benim kadar değerli olduklarını düşünmüyorum.	1	2	3	4	5
6. İnsanlardan ne kadar uzak durursam o kadar az üzülürüm.	1	2	3	4	5
7. Ebeveynimle (anne, baba veya benim bakımımı üstlenen bir başkası) iyi anlaşıyorum.	1	2	3	4	5
8. İnsanlardan uzak duruyorum çünkü bana acı çektirebilirler.	1	2	3	4	5
9. Bir sorun varsa bunun kaynağı genelde karşımdakilerin sorunlu olmasıdır.	1	2	3	4	5
10.Kendimi mutlu bir insan olarak tanımlıyorum.	1	2	3	4	5
11.Duygusal ilişki yaşadığım kişinin beni gerçekten sevmediğini düşünerek kaygılanıyorum.	1	2	3	4	5
12.Yalnızca kendime değer veririm.	1	2	3	4	5
13.Başkalarının üzüntülerini anlayabiliyorum.	1	2	3	4	5
14.Duygusal ilişkilerden uzak duruyorum çünkü terk edilmek istemiyorum.	1	2	3	4	5
15.İnsanların görüşleri benim için önemsizdir.	1	2	3	4	5
16.Ebeveynlerime (anne, baba veya benim bakımımı üstlenen bir başkası) genelde kırıcı sözler söylemem.	1	2	3	4	5
17.İnsanlardan ne kadar uzak durursam o kadar mutlu olurum.	1	2	3	4	5
18.Başkaları çok da umurumda değildir.	1	2	3	4	5

EK-4 KISALTIKMIŞ ALGILANAN EBEVEYN TUTUMLARI ÖLÇEĞİ

Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği

Aşağıda çocukluğunuz ile ilgili bazı ifadeler yer almaktadır. Anketi doldurmadan önce aşağdaki yönergeyi lütfen dikkatle okuyunuz:

1. Anketi doldururken, anne ve babanızın size karşı olan davranışlarını nasıl algıladığınızı hatırlamaya çalışmanız gerekmektedir. Anne ve babanızın çocukken size karşı davranışlarını tam olarak hatırlamak bazen zor olsa da her birimizin çocukluğumuzda anne ve babamızın kullandıkları prensiplere ilişkin bazı anılarımız vardır.
2. Her bir soru için anne ve babanızın size karşı davranışlarına uygun seçeneği yuvarlak içine alın. Her soruyu dikkatlice okuyun ve muhtemel cevaplardan hangisinin sizin için uygun cevap olduğuna karar verin. Soruları anne ve babanız için ayrı ayrı cevaplayın.

1. Anne ve babam, nedenini söylemeden bana kızarlardı ya da ters davranırlardı.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
2. Anne ve babam, beni överlerdi.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
3. Anne ve babamın yaptıkları konusunda daha az endişeli olmasını isterdim.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
4. Anne ve babam, bana hak ettiğimden daha çok fiziksel ceza verirlerdi.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
5. Eve geldiğimde, anne ve babama ne yaptığımın hesabını vermek zorundaydım.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
6. Anne ve babam, ergenliğimin uyarıcı, ilginç ve eğitici olması için çalışırlardı.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
7. Anne ve babam, beni başkalarının önünde eleştirirlerdi.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
8. Anne ve babam, bana bir şey olur korkusuyla başka çocukların yapmasına izin verilen şeyleri yapmamı yasaklardı.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
9. Anne ve babam, her şeyde en iyi olmam için beni teşvik ederlerdi.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
10. Anne ve babam davranışları ile örneğin üzđün görünerek, onlara kötü davrandığım için kendimi suçlu hissetmeme neden olurlardı.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
11. Anne ve babamın bana bir şey olacağına ilişkin endişeleri abartılıydı.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4

12. Benim için bir şeyler kötü gittiğinde, anne ve babamın beni rahatlatmaya ve yüreklendirmeye çalıştığını hissedirdim.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
13. Bana ailenin 'yüz karası' ya da 'günah keçisi' gibi davranırdı.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
14. Anne ve babam, sözleri ve hareketleriyle beni sevdiğini gösterirdi.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
15. Anne ve babamın, erkek ya da kız kardeşimi(lerimi) beni sevdiğinden daha çok sevdiğini hissedirdim.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
16. Anne ve babam, kendimden utanmama neden olurlardı.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
17. Anne ve babam, pek fazla umursamadan, istediğim yere gitmeme izin verirdi.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
18. Anne ve babamın, yaptığım her şeye karıştıklarını hissedirdim.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
19. Anne ve babamla aramda sıcaklık ve sevecenlik olduğunu hissedirdim.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
20. Anne ve babam, yapabileceklerim ve yapamayacaklarımla ilgili kesin sınırlar koyar ve bunlara titizlikle uyarlardı.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
21. Anne ve babam, küçük kabahatlerim için bile beni cezalandırırlardı.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
22. Anne ve babam, nasıl giyinmem ve görünmem gerektiği konusunda karar vermek isterlerdi.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4
23. Yaptığım bir şeyde başarılı olduğumda, anne ve babamın benimle gurur duyduklarını hissedirdim.				
	Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4

