

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**KADINLARDA DUYGUSAL YEME DÜZEYİ VE
ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARININ EVLİLİK
DOYUMUYLA İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Ayşenur ACAR

Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Aışan Burak YAŞAR

İstanbul – 2022

TEZ TANITIM FORMU

- YAZAR ADI SOYADI** : Ayşenur ACAR
- TEZİN DİLİ** : Türkçe
- TEZİN ADI** : Kadınlarda Duygusal Yeme Düzeyi ve Çocukluk Çağı Travmalarının Evlilik Doyumuyla İlişkisinin İncelenmesi
- ENSTİTÜ** : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
- ANABİLİM DALI** : Psikoloji
- TEZİN TÜRÜ** : Yüksek Lisans
- TEZİN TARİHİ** : 28.12.2021
- SAYFA SAYISI** : 98
- TEZ DANIŞMANI** : Dr. Öğr. Üyesi Alişan Burak YAŞAR
- DİZİN TERİMLERİ** : Evlilik Doyumu, Duygusal Yeme, Çocukluk Çağı Travmaları
- TÜRKÇE ÖZET** : Yaptığımız araştırmanın amacı en az bir yıldır evli kadınların duygusal yeme düzeyi ve çocukluk çağı travmalarının evlilik doyumunu ile ilişkisinin incelenmesidir.
- DAĞITIM LİSTESİ** : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

Ayşenur ACAR

T.C.

**İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**KADINLARDA DUYGUSAL YEME DÜZEYİ VE
ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARININ EVLİLİK
DOYUMUYLA İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Ayşenur ACAR

Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Alışan Burak YAŞAR

İstanbul – 2022

BEYAN

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

Ayşenur ACAR

.../.../2022

İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Ayşenur Acar'ın “**Evli kadınlarda duygusal yeme düzeyi ve çocukluk çağı travmalarının evlilik doyumuyla ilişkisinin incelenmesi**” adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

İmza

Başkan

Dr. Öğr. Üyesi Alişan Burak YAŞAR
(Danışman)

Üye

İmza

Prof. Dr. Nurhan FİSTİKCI

Üye

İmza

Dr. Öğr. Üyesi Fatih BAL

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

... / ... / 2022

İmzası

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ

Enstitü Müdürü

ÖZET

Aile kurumu, bu kurumu oluşturan bireylerin ruhsal ve bedensel değişimlerinden oldukça etkilenmektedir. Evli partnerler arasındaki doyum sorunları sadece o evlilik ilişkisi için bir problem değil, aynı zamanda toplumu da ilgilendiren bir sorundur. Bu araştırmadaki temel amaç, evli kadınların çocukluk çağı travmaları ve duygusal yeme davranışlarının evlilik doyumu ile arasındaki ilişkinin belirlenmesidir. Bu çalışmada evlilik doyumuna bağlı bedensel sağlığı tehdit eden duygusal yeme davranışlarının tespit edilmesi ve bireylerin çocukluk çağı travması ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırma örneklemini, 2020 yılında İstanbul ili merkez ilçelerinde yaşayan 25-55 (Ort=40,27, ss=9,89) yaşlar arasındaki en az 1 yıldır evli kadınlardan seçilen 400 katılımcıdan oluşturulmuştur. Araştırmanın evreni ise; Türkiye'nin İstanbul ilinde yaşayan, 25-55 yaş aralığındaki evli kadınlardan oluşturulmuştur. Veri toplamak amacıyla Demografik Bilgi Formu, Evlilik Doyumu Ölçeği, Çocukluk Duygusal Yeme Ölçeği, Çağı Travmaları Ölçeği uygulanmıştır.

Araştırmanın bulgularına bakıldığında Evlilik doyumu eğitim düzeyine göre farklılaşmamaktadır. ($p>,05$). Evlilik doyumu ile gelir düzeyi değişkeni puanlarına göre evlilik doyumu ve gelir düzeyi arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Çocukluk çağı travmaları ile evlilik doyumu arasında pozitif yönde ($,341$ düzeyinde) ve istatistiksel olarak ($,01$ düzeyinde) anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Duygusal yeme davranışı ile evlilik doyumu arasında pozitif yönde ve istatistiksel olarak $,05$ düzeyinde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Çocukluk travması ölçeği puanları ile duygusal yeme ölçeği puanları arasında pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($p<,05$). Çocukluk travması ölçeği puanları kontrol edildiğinde evlilikte doyum ölçeği puanları ile duygusal yeme ölçeği puanları arasında pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Evlilik doyumu, çocukluk travmaları ile duygusal yeme ilişkisi arasında kısmı aracılık rolünün yordama katsayısı ($\beta=,26$) düzeyindedir. Çocukluk travmaları ölçeği puanlarının duygusal yeme ölçeği puanları üzerinde, evlilik doyumu ölçeği puanları üzerinden bir etkiye sahiptir. Evlilik doyumu ile eğitim seviyesi ve gelir miktarı değişkenleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki yoktur. Evlilik doyumunun çocukluk çağı travmaları ve duygusal yeme ile arasında anlamlı bir ilişki vardır. Duygusal yeme ile evlilik doyumu arasındaki ilişki çocukluk travmaları

puanları kontrol edildiğinde bir miktar azalmaktadır. Sonuç olarak evli kadınlarda evlilik doyumunun, duygusal yeme ve çocukluk çağı travmalarıyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Çocukluk travmaları ölçeği puanları duygusal yeme ölçeği puanları üzerinde, evlilik doyumu ölçeği puanları üzerinden bir etkiye sahiptir; diğer bir deyişle; evlilik doyumu, çocukluk travmaları ile duygusal yeme ilişkisi arasında kısmı aracılık rolüne sahiptir.

Anahtar kelimeler : Evlilik doyumu, Duygusal yeme, Çocukluk çağı travmaları



SUMMARY

The family institution is highly affected by the mental and physical changes of the individuals who make up this institution. Satisfaction problems between married partners are not only a problem for that marital relationship, but also a problem for society. The main purpose of this study is to determine the relationship between the childhood traumas and emotional eating behaviors of married women and their marital satisfaction. In this study, it was aimed to determine the emotional eating behaviors that threaten physical health due to marital satisfaction and to examine the relationship of individuals with childhood trauma.

The research sample consisted of 400 participants, who were married for at least 1 year, between the ages of 25-55 (Avg=40.27, SD=9.89) living in the central districts of Istanbul in 2020. The universe of the research is; It was composed of married women between the ages of 25-55 living in Istanbul, Turkey. In order to collect data, Demographic Information Form, Marriage Satisfaction Scale, Childhood Emotional Eating Scale and Age Traumas Scale were applied.

Considering the findings of the research, marital satisfaction does not differ according to education level. ($p>.05$). There is no significant difference between marital satisfaction and income level according to marital satisfaction and income level variable scores. There is a positive (at the level of ,341) and a statistically significant (at the level of ,01) relationship between childhood traumas and marital satisfaction. There is a positive and statistically significant correlation of .05 level between emotional eating behavior and marital satisfaction. There is a positive and statistically significant relationship between childhood trauma scale scores and emotional eating scale scores ($p<.05$). When childhood trauma scale scores are controlled, there is a positive and statistically significant relationship between marital satisfaction scale scores and emotional eating scale scores. The predictive coefficient of the partial mediating role between marital satisfaction, childhood traumas and emotional eating is at the level of ($\beta=.26$). Childhood trauma scores have an effect on emotional eating scale scores and on marital satisfaction scale scores. There is no statistically significant relationship between marital satisfaction and the variables of education level and amount of income. There is a significant relationship between marital satisfaction and childhood traumas and emotional eating. The relationship between emotional eating and marital satisfaction slightly decreases when childhood trauma scores are

controlled. As a result, it was found that marital satisfaction in married women was associated with emotional eating and childhood traumas. Childhood traumas scale scores have an effect on emotional eating scale scores, over marital satisfaction scale scores; in an other saying; marital satisfaction has a partial mediator role between childhood traumas and emotional eating relationship.

Key words: Marriage satisfaction, Emotional eating, Childhood traumas



İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
SUMMARY	iii
İÇİNDEKİLER	v
KISALTMALAR	viii
TABLolar LİSTESİ.....	ix
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	x
EKLER LİSTESİ.....	xi
ÖN SÖZ.....	xii
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN GENEL ESASLARI

1.1. Araştırmanın Problemi.....	3
1.2. Araştırmanın Hipotezleri.....	3
1.3. Araştırmanın Amacı ve Önemi	4
1.4. Araştırmanın Sayıltıları	4
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	5

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Evlilik Doyumu.....	6
2.1.1 Evlilik Kavramının Tarihçesi ve Tanımı	6
2.1.2 Evlilik Doyumunun Tanımı ve Kapsamı	6
2.1.3. Evlilik Doyumuyla Alakalı Faktörler	8
2.1.3.1 Toplumsal Faktörler	8
2.1.3.2 Kişisel Faktörler	8
2.1.3.3 Ailesel Faktörler	9
2.1.4 Evlilik Doyumunun Etkileri	10
2.1.5 Evlilik Doyumuyla Alakalı Kuramsal Yaklaşımlar.....	11
2.1.5.1 Psikanalitik Kuram	11
2.1.5.2 Davranışçı Kuramı.....	11

2.1.5.3. Öğrenme Kuramı	11
2.1.5.4. Sosyal Mücadele Kuramı.....	12
2.1.5.5. Bağlanma Kuramı	12
2.1.5.6. Yükleme Kuramı	12
2.1.5.7. Sevginin Evrimi Kuramı.....	13
2.1.5.8. Kişiler Arası İletişime Dair Sosyal Kuram.....	13
2.1.5.9. Üçgen Sevgi Kuramı	14
2.1.6 Evlilik Doyumu Etkileyen Diğer Değişkenler.....	14
2.1.7 Evlilik doyumuyla Alakalı Yapılan Çalışmalar.....	16
2.2. Duygusal Yeme.....	17
2.2.1. Duygusal Yeme Davranışının Tanımı	17
2.2.2. Duygusal Yeme Bozuklukları	18
2.2.2.1 Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu	18
2.2.2.2. Bulimiya Nervoza.....	20
2.2.3. Duygusal Yeme Teorileri	21
2.2.3.1. Psikosomatik Teori	21
2.2.3.2. Kısıtlama Teorisi	22
2.2.3.3. Kaçış Teorisi.....	23
2.2.3.4. Dışsal Teori.....	23
2.2.4. Duygusal Yeme Mekanizmaları	23
2.2.4.1. Fizyolojik Mekanizmalar.....	23
2.2.4.2. Psikolojik Mekanizmalar	24
2.2.4.3. Macht'ın Üç Aşama Modeli	24
2.2.5 Duygusal Yeme ile ilgili Yapılmış Çalışmalar.....	25
2.3. Çocukluk Çağı Travmaları.....	26
2.3.1.Çocukluk Çağı Travmalarının Tarihçesi	26
2.3.2. Çocukluk Çağı Travma Türleri.....	27
2.3.2.1. Fiziksel İstismar.....	28
2.3.2.2. Cinsel İstismar	28
2.3.2.3. Duygusal İstismar	29
2.3.2.4. İhmal.....	30
2.3.3. Uzun Dönemde Çocukluk Çağı Travmalarının Etkileri	31

2.3.4. Çocukluk Çağı Travmalarında Risk etmenleri	32
2.3.4.1. Kişisel etkiler	33
2.3.4.2. Ailesel etkiler	34
2.3.5. Çocukluk Çağı Travmalarının Etiyolojisi.....	34
2.3.6. Çocukluk Çağı Travmalarının Epidemiyolojisi.....	35
2.3.7. Çocukluk Çağı Travmaları ve Kuramlar	36
2.3.7.1. Psikiyatrik Model	36
2.3.7.2. Psikolojik Model.....	37
2.3.7.3. Sosyolojik Model.....	37
2.3.8 Çocukluk Çağı Travmalarıyla İlgili Yapılan Çalışmalar.....	38

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM VE TEKNİKLER

3.1. Araştırma Modeli	40
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	40
3.3. Veri Toplama Araçları	40
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	40
3.3.2. Evlilik Doyum Ölçeği.....	40
3.3.3. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği.....	41
3.3.4. Duygusal Yeme Ölçeği.....	42
3.4. Veri Analizi.....	43

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE YORUM

SONUÇ VE ÖNERİLER.....	58
KAYNAKÇA	59
EKLER.....	72

KISALTMALAR

- TÜİK** : Türkiye İstatistik Kurumu
- ÇÇT** : Çocukluk Çağı Travmaları
- ED** : Evlilik Doyumu
- DY** : Duygusal Yeme
- APB** : Amerikan Psikiyatri Birliği
- DSM** : The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
- HPA** : Hipotalamik-Hipofiz-Adrenal
- ABD** : Amerika Birleşik Devletleri
- ÇÇKKİSL** : Çocukluk Çağı Kötüye Kullanım ve İhmal Soru Listesi
- ÇTQ** : Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği
- DES** : Dissociative Experiences Scale

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların Yaşlarına İlişkin Betimsel İstatistikler	44
Tablo 2. Katılımcıların Gelir Düzeyine Göre Dağılımları	44
Tablo 3. Katılımcıların Eğitim Durumuna Göre Dağılımları	45
Tablo 4. Katılımcıların Çocuk Sahibi Olma Durumları	45
Tablo 5. Duygusal Yeme Ölçeği Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler.....	45
Tablo 6. Çocuklukta Travma Ölçeği Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler.....	46
Tablo 7. Evlilik Doyum Ölçeği Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler.....	46
Tablo 8. Ölçek Puanlarının Normallik Testi	46
Tablo 9. Dönüştürülmüş Ölçek Puanlarının Normallik Testi.....	47
Tablo 11. Evlilik Doyum Ölçeği Puanlarının Gelir Düzeyine Göre Farklaşma Durumu	49
Tablo 12. Duygusal Yeme Ölçeği, Çocukluk Travması Ölçeği Ve Evlilikte Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkiler.....	49
Tablo 13. Çocukluk Travması Ölçeği Puanları Kontrol Edildiğinde Duygusal Yeme Ölçeği İle Evlilikte Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki İlişki	50

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Duygusal Yeme Ölçeğinin Puanlarına İlişkin Histogram	47
Şekil 2. Evlilik Doyumu Ölçeği Puanlarına İlişkin Histogram.....	47
Şekil 3. Çocukluk Travmaları Ölçeği Puanlarına İlişkin Histogram	48
Şekil 4. Hipotetik Model A.....	50
Şekil 5. Model A Yol Katsayıları	50
Şekil 6. Model A t Değerleri.....	51
Şekil 7. Model B t Değerleri.....	52
Şekil 8. Model B Yol Katsayıları.....	52

EKLER LİSTESİ

EK – A: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

EK – B: EVLİLİK DOYUM ÖLÇEĞİ

EK – C: ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI ÖLÇEĞİ

EK – Ç: DUYGUSAL YEME ÖLÇEĞİ

EK – D: ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ



ÖNSÖZ

Bu çalışmanın yürütülmesi aşamasında desteği ve katkılarından dolayı danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Alişan Burak Yaşar'a, teşekkür ederim.

Yapıcı eleştirileri ve uzman görüşleriyle tezimin son halini almasında katkı ve desteklerinden dolayı sayın Prof. Dr. Nurhan Fıstıkçı ve Dr. Öğr. Üyesi Fatih Bal'a, teşekkür ederim.

Sorularım ve kaygılarımla özveriyle ilgilenen ve desteğini son güne kadar esirgemeyen Doç. Dr. Cenk Akbıyık'a, teşekkür ederim.

Lisans eğitimi almamda bana destek olarak meslek hayatıma ilk adımı atmamı sağlayan ve sahip olduğum uzmanlık unvanını sayesinde gururla taşıdığım sayın Dr. Muammer Yıldız'a teşekkür ederim.

Master sürecim boyunca gerekli istatistik verilerinin toplanmasında desteğini esirgemeyen geniş aileme, bana inanmaktan ve gurur duymaktan hiç vazgeçmeyen dostlarıma ve yoluma ışık tutan meslektaşlarıma teşekkür ederim.

Zorlu tez yazma sürecimde varlığını ve sevgisini bir an olsun eksik etmemiş olan sevgili abim Onur Acar ve ailemizin kıymetlisi Zehra Acar'a teşekkür ederim.

Eğitim ve kariyer hayatımda her daim destek olan ve sevgisiyle beni besleyen sevgili annem Zimafer Acar'a ve tüm başarılarımın altında imzası olan sevgili babam Köksal Acar'a teşekkür ederim

Devamlı gelişimi ve öğrenmeyi kendine ilke edinmiş , mesleğine gönülden bağlı bir insana dönüşürken bir an olsun pes etmediğim için kendime teşekkür ederim.

GÖLGESİNDE DİNLENDİĞİM CAN AĞACIM BABAMA..

GİRİŞ

Evlilik kavramının, evlilik doyumundan oldukça etkilendiği aynı zamanda çok fazla değişkenden etkilendiği düşünülmektedir. Duygusal yeme ve çocukluk çağı travmaları gibi durumlarda evlilik doyumunu etkilediği düşünülen değişkenlerdendir. Bu sebeple bu araştırmada demografik değişkenlere, evlilik doyumunu, duygusal yeme, çocukluk çağı travmalarına ve yer verilmiştir. 1970 yılının ardından kişilerarası ilişkiler psikoloji biliminin dikkatini çeken konular olmuştur. (Büyükşahin & Hovardaoğlu, 2000). Evli bireylerin birbirleriyle olan iletişim kurma biçimi evlilik hayatının yapı taşı olarak oluşturmaktadır. Evli bireyler aynı evde yaşamakta, karşılıklı kararlarının sonuçlarını birlikte üstlenmekte ve bu açıdan da birbirlerine duygusal anlamda yaklaşmaktadırlar. Evli bireylerin kurduğu güncel iletişim, kişilerin yalnızca birbirleriyle olan iletişimini değil, dışardaki sosyal yaşamlarının ve kendileriyle olan iletişimlerinin ve yetiştirildikleri aileleriyle olan iletişim sistemlerinin de değiştirilmesi anlamına gelmektedir (Çınar, 2008). Evli kişilerin yakın ilişki kurma ve yeni iletişim becerileri kazanma deneyimi beraberinde birçok problemi doğurabilir. Evli bireylerin birbiriyle yaşadıkları hislerin ve düşüncelerin görmezden gelinmesiyle oluşan iletişimsizlik, problemlerin çözüme kavuşamaması ile neticelenir. Böyle bir evliliğin içinde olmak cinsiyet farketmeksizin iki bireyi de yormaya, ruhsal açıdan savunmasız bırakmaya ve fiziksel açıdan sağlıksızlaştırmaya başlamaktadır. (Demiray, 2006).