EK-5 BEDEN ALGISI ÖLÇEĞİ

Vücut Algısı Ölçeği

Aşağıda çeşitli vücut özellikleri ve beğenip beğenmeme ile ilgili ifadeler bulunmaktadır. Yapmanız gereken bir vücut özelliğinin hakkındaki görüşünüzü 'Hiç Beğenmiyorum', 'Pek Beğenmiyorum', 'Kararsızım', 'Oldukça Beğeniyorum', 'Çok Beğeniyorum' seçeneklerinden uygun olanına „X” işareti koyarak belirtmenizdir. Tüm maddeleri eksiksiz olarak ve içtenlikle cevaplamamız önemlidir.

	Hiç Beğenmiyorum	Pek Beğenmiyorum	Kararsızım	Oldukça Beğeniyorum	Çok Beğeniyorum
1. Saçlarım					
2. Yüzümün rengi					
3. İştahım					
4. Ellerim					
5. Vücudumdaki kıl dağılımı					
6. Burnum					
7. Fiziksel gücüm					
8. İdrar – dışkı düzenim					
9. Kas kuvvetim					
10. Belim					
11. Enerji düzeyim					
12. Sırtım					
13. Kulaklarım					
14. Yaşım					
15. Çenem					
16. Vücut yapım					
17. Profilim					
18. Boyum					
19. Duygularımın keskinliği					
20. Ağrıya dayanıklılığım					
21. Omuzlarımın genişliği					
22. Kollarım					
23. Göğüslerim					
24. Gözlerimin şekli					
25. Sindirim sistemim					
26. Kalçalarım					
27. Bacaklarım					
28. Dişlerimin şekli					
29. Cinsel gücüm					
30. Ayaklarım					
31. Uyku düzenim					
32. Sesim					
33. Sağlığım					
34. Cinsel faaliyetlerim					
35. Dizlerim					
36. Vücudumun duruş şekli					
37. Yüzümün şekli					
38. Kilom					
39. Cinsel organım					
40. Hastalığa direncim					

EK-7 YÖNETİM KURULU KARARI



T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Etik Kurul Başkanlığı

ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ

Toplantı No	Toplantı Tarihi	Toplantı Saati	Toplantı Yeri
2024 – 14	20.09.2024	14.00	Rektör Yardımcısı Odası

KARAR NO: 2024-14-57: Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı 231424032 numaralı Sinem ATASOY' un, Dr. Öğr. Üyesi Selcen YETKİN ÖZEN' in danışmanlığında yürütülen "Ergenlerin Bağlanma Stilleri ve Algılanan Ebeveyn Tutumlarının, Beden Algısı ve Yeme Tutumları Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi" konulu çalışması görüşüldü yapacağı anket sorularının, etik kurallara uygun olup olmadığını tespit etmek üzere, İGÜ Etik Kurulumuzun 16.08.2024 tarih ve 2024-12 sayılı toplantısında, İGÜ Etik Kurul Yönergesinin 12(1) maddesine göre değerlendirme yapmak üzere görevlendirilen öğretim elemanlarının raporları incelenmiş olup, ilgili çalışmada yer alan bilimsel araştırmanın etik kurallara uygun olduğuna oy birliği ile karar verildi.

ASLI GİBİDİR

Etik Kurul Başkanlığı 20.09.2024 TARİH 2024 – 14 ETİK KURUL TOPLANTI TUTANAĞI KARAR ÖRNEĞİ

Cihangir Mah. Şehit Jandarma Komando Er Hakan Öner Sokak No:1 34310 Avcılar / İSTANBUL
Tel: (+90212) 422 70 00 Faks: (+90212) 422 74 01
www.gelisim.edu.tr [https://\(birim\).gelisim.edu.tr](https://(birim).gelisim.edu.tr) [\(birim\)@gelisim.edu.tr](mailto:(birim)@gelisim.edu.tr)

KYS.YD.004 / 4.08.2022 / 0 / 4.08.2022

1/1