Evli olma durumu, bireylerin beklentilerini yerine getirerek mutlu olabilmek için elzem olan tatmin duygusunu yaşamak için fayda sağlayan bir kurumdur. Bireylerin evli olma hali içinde gerçek bir beraberlik yaşıyor olmaları, birbirleriyle kurdukları ilişkiyi dışardan gelebilecek darbelere karşı beraber koruyabilmeleri için evlilik süresince duyacakları doyum hissini tesiri, oldukça elzemedir (Kafkaslı, 2019). Bireylerde evlilikten alınan doyum düştüğünde evliliği sonlandırma düşünceleri başlayabilir. Bu düşünce ile beraber, eşler ve eğer varsa çocuklar fiziksel ve bedensel anlamda olumsuz açıdan etkilenmektedirler. Özet olarak, evlilik kurumu yalnızca ev içerisini ve eşleri değil, evli bireylerin sosyal yaşamını, diğerleriyle kurduğu iletişimi ve hayat memnuniyetini doğrudan etkilemesi sebebiyle elzem bir yapıdır (Taşköprü, 2013).

Evlilik yalnızca kurulan iletişim modellerinden değil, evliliği gerçekleştiren bireylerin kişilik özelliklerini oluşturan yetiştirilme tarzları, dünden bugüne getirdikleri

psikolojik rahatsızlıkları, bugün ki duygu durum seviyeleri gibi durumlardan da etkilenmektedir. Evli bireylerden birinin psikolojik sorunları ve duygu durumundaki değişim ve hasarlar evliliğe dair algı ve memnuniyetlerini azaltmaktadır.

Evlilikten alınan doyum hissinin etkilediği düşünülen , özellikle kadınlarda oldukça sık rastlanan duygusal yeme, kişilerin endişe ve olumlu olmayan duygu durumlarının inişli çıkışlı olmasıyla mücadele edebilmek adına fiziksel açlık olmaksızın besin alımı gerçekleştirmeleri duygusal yeme olarak tanımlanmaktadır. Duygusal sinyallerin yemek yeme isteğini %30 düzeyinde artırma ve %48 düzeyinde azalmaya sebep olduğunu bulunmuştur. Olumsuz duyguların besin alımı motivasyonunu arttırdığı ve aynı zamanda yemenin olumsuz duyguların yoğunluğunu azalttığı bilinmektedir. Böylece olumsuz duygu ve durumların karşısında yemenin o duygunun ve durumun kişinin algısında şiddeti azaltacağı inancı kişi tarafından öğrenilmiş ve defalarca kez tekrarlanarak bu hatalı inanış pekiştirilmiş olur. Araştırmalar depresyonda olmanın, kızgın bir ruh haline sahip olmanın, endişeli olmak gibi duygu ve durumların ve stres kaynağı olan yaşam olaylarının alınan besin düzeyini arttırdığını göstermiştir.

Bireyin ruhsal sağlığına, bütünlüğüne yönelik en yıkıcı şiddet türü olan çocukluk çağı travmalarının bireylerin psikolojik ve sosyal gelişimlerini fazlaca etkilediği ancak ülkemizde konuya ilişkin çalışmaların epey az olduğu bilinmektedir. Bunun bir sebebi de bu yaşantıya maruz kalan çocukların ve ailelerinin bu durumunun bildirimini yapmaktan ve yardım almaktan kaçınmaları olduğu bilinmektedir. Çalışmanın gerek kişinin çocukluk çağı travmaları ve evlilik doyumu arasındaki ilişkinin belirlenmesi, evlilik doyumuna bağlı bedensel sağlığı tehdit eden duygusal yeme davranışlarının tespit edilmesi ve bireylerin çocukluk çağı travmasına bağlı evlilik doyumlarının yükseltilmesi konusunda tüm ruh sağlığı çalışanlarının ve sosyal bilimler alanında çalışanların dikkatini çekmek ve gerekse ülkemizde çocukluk çağı travmasının oranının belirlenmesinde ve bireysel, sosyal önlemlerin alınmasında katkı sağlamak adına önemli ve gerekli olduğu düşünülmektedir. Ele alınan bu çalışmalar evlilikten alınan doyumun birden çok değişkenden ve durumdan etkilenebileceğini göstermektedir. Bu bağlamda araştırmada 25-55 yaş arası evli kadınlarda duygusal yeme düzeyi ve çocukluk çağı travmalarının evlilik doyumu üzerine etkisinin belirlenmesi amaçlanmaktadır.

BİRİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN GENEL ESASLARI

1.1. Araştırmanın Problemi

Evlilik doyumu günümüzde irdelenen ve tartışılan konular arasında yerini almaktadır. Günümüzde evlilik doyumunu etkileyen değişkenlerin tam olarak anlamlandırılmadığı söylenebilmektedir. Çocukluk çağı travmaları ve duygusal yemenin evlilik doyumunu etkilediği düşünülmektedir. TÜİK verileri son yıllarda Türkiye’de de evliliklerin azaldığını, boşanmaların ise arttığını ortaya koymuştur. (TÜİK, 2018).

Bu araştırmanın temel problemi; ‘’ 25-55 yaş aralığındaki en az 1 yıldır evli kadınlarda evlilik doyumunun duygusal yeme davranışı ve çocukluk çağı travmalarıyla bir ilişkisi var mıdır? ‘’olarak belirlenmiştir.

Alt Problemler

1. Evli Kadınların eğitim düzeylerine göre evlilik doyumları farklılaşmakta mıdır?
2. Evli Kadınların sosyoekonomik özelliklerine göre evlilik doyumları farklılaşmakta mıdır?
3. Evli kadınların çocukluk çağı travmaları ile evlilik doyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Evli kadınların duygusal yeme davranışları ile evlilik doyumunu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
5. Evlilik doyumunun çocukluk çağı travmaları ile duygusal yeme ilişkisi arasında kısmi aracılık rolü var mıdır?
6. Çocukluk çağı travmaları ile duygusal yeme arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.2. Araştırmanın Hipotezleri

1. Evli Kadınların evlilik doyumları eğitim düzeylerine göre farklılaşmamaktadır.
2. Evli Kadınların evlilik doyumları sosyoekonomik düzeylerine göre farklılaşmamaktadır.
3. Evli kadınların çocukluk çağı travmaları ile evlilik doyumları arasında anlamlı bir ilişki vardır.
4. Evli kadınların duygusal yeme davranışları ile evlilik doyumunu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
5. Evlilik doyumunun çocukluk çağı travmaları ile duygusal yeme ilişkisi arasında kısmi aracılık rolü vardır.

6. Çocukluk çağı travmaları ile duygusal yeme arasında anlamlı bir ilişki vardır.

1.3. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmadaki temel amaç, evli kadınların çocukluk çağı travmaları ve duygusal yeme davranışlarının evlilik doyumu ile arasındaki ilişkinin belirlenmesidir. Evlilik doyumuna bağlı bedensel sağlığı tehdit eden duygusal yeme davranışlarının tespit edilmesi ve bireylerin çocukluk çağı travmasına bağlı evlilik doyumlarının yükseltilmesi konusunda tüm ruh sağlığı çalışanlarının ve sosyal bilimler alanında çalışanların dikkatini çekmek ve gerekse ülkemizde çocukluk çağı travmasının oranının belirlenmesinde ve bireysel, sosyal önlemlerin alınmasında katkı sağlamak adına önemli ve gerekli olduğu düşünülmektedir. Dolayısıyla evlilikte doyumun, diğer faktörleri nasıl etkilediği ve nelerden etkilendiğinin incelenmesi önem taşımaktadır.

Bu araştırmayla birlikte şimdiye dek birlikte çalışılmamış olan kadınlarda evlilik doyumu ve duygusal yeme davranışı ile çocukluk çağı travmaları değişkenleri bir arada ele alınacaktır. Böylece Türk kültüründen elde edilmiş bulguların, Türkiye'deki evli kadınlara, ikili ilişkilere, aile ve evlilik danışmanlığı literatürüne katkı sağlaması amaçlanmaktadır. Türkiye'de sadece evli kadınlarla yapılan ve evlilik doyumu ile duygusal yeme davranışı ve çocukluk çağı travmaları ile arasındaki ilişkiyi birlikte ölçen hiçbir çalışma yoktur. Bu araştırma aracılığıyla evli kadınların evlilik doyumlarını etkileyen güncel ve çocukluk çağına dayanan faktörlerin tespit edilmesinin, evlilik ilişkilerinde yaşanan ve yaşanabilecek problemlerin kadınlarda bedensel sağlığı etkileyen olumsuz davranış örüntülerine yönelik önleme çalışmalarına kaynak oluşturabileceği düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde, evlilik doyumu ve özellikle kadınlar arasında güncel bir sorun olan duygusal yeme davranışının doğrudan ilişkisine yönelik Türkiye'de henüz herhangi bir çalışma olmadığı fark edilmiştir.

1.4. Araştırmanın Sayıtları

Araştırmamızın varsayımları;

1. Araştırmada kullanılan ölçme araçları çalışma konusuna uygun olarak belirlenmiştir.
2. Araştırmada kullanılan örneklemin büyüklüğü, evreni temsil etmektedir.

3. Örnekleme oluşturan evli kadın bireylerin ölçek sorularını samimiyetle yanıtladıkları varsayılmıştır.
4. Araştırmada uygulanan yöntem, araştırma amacına uygundur.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Çalışmanın örnekleme evli kadın bireyler ile sınırlıdır.
2. Araştırma en az 1 yıldır evlilik içerisinde olan İstanbul ili ve ilçelerinde ikamet eden, 2021 yılının haziran, temmuz aylarında ulaşılan kadın bireyler ile sınırlandırılmıştır.
- 3) Çalışma sonuçları Evlilik Doyumu Ölçeği, Çocukluk Çağı Travmaları , Duygusal Yeme Ölçeklerinin ölçtüğü faktörler ile sınırlıdır.

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Evlilik Doyumu

2.1.1. Evlilik kavramının tarihçesi ve tanımı

Jabobson ve arkadaşlarına göre evlilik genel olarak iki kişi arasında bulunan ilişkinin yasalarla belirlenmesidir (Jabobson ve ark 1995; Aktaran: Şen, 2015). Dünya üzerinde bulunan her türün eş seçimi ve üreme ile alakalı kendilerine özgü strateji ve yöntemleri vardır. İnsanlar gibi bazı türler kendilerine bir eş seçerek üreyip çoğalabiliyorlar. Dolayısıyla insan gibi eşeyli üreme meydana getiren canlıların bir eşe ihtiyacı vardır (Evans ve Zarate, 2004). Fisher'in çalışmaları incelendiğinde üreme ile ilgili asıl amacın kendi genlerini meydana gelecek olan çocuğa aktarmak olduğunu ifade etmektedir. (Fisher, 2003).

Fisher'e göre söz konusu olan yalnızca kişinin genleri değil karşı tarafın genleride oldukça önemlidir. Doğacak olan çocuğun yaşam kalitesi ve hayatta kalma olasılığı seçilen partnerin genlerinin kaliteli olmasıyla doğrudan ilintili görülmektedir. (Evans ve Zarate, 2004). Kaliteli gen seçiminde karşı tarafın en belirleyici özellikleri arasında fiziksel görünüm gelirken, üretkenlik ve potansiyel bakım verme özelliği de oldukça önemlidir (Evans ve Zarate, 2004). Tüm bu ayırıcı özelliklerin yanı sıra eski çağlarda eş seçme, maddi güvence toplumsal olarak statü atlama üzerine kuruluydu (Schmid, 2017). Modern çağ ile birlikte eş seçimi kriterlerine ilişkide özerkliği koruyabilmek ve özgürleşmek, cinsiyetler arası eşitlikçi cinsellik yaklaşımı gibi faktörlerde eklenmiştir (Tutarel-Kışlak, 1999; Aktaran: Şen, 2015).

Evlilik 2000 yıllarından beri öz niteliklerini kaybetmeden günümüze kadar gelmiş ve hala geçerliliğini sürdüren bir gelenektir. (Yıldırım, 1993; Aktaran: Şen, 2015). Bunun sebeplerine bakıldığında evlilik başta olmak üzere eşleşmeyle ilintili tüm geleneksel davranışlar gelecek kuşaklara ulaşmak için araç olarak kullanılmıştır. (Fisher, 2003).

2.1.2. Evlilik doyumunun tanımı ve kapsamı

Araştırmalar evlilik doyumunun günümüzde gitgide düştüğünü ve özellikle Türkiye'de evlilik hızınının 2016 yılından itibaren hızla alçalışa geçtiğini

göstermektedir. 2018 yılında 554 bin 389 yeni çift evlenirken, 2019 yılı ile birlikte bu sayı 541 bin 424'e düşmüştür. Boşanma oranlarında da bir değişim bulunmaktadır. 2016 yılından beri boşanma istatistiklerinde bir artış gözlemlenmektedir. 2018 yılında 143 bin 573 iken 2019 yılında 155 bin 47 boşanma gerçekleşmiştir (TUİK, 2019). Bu veriler Türkiye'de evlenme sayısının azaldığını ve boşanma oranlarının arttığını göstermektedir

Sokolski ve Hendrick'in (1999) evlilik doyumu tanımı; çalışma, eşlerin kararlarda eşit söz hakkına sahip oldukları, eşlerin birbirlerine gösterdiği sevgi tarzı, problemleri eşit paylaşma, cinsel doyum düzeyleri, iletişim biçimin kalitesi, eşlerin birbirlerine kendilerini doğru ifade etmesi ve tutum etkenlerinden eşlerin elde ettiği psikolojik bir tatmindir (Şen, 2015). Erikson'a (1963) göre bir birey öncelikle bir kimlik duygusu geliştirmeden sağlıklı bir ilişki kurması mümkün değil. Bu nedenle de insanların her şeyden önce kendilerini tanımaları ve sağlıklı bir ilişki kurmadan önce "ben kimim" sorusuna cevap aramaları gerekmektedir (Morris,2013). Araştırmalar, kişilerin Erikson'un kimlik duygusu kavramını geliştirmeden kurulmaya çalışılan ilişkilerin farklı şekillerde sonuçlanabileceğini göstermektedir.

Evlilik kurumu bireylerin kişisel ve beraber yaşamlarını ayrıca içinde buldukları toplumu pek çok yönü ile etkilemekte ve tüm bunlardan etkilenmektedir. Evliliğin kendine özgü dinamiği güçlükleri bünyesinde barındırırken birlikten doğan kuvvetle doyum elde etmeyi de içermektedir. Dolayısıyla, evlilik kavramının hem evlenen bireyler üzerinde hem de sosyal çevreleri üzerinde oldukça fazla tesiri olduğu söylenebilir.

Zhang & Hayward'a göre pek çok kişi mutlu olmak ve yarar sağlamak amacıyla evlenmektedir (Zhang & Hayward, 2006, s. 639). Evlilik doyumuyla ilgili araştırmalara bakıldığında, evliliğin bireylerin bedensel ve psikolojik sağlık durumunu iyileştirdiğini ve hayattan duydukları doyumun artmasını sağladığını ortaya koymaktadır. Doyum seviyesi yüksek çiftlerle yapılan araştırmalar çiftlerin güçlü ve kaliteli bir ilişki içerisinde olduklarını göstermektedir. Ayrıca, doyumlu evliliklerde çiftlerin yakın arkadaş oldukları ve birbirlerine zaman ayırdıkları ortaya konmuştur. Yüksek doyuma sahip çiftlerin öznel olarak bedensel ve psikolojik yönlerden sağlıklı oldukları, genel stres seviyelerinin düşük olduğu, olumsuz yaşam koşullarına karşı dayanıklılıklarının fazla olduğu belirtilmektedir (Bradbury, Fincham, & Beach, 2000). Yüksek doyuma sahip çiftlerin olası tartışmalara karşı ılımlı oldukları ve iletişim

kurarken sağlıklı iletişim becerilerine sahip olduklarını, dostluk ve sevgi ifadeleri kullandıkları tespit edilmiştir (Russell Chapin, Chapin, & Sattler, 2001).

Çağ ve Yıldırım'a göre ise cinsellik ve eğitim düzeyi evlilik doyumunu yordamaktadır (Çağ ve Yıldırım, 2013). Kocadere (1995) ise evlilik doyumunu baskınlık, gelir, iş, sözel ve fiziksel şiddet, sorun çözme, benzerlik, boşanma düşünceleri, çocuk, ev işleri, evlilik dışı ilişki, boş zaman, iletişim, cinsellik, duygu, sorunlar ve sorun çözme gibi faktörlerin etkilediğini belirtmiştir (Şen, 2015).

2.1.3. Evlilik doyumuyla alakalı faktörler

2.1.3.1. Toplumsal faktörler

Archuleta ve arkadaşları'nın (2011) yaptıkları araştırmalar incelendiğinde mali açıdan kendilerini memnun hisseden bireyler, evliliklerinde daha istikrarlı tavırlar sergilemektedirler (Archuleta ve ark. 2011). Bireyler toplumsal faktörler sebebiyle maddi zorluklar yaşayıp fizyolojik ihtiyaçlarını karşılayamayacak durumdalarken hâlihazırda evlilik problemlerini çözememeleri ve yeni problemler ortaya çıkması oldukça doğaldır. Johnson ve Booth (1990) kırsal kesimde yaşayan evli bireyler bir takım görüşmeler yapmıştır ve sonucunda ekonomik sıkıntıların boşanma düşünceleri ile ilişkili olduğunu bulmuştur (Johnson ve Booth, 1990'dan aktaran: Ekşi, 2021).

Aynı zamanda ekonomik yükler, erkeklerin eşlerine karşı düşmanca davranmalarına - ki bu düşmanca davranışların kadınlarda düşük evlilik memnuniyetine sebep olduğu bilinmektedir - ve sıcaklık/destekte azalmalarına sebep olmaktadır (Conger ve ark. 1990'dan aktaran: Ekşi, 2021).

2.1.3.2. Kişisel faktörler

Kişisel faktörlerin evlilik doyumunu üzerine etkileriyle alakalı araştırma yapıldığında, bir kişinin mizacının, benzerliğin, kişiliğinin, çatışma yönetiminin, ebeveyn olup olmasının kişinin evlilik doyumunda önemli bir etken olduğu görülmüştür. Benzerliğin evlilik memnuniyetiyle alakalı yaptığı çalışmada Gaunt (2006) benzer özelliklere sahip bireylerin birbirlerine karşı daha yüksek bir çekim duydukları dolayısıyla daha fazla evlilik memnuniyeti gösterdiğini bulmuştur. Yapılan bir araştırmada, 20-85 yaş aralığında olan 166 evli çiftin kişilik ve mizaçlarına göre evlilik memnuniyetleri ölçülmüştür. Kişilik ve mizaç ilişkilerine göre daha keyifli

olan ve baskın mizaçları olan katılımcıların, keyifli olmayan ve boyun eğici mizaçlı kişilere göre evliliklerinden daha memnunnlardır Bazı insanlar daha sakin bir yapıya sahipken, bazı insanlar daha heyecanlı veya öfkeli bir kişiliğe sahip olabilir. (Blum ve Mehrabian, 2001'dan aktaran: Ekşi, H 2021).

Mizacını ilişkiyi geliştirecek olumlu etkileri vardır. Mizacını bu yönde kullanan bireylerin evliliklerinin daha kaliteli olduğu görülmektedir. Fakat mizacın evlilik doyumu üzerindeki olumsuz etkileri daha yıpratıcı olabilmektedir. Yapıcı, kendini geliştiren mizaç kullanan erkeklerin artan ilişki memnuniyeti ve boşanmama ile bağlantılıyken, antisosyal yani agresif bir mizaca sahip olan erkeklerin boşanma ve geriye dönük olarak bakıldığında kalitesiz bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür (Saroglou ve ark. 2010'dan aktaran: Ekşi, 2021).

Twenge ve arkadaşlarının (2003) yaptığı bir çalışma anne-baba olmanın da evlilik doyumu ve memnuniyeti açısından çok önemli bir belirleyici olduğunu göstermektedir. Aileye yeni bir bireyin katılmasıyla beraber özellikle annenin sorumlulukları artmakta beklentiler ve öncelikler değişmektedir. Değişen roller ve oldukça azalan özgürlük alanlarıyla beraber çıkan çatışmalar kaçınılmaz olmaktadır. Tüm bu faktörlere bakıldığında çocuk sahibi olan bireylerin ve özellikle kadınların evlilik doyumlarının azaldığı görülmektedir. (Twenge ve ark. 2003).

Çatışma yönetim tarzlarına da bakıldığında durum mizaç kullanımına benzemektedir. İşbirlikçi bir çatışma yönetimi tarzı kullanan bireylerin, evlilik memnuniyetlerinin daha yüksek olduğu, rekabetçi çatışma yönetimi tarzı kullananların ise düşük evlilik memnuniyetleri olduğu bulunmuştur (Greeff ve Bruyne, 2000'den aktaran: Ekşi, 2021).

2.1.3.3. Ailesel faktörler

İnsanların çoğunun eski beyni çocukluk çağı yaşantılarını yeniden yaratmaya eğilimlidir. Bu durum bireylerin eş seçiminde bilinçli olarak dikkat ettiği veya bilinçdışı karar verme mekanizmalarını etkileyen davranış ve kararları etkileyen faktörler kendisine bakım veren ebeveynlerin baskın özelliklerine göre şekillenir. Çocukluk çağı yaşantılarını böylelikle yeniden yaşantılayan eski beyin, eşi ebeveyn ile karıştırır bunun sebebi ise kişinin ebeveynleştirilmiş eş tarafından çocukluk çağından kalan hasarları tamir edeceğine inanmasıdır (Hendrix, 2014).

Bu gibi durumlar zaman zaman sağlıksız evliliklerle sonuçlanabilir. Örneğin babası gibi istismarcı bir eş seçip, oldukça mutsuz bir evlilik yaşayan insanlar vardır. Ya da annesi gibi fazlaca bakım veren bir partner de seçebilmektedir. Kuşaklararasıdaki boşanma geçişini araştıran bir araştırma, kız çocuklarına bu etkinin geçtiğini fakat erkek çocuklara böyle bir etki geçmediğini göstermektedir (Feng ve ark. 1999). İnsanlar büyüyüp sosyal çevreleriyle iletişim kurmaya başladıklarında çocukken ailesinde gördüğü iletişim kalıplarını sürdürme eğilimi içinde olur. Bu durum, gelecek nesilleri, mutsuz bir evlilikte büyütmenin, boşanmaktan çok daha fazla etkilediğini göstermektedir (Booth ve Edwards, 1990). Çocuklukta olumsuz bir aile deneyimi yaşayan bir çocuğun, büyüdüğünde de olumsuz bir aile deneyimi yaşayacağını gösterebilmektedir.

Bir araştırmaya göre ebeveyni mutsuz bir evliliğin içinde olan evli çocukların sosyal ilişkilerinin bu durumdan fazlaca etkilendiği saptanmıştır. Fishman ve Meyers'in (2000). Fishman ve Meyers'in yaptığı bir başka araştırmada ise evlilik memnuniyeti ve çocukların uyumluluğuna bakılmıştır. Araştırma bulguları, anne ve babaların evlilik memnuniyeti ile çocukların gösterdikleri belirtiler arasında bağlantı bulunmuştur. Evlilik hayatında mutsuzluk yaşayan kadınlar, çocuklarına daha az ilgi vermekte ve bu da çocukların psikolojik sorunlar yaşamasına sebep olabilmektedir (Fishman ve Meyers, 2000).

2.1.4. Evlilik doyumunun etkileri

Yapılan araştırmalara bakıldığında evliliğin birçok olumlu etkisi olduğunu söylemek mümkün. Bu araştırmalardan biri bir hastanede gerçekteştirilmiştir. Araştırmada Akut Miyokard İnfarktüsü geçiren 1401 hastanın ölüm oranları incelenmiştir, evli olan erkeklerin ve kadınların ölüm oranına bakıldığında evli olmayan erkek ve kadınların ölüm oranlarından oldukça az olduğu saptanmıştır (Szklo ve ark. 1983).

Çalışmalara bakıldığında araştırmacıların evliliğin daha çok psikolojik ve fizyolojik etkilerine odaklandıklarını görmekteyiz, son yıllar ile birlikte hem doğu ve batı kültüründe, yalnızca evli olmak ve olmamak şeklinde değil evlilik kalitesinde psikolojik ve fizyolojik etkilerine odaklanılmaktadır (Yüksel, 2013; Aktaran: şen, 2015). Bunun sebebi evliliğin olumlu etkilerinin doyum verici bir ilişki yaşandığında daha da artacağının düşünülmesidir. Bookwala' nın (2005) yaptığı bir araştırmada

olumsuz eş davranışlarının bedensel sağlığı oldukça etkilediği ortaya konmuştur (Bookwala, 2005). Mutlu evlilik ile mutlu ve doyum alınan bir yaşam arasında bir bağ aranmıştır ve sonuç olarak, cinsiyetten bağımsız olarak bireylerin evlilik doyumu değerleri ile bireysel yaşam doyum değerleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır (Carr ve ark. 2014).

2.1.5. Evlilik doyumuyla alakalı kuramsal yaklaşımlar

2.1.5.1. Psikiyatrik kuram

Hortaçsu'ya göre Freudun kuramındaki gelişim dönemlerinin üçüncüsüne tekabül eden ve fallik dönem olarak adlandırılan 3-5 yaş aralığındaki çocukları kapsayan gelişim dönemlerinde çocuklar zıt cinsiyetteki ebeveynlerine karşı cinsel duygular taşımaktadırlar. Bastırılan ve ardından ergenlikte tekrar gün yüzüne çıkan bu duygular partner seçiminde karşı cinsteki ebeveynin fiziksel ve psikolojik olarak benzerine yönelme ile sürer (Hortaçsu, 1997).

2.1.5.2. Davranışçı kuram

Bu kuramın temelinde eşlerin karşılıklı olarak birbirlerini etkilemenin temelini öğrenmeleri vardır. Bireyin eşini etkileme ve değer verme davranışı ilişkinin partnerler açısından tatminkâr olup olmaması izlemektedir. Eşlerin birbirlerinden önceki tecrübeleri ve sonraki deneyimlerinde evliliklerinin niteliği ile ilgili verilen kararı etkileyecektir (Gottman, 1993: 57- 75).

2.1.5.3. Öğrenme kuramı

Öğrenme kuramı evlilik doyumunu kişinin yakın ilişkilerdeki bağlılık ve bağımlılığı kuramının ilkeleri ile açıklamaktadır. Öğrenme kuramına göre kişilerin evlilik içerisindeki davranışları geçmiş yaşantısındaki deneyimleri ile ilgilidir (Binici - Azizoğlu, 2000). Ebeveynleri tarafından ihtiyaçları doyurulan çocuk ebeveynleri ile olumlu bağ kurmakta ve ebeveynleri ile olan ilişkisine dair olumlu hisler geliştirmekte ve bu hisler evlilik ilişkisine de yansımaktadır (Şimşek, 2014). Yarar sağlamaya yönelik bir tutumun söz konusu olduğu öğrenme kuramı yetişkin yıllarındaki yakın ilişkilerde de geçerliliğini korur. Kişiler kendilerine yönelik davranışları algılar ve yorumlarken geçmiş öğrenmeler oldukça etkili olmaktadır.

2.1.5.4. Sosyal mücadele kuramı

Aynı zamanda Karşılıklı Bağımlılık veya Sosyal Yatırım Kuramı olarak bilinen, Thibaut ve Kelley'in kuramı olan Sosyal Mücadele Kuramına göre ilişkide bireyin elde ettiği sonuç temel aldığı kıyaslama eşiğinin yukarısında ise, kişi o ilişkiden doyum alır, aşağısında ise ilişkiden elde ettiği doyum da düşer.

Sosyal Mücadele kavramı sosyal psikologlar olan Thibaut ve Kelley tarafından ilgi odağı haline gelmiştir (Şimşek, 2014). İlgi odağı haline gelen bu kavrama göre insan davranışlarını ödül ve bedel ilişkisine dayandırmaktadır. Ödül, ilişki hazzını ve doyumunu gerçekleştiren bir faktör iken bedel ise bireyin performansını düşüren, bireyi duraksatan bir durum olarak nitelendirilmektedir. (Aydın, 2017).

2.1.5.5. Bağlanma kuramı

Biyolojik kökenli olan Bowlby'nin Bağlanma Kuramına göre çocuk zihninde kendisi ve başka insanlar hakkında bir takım temsiller oluşturur. Ebeveynin çocuğuyla olan ilişkilerinin belirlediği bu temsiller ileriki yıllarda kurulacak olan ilişkilere bir model işlevi görür.

Gelişim evrelerinde güvensiz bağlanma sorunu yaşamayan kişilerin eşlerini aldatma oranlarının daha az ve evlilik doyum oranlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Ancak güvensiz veya kaçınma bağlanma stiline sahip bireylerin daha fazla aldatma eğilimine sahip oldukları saptanmıştır (Helms ve Bierhoff, 2011; Akt. Öziş, 2016).

Bu kurama göre eşlerin psikoseksüel gelişim evreleri ile evlilik doyumları arasında önemli bir ilişki vardır. Bireyin psikoseksüel gelişim evrelerinden birinde yaşamış olduğu eksiklik ve yetersizlik duygusunun doyurulmaması ile beraber bir sonraki gelişim evresinde doldurulması imkânsız bir hale gelmekte ve ileriki evrelerde sosyal yaşamda ve özellikle evlilik hayatında kendini göstermektedir (Zeytinoğlu, 2013).

2.1.5.6. Yükleme kuramı

Fincham, Bradbury ve Baucom tarafından geliştirilen ve temelleri Weiner tarafından atılmış olan Yükleme kuramına göre evlilik doyumunu vakalara nelerin sebep olduğu şeklinde açıklanan nedensel yüklemeler ve bireylerin herhangi bir olay için hesap verebilirliğine ilişkin bir kavram olan sorumluluk yüklemeler ile açıklanmaktadır. Nedensellik kavramı olaya neyin sebep olduğu ile ilgilenirken,

sorumluluk yüklemeleri olaydan kimin sorumlu olduğu ve niyet boyutuyla ilgilidir. (Akça-Koca, 2013)

Yükleme kuramına göre evliliklerinde doyumсуuz olan eşlerin partnerlerinin davranışlarını olumsuz yorma eğilimlerinde oldukları görülmüştür. Evliliklerinden doyum alan eşlerin ise olayların etkisini azaltıcı veya hafifletici yorumlama eğilimler gösterdikleri ve eşin olumsuz davranışlarını yorumlarken daha az suçlama yaptıkları görülmüştür.

2.1.5.7. Sevginin evrimi kuralı

Wilson'a göre, ikili ilişkilerdeki davranışlar üç temel içgüdüye dayanmaktadır. Birincisi, eşe bağımlı davranışın, korunma ihtiyacından kaynaklandığıdır. Kuramın dayandığı ikinci temel içgüdü ise, eşlerin birbirlerini yetişkin gördükleri kadar çocuk olarak da gördükleri, dolayısıyla korunma kadar, birbirlerini koruma ihtiyacı da duyduklarıdır. Son içgüdü ise cinsel ihtiyaçlardır.

Hortaçsu'a (1997) göre Sevginin Evrim kuramı bireyin evliliğinden doyum sağlaması Wilson'un tanımladığı 3 temel içgüdüyle sağlanır. Bu içgüdülerden ilki korunma, ikincisi koruma ve üçüncüsü ise cinselliktir. Korunma ihtiyacı bireyler için yaşamlarının ilk anından itibaren ihtiyaç duydukları çok temel bir gereksinimdir. Bireyler bu korunma ihtiyaçlarından yola çıkarak kendilerine bir eş arama eğiliminde olurlar. Bu ihtiyacın karşılanmasıyla beraber evlilik içinde eşler birbirlerini koruma gereksinimi de duyarlar. Üçüncü olarak, çoğalma ve neslin devamı dürtüsünden gelmekte ve her iki cins için ayrı ayrı anlam taşımakta olan cinsellik ise ayrı bir öneme sahip olan bir konudur.

2.1.5.8. Kişiler arası iletişime dair sosyal kuram

Kişiler Arası İletişime Dair Sosyal Bilişsel Kuram Miller ve Steinberg tarafından oluşturulmuştur. Eşlerinin tüm farklı kişilik özelliklerine rağmen onaylamayan, partnerlerini geleneksel görevlere ve toplumsal kurallara göre kabul eden eşlerin evlilik doyumları daha düşüktür. Bunun sebebi ise çiftlerin birbirlerinin bireysel özelliklerine ve farklılıklarına anlayış göstermemesidir (Gökmen, 2001).

2.1.5.9. Üçgen sevgi kuramı

Robert Sternberg 'in Üçgen Sevgi Kuramına göre sevginin 3 ögesi bulunmaktadır. Bu ögeler; yakın arkadaşlık ve bağlanma anlamına gelen yakınlık, tutku ve bağlanmadır. Araştırmalara bakıldığında romantik ilişkinin bir süreç olarak incelendiği ve beş önemli ögesinin daha olduğu görülmektedir. Bu ögeler; davranışsal ögeleri içeren "davranışsal yakınlık" , akıl, çekicilik ve sempatiklik kavramlarını içeren "kendilik algısı", karşısındaki bireyi düşünmeyi, bakış açısı geliştirmeyi içeren "bilişsel ve duygusal yakınlık", doğru sözlü olmayı, başkalarının duygu ve düşüncelerine saygı duymayı ifade eden "kendilik bilgisi", ve sözel ifade biçiminde yakınlığı içeren "romantik sözleşimdir" (Eryılmaz & Atak, 2009).

Türkiye'de yapılan araştırmalara göre romantik yakınlığı başlatmada erkekler kadınlara nazaran daha yüksek oranlara sahiptir (Eryılmaz, 2004). Davranışsal yakınlığa bakıldığında ise kadın ve erkekler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır (Eryılmaz & Atak, 2009).

2.1.6. Evlilik doyumu etkileyen diğer değişkenler

Literatür çalışmalarında evlilik doyumuyla alakalı faktörler incelendiğinde cinsiyet faktörünün yanı sıra evlilik süresi, kimi çalışmalarda evlilik doyumunu arttırdığı, kimi çalışmalarda ise azalttığı öne sürülen çocuk sahibi olma durumu (Çelik, 2006) , eş seçimi, evlenme şekli, cinsellik, eğitim durumu, yaşanan problemlerin çözümlenmiş şekli, kararlarda kimin daha çok söz sahibi olduğu anlamına gelen baskınlık kavramı gibi değişkenlerin anlamlı farklılıklara yol açtığı görülmektedir. Yaşanan problemlerin çözümlenmiş şekli oldukça önemlidir. Çünkü evliliklerde çatışmalar olması çok normaldir. Doğru iletişim stratejileri kullanarak çatışmaları olumlu neticelendirmek önemlidir (Hünler ve Gençöz, 2003).

Evlilik doyumunu etkilediği düşünülen bir başka faktör ise aile büyüklerinin iletişimidir. Aile büyüklerinin ve özellikle kayınvalide ve kayınpederin çiftlerin ilişkilerini ve aralarındaki iletişimi olumsuz anlamda etkilediği bilinmektedir (Sorokowski, Marta, & Sorokowska, 2017). Boşanma fikrine sahip olmuş olmak evlilikten alınan doyumu azatmaktadır. Evlilikten alınan doyumu azaltan boşanma düşüncesi de kişinin mesleği, gelir durumu ve aldığı eğitim gibi başka faktörlerden etkilenebilmektedir.

Evlilik doyumu ile yaş değişkeni arasında literatürde çok az çalışma yapıldığı görülmektedir(Schmitt, Kliegel, & Shapiro, 2007). Ancak yapılan araştırmalar incelendiğinde evlilik doyumu algısı ve bireyin kaç yaşında olduğu değişkeni arasında negatif bir ilişki olduğunu görülmektedir. (Lee & Shehan, 1989). Evlilik doyumu ve eğitim düzeyi arasındaki ilişki çalışıldığında kadın olma durumunun bu noktada bir fark yarattığı görülmektedir. Yapılan bir araştırma bulguları belli bir seviyede eğitimi olan kadın bireylerin evliliklerine dair memnuniyet algıları yüksek, buna karşın boşanma yüzdelerinin de düşük olduğu belirlenmiştir (Heaton, 2002) Lee ve Shehan'ın yaptığı araştırma yaş değişkeni ve evlilik doyumuyla arasında negatif bir ilişki olduğunu göstermektedir.

Kişiler maddi olanakları yetersiz olduğunda ve temel gereksinimlerini karşılamada zorlandıkları durumlarda aile içerisindeki dengeyi ve uyumu sağlamakta zorlanırlar. Partnerler bu gibi durumlarda birbirlerine yeterli düzeyde ilgi ve sevgi gösteremediklerinde evlilik doyumunu olumsuz yönde etkilediği görülmektedir (Lichter & Tand, 2009).

Evlilik kişinin hayatının çok büyük bir bölümünü oluşturmaktadır. Hayatının bu kadar büyük bir bölümünü bir başkasıyla paylaşan kişi o kişinin aldığı doyumdan doğal olarak etkilenmektedir. Çiftlerin çocuklarının hayatını, ailelerini ve içinde buldukları topluma direkt olarak tesiri olan partner seçme kararı, kişinin memnuniyet algısını, ötekiyle iletişimlerini, hayat doyumlarını etkilemektedir (Şenel, 2010). Bu sebeple eşlerin birbirlerini iyi tanımaları, evlilik içerisinde birbirlerine doyum yaşatıp yaşatamayacaklarını tahlil etmeleri ve birbirlerinin karakterlerini özümsemek için evlilik öncesi vakit geçirmeleri gerekmektedir (Özabacı, 2010).

Cinsellik kavramı ve evlilik doyumuyla alakalı yapılan araştırmalar incelendiğinde evlilik doyumunun partnerlerin cinsel yaşamını etkilediği görülmektedir. İçinde bulunduğu evlilikten doyum almayan ve kendini mutsuz hisseden kadın bireylerin cinsel açıdan sorunlar yaşadıkları saptanmıştır (Levinger ve Huston, 1990). Uyumsuz çiftlerin birbirlerine daha çok yükleme yaptıklarını ortaya koyan bir araştırmada, çiftlerin arasında uyum oranı arttıkça partnerlerden birinin olumsuz tavrına karşılık pozitif bir yaklaşımla gerilim azaltılmaktadır (Tutarel-Kışlak Ş. , 1997).

Evlilikte eşlerden birinin yaşadığı psikolojik problemlerinde evlilik doyumunu düşürdüğü düşünülmektedir. Çiftler arasında yaşanan psikolojik kökenli sıkıntıların

evlilik doyumuna olumsuz etkileri olduğu bilinmektedir. Çiftlerden birinin kaygı bozukluğu, depresyon ya da anksiyete gibi psikolojik problemler yaşamaması durumu evlilik doyumunu düşürdüğü düşünülmektedir.

Çiftler arasındaki uyumun artmasıyla evlilik doyumları arasındaki ilişkiye benzer bir ilişkide çiftlerin evlilik süreleriyle evlilik doyumlarının ölçüldüğü bir araştırmada ortaya çıkmıştır. Bu çalışmaya göre evliliğin ilk dönemlerinde çiftler daha az evlilik doyumunu hissederek, ilerleyen yıllarda daha çok evlilik doyumunu hissetmektedirler (Andersona, Russel, & Schumm, 1983).

2.1.7. Evlilik doyumuyla alakalı yapılan çalışmalar

Evlilik doyumunu ile ilgili literatürde birçok araştırmaya rastlanmıştır. Bu araştırmalar çeşitli etmenlerin evlilik doyumuyla ilişkisini, evlilik doyumunun etkilediği ve etkilendiği etmenleri saptamıştır. Evlilik doyumuyla beraber ele alınan faktörler; cinsiyet, kontrolcü davranışlar, evlilik süresinin uzunluğu, çiftler arasındaki iletişim, yaş, evlenme yaşı, mesleki doyum vs. ile evlilik doyumları arasındaki ilişkilere bakılmış, bu değişkenlerin evlilik doyumunu üzerindeki etkileri incelenmiştir. Araştırmalara göre evlilik doyumunu etkileyen değişkenlerin araştırıldığı çalışmaların bazılarında yer verilecek olursak;

1988 yılında yapılmış olan ve cinsiyet, yaş gibi demografik değişkenlerin bireysel problemleri evlilik kurumlarıyla alakalı hallerin , evlilik hayatıyla alakalı problemlerin evlilikten alınan doyum ile arasındaki bağlantıyı çalışan bir araştırmada evliliğe dair birtakım özelliklerin ve demografik değişkenlerin evlilikten alınan doyuma dair algıyla alakası olmadığı görülmüştür (Acar, 1998).

Tezer' (1992) in evlilik doyumunu ve iş doyumunu arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında evlilik doyumunu ve iş doyumunu arasındaki ilişkinin yüksek olduğunu göstermiştir (Tezer,1992) . Bu araştırmanın sonucuna göre evli bireylerin evlilik doyumlarının iş doyumunu etkilediği saptanmıştır.

Kadınların evlilik doyumlarının erkeklerin evlilik doyumlarına göre oldukça düşük olduğuna dair genel bir kanıtı incelemek isteyen Jackson, Miller, Oka ve Henry (2014), yapmış olduğu araştırmada evlilik terapisine katılan kadınların evlilik doyum seviyelerinin erkeklerin evlilik doyum düzeyinden anlamlı düzeyde daha düşük olduğunu saptamışlardır. Fakat klinik olmayan normal örneklemelerde ise evlilik doyumlarıyla alakalı cinsiyetler arası anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Harriman'ın çalıştığı , evlilik kurumu bünyesinde meydana gelen bir takım dönüşümler ve evlilikten alınan doyum ilişkisine bakıldığında, aralarında anlamlı bir ilişkinin bulunduğu saptanmıştır. Bu çalışmanın sonuçlarına göre evlilik doyumunun düşük olmasından erkeklere oranla daha çok kadınların etkilendiği ve hayatlarındaki olumsuz olayların evlilik doyumunu yüksek bireylerin yaşadığı olumsuz olaylara göre daha çok meydana geldiği görülmüştür. (Güven, 2005).

Fışıloğlu (1992) tarafından State Universtiy of New York at Buffalo'da öğrenim gören ve evli lisansüstü öğrencisi olan bireylerin cinsiyet rolleri, cinsiyet farkı, stres gibi faktörlerle beraber evlilik uyumlarının incelendiği araştırmada eşin eğitim düzeyi ile evlilik uyumu arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Partnerleri bilim uzmanlığı ve doktora derecesine sahip olanların evlilik uyumu, eşleri lise ve lisans derecesine sahip olanların evlilik uyumundan daha yüksek bulunmuştur. Kırsal kesimlerde yaşayan evli kadınların kentsel kesimde yaşayan evli kadınlara göre evlilik doyumunun ne derece farklı olduğunu inceleyen bir araştırmanın sonuçlarına göre kırsal kesimde yaşayan kadınlar kentlerde yaşayan kadınlara göre evliliklerinden çok daha fazla doyum alıyor. (Kaya, 2017).

Literatürdeki evlilik doyumuyla alakalı çalışmalara ve bulgularına bakıldığında evlilik doyumunun birçok değişkeni etkilediği ve birçok değişkenden etkilediği görülmektedir. Evlilik kurumunun henüz araştırılmamış çok daha fazla sayıda değişkenden etkilenebileceği ve çok daha fazla değişkeni dolaylı veya doğrudan etkileyebileceği gerçeği göz önüne alındığında, bu araştırmaların daha da çeşitlendirilebileceği düşünülmektedir.

2.2. Duygusal Yeme

2.2.1. Duygusal yeme davranışının tanımı

Duygusal yeme ya da başka bir deyişle emosyonel yeme en kapsamlı olarak, bireyin olumsuz duygulara cevaben gelişmekte olan aşırı yeme yatkınlığına işaret eden bir yeme bozukluğu olarak tanımlanabilir. Duygusal yeme sadece bulimiya ile ilgili değildir. Bu konudaki araştırmalar genişletildikçe tıkmırcasına yeme bozukluğunda duygusal yeme ile ilişki içerisinde olduğu anlaşılmıştır. Aşırı yeme eğiliminin yalnızca obez bireylerde değil aynı zamanda diyet yapan ve normal kiloda olan bireylerde de görülebileceği tespit edilmiştir (Sevinçer ve Konuk, 2013).

Araştırmalara göre duygusal yeme davranışı yeme bozukluğunun olmadığı durumlarda da karşımıza çıkabilir. Yemek yeme isteğinin meydana gelişinde, kişinin duygu durumunun büyük bir tesiri olduğu düşünülmektedir. Kişilerin değişken ve inişli-çıkışlı olan duygusal hallerinin besin alımı sıklığı ve çokluğu konusundaki katkısı, duygu durum değişkeninin fizyolojik açlık olmaksızın yemek yeme probleminin sebebi olabileceği sonucunu kuvvetlendirmektedir (Sevinçer ve Konuk, 2013). Duygusal yemenin temelinde olumsuz olaylarla başa çıkabilme mekanizmasının yattığı söylenebilir. Bu durumda birçok insan içinde bulunduğu durumla başa çıkamadığında ve kendini mutsuz hissettiğinde yemek yemeye ihtiyaç duyar (Heebink, 1995).

2.2.2. Duygusal yeme bozuklukları

Çalışmalar ele alındığında, duygusal yeme durumu ile yeme bozukluklarının birbirlerini etkileyebileceklerini, ortak noktaları bulunduğunu ve aralarında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir.(Pinaquy,2003).

Duygusal yeme davranışlarına eşlik eden tıknırcasına yeme bozukluğu tablosu görmek olanaksız değildir. Tıknırcasına yeme bozukluğu ile duygusal yeme davranışlarının ortak noktalarıda bulunmaktadır. Bunlar; Duyguların yemek yemek üzerine tam bir kontrol sahibi olması ve neyi ne kadar tüketeceğini belirlemesidir (Birgegard, 2013).

2.2.2.1. Tıknırcasına yeme bozukluğu

Daha önce tanımlanması yapılmamış Albert Stunkard tarafından 1959 da dile getirilmiş 32 yıl aradan sonra Spitzer arkadaşları ile beraber tıknırcasına yeme bozukluğunun klinik tanımını yapmışlardır. Bu tanıma göre kişilerin normal bir günde yiyebileceği yemeklerden çok daha fazlasını çok daha kısa bir sürede tükettiği ve aniden gelen yemek yeme dürtüsünü dizginleyemediği, ardından kısa sürede normalin üstünde ve besin alımı gerçekleştirdiği, (Stunkard, 2015) DSM-5 de bir yeme bozukluğu şeklinde tanımlanacağı güne kadar tıknırcasına yemek yeme durumu bulimiyanın bir belirtisi olarak değerlendirilmiştir (Özdemir, 2015). Ancak bulimiya nevroza ve tıknırcasına yeme bozukluğunun önemli bir farkı bulunmaktadır. Birey tıknırcasına yeme nöbetlerinden sonra bulimiya nevrozadan farklı olarak telafi davranışları sergilemiyor (Armağan Özdemir, 2015).

Tıkınırcasına yeme davranışının iki önemli özelliği; tüketilen besin miktarı ve yemek yeme eylemi üzerindeki otokontrolün yitirilmesidir. Tıkınırcasına yeme bozukluğuna sahip kişi otokontrol sağlayamaz ve bir oturuşta bir bireyin yiyebileceğinden çok daha fazlasını tüketir. Bu ataklarda, fizyolojik bir gereklilik duymadan bol miktarda ve zamanla yarışırmasına yer. Bu durum sonrasında kişilerde suçluluk duygusuna, depresyona ve beraberinde yemekleri tek başına yemeye neden olmaktadır (Morrison, 2017).

“DSM-5’e göre tıkanırcasına yeme bozukluğu şu şekilde tanımlanmıştır;

A. Yineleyici tıkanırcasına yeme dönemleri.

1. Benzer koşullarda, benzer sürede, çoğu kişinin yiyebileceğinden açıkça daha fazla yiyeceği ayrı bir zaman biriminde yeme.
2. Bu dönem sırasında yemek yemeye ilgili denetiminin kalktığı duyumunun olması.

B. Tıkınırcasına yeme ataklarına aşağıdakilerden üçü ya da bir çoğu eşlik eder.

1. Olağandan çok daha hızlı yeme.
2. Rahatsızlık verecek düzeyde tokluk hissedene kadar yeme.
3. Bedensel açlık duymuyorken aşırı ölçülerde yeme.
4. Ne denli yediğinden utandığı için kendi başına yeme.
5. Daha sonra kendinden tiksime, çökkünlük yaşama ya da büyük bir suçluluk duyma.

C. Tıkınırcasına yeme ile ilgili belirgin bir sıkıntı duyulur.

D. Bu tıkanırcasına yeme davranışı ortalama üç ay içinde en az haftada bir kez olmuştur.

E. Tıkınırcasına yemeye bulimiya nervozada olduğu gibi yineleyen uygunsuz ödünleyici davranışlar eşlik etmez ve tıkanırcasına yeme yalnızca bulimiya nervozada da anoreksiya nervozanın gidişi sırasında ortaya çıkmamaktadır.” (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013)

2.2.2.2. Blimiya nervoza

Yaygın şekilde geç ergenlikte ve erken yetişkinlikte meydana çıkan bulimiya nervozada en önemli semptom kıstas bireyin fazlaca ve bir anda meydana gelen yemek tüketme ataklarının olmasıdır. Nüfusun %1 ila 3' ünde bulunan Bulimiya hastalığı incelendiğinde kişilerde bu atakların çoğunlukla yalnız oldukları zamanlarda gerçekleştiği görülmektedir. Bulimiya nervoza oldukça kısa bir zaman diliminde normal bir öğünde tüketilen kalori miktarının çok daha fazlasının alınmasıdır. Böylesine fazla yüksek kalorili bir yeme davranışından sonra kişide oluşan ilk duygu yaygın olarak suçluluk duygusudur. Suçluluk duygusuna depresyonda eşlik edebilmektedir.

Bulimiya hastaları bireyler hızlı ve çok miktarda besin alımı gerçekleştirmelerinin ardından kendini kusturma, laksatif kullanımı, aşırı egzersiz yapma gibi uygun olmayan telafi etme davranışlarında bulunmaktadırlar (Glasofer, 2015). Ayrıca bulimiya nervoza hastası olmanın risk faktörleri incelendiğinde geç ergenlik ve erken yetişkinlik zamanında cinsel istismara uğramış önemli faktörler arasında olabileceği düşünülmektedir (Pope ve Hudson, 1992).

“DSM-5'te bulimiya nervoza için tanı kriterleri şu şekildedir;

A. Yineleyici tıknırcasına yeme dönemleri.

1. Benzer koşullarda, benzer sürede, çoğu kişinin yiyebileceğinden açıkça daha çok yiyeceği, ayrı bir zaman biriminde yeme.
2. Bu dönem sırasında yemek yemeyle ilgili denetimin kalktığı duyumunun olması.

B. Kilo almaktan sakınmak için, kendi kendini kusturma, laksatif ilaçlar, idrar söktürücü ilaçlar ya da diğer ilaçları yanlış yere kullanma, neredeyse hiç yememe ya da aşırı spor yapma gibi yineleyen, uygunsuz ödünleyici davranışlarda bulunma.

C. Bu tıknırcasına yeme davranışlarının ve uygunsuz ödünleyici davranışların her ikisi de ortalama üç ay içinde en az haftada bir kez olmuştur.

D. Kendilik değerlendirmesi, vücut biçiminden ve ağırlığından yersiz bir biçimde etkilenir.” (APB., 2013)

2.2.3. Duygusal yeme teorileri

2.2.3.1. Psikosomatik teori

Psikosomatik teoriye göre duygusal yemeye sahip olan bireyler olumsuz duygulanım ve fizyolojik açlık arasındaki ayrımı net yapamazlar (Hacıabdurrahmanoğlu,2019).

Carlson'un 1916'da yaptığı bir araştırmaya göre korku, anksiyete, stres uyarılmalar karşısında midedeki kasılmaların azalıyor ve bu genellikle iştahı kapatıyor (Heatherton, Herman ve, Polivy 1991). Fakat 1999'da yapılan çalışmalar kişilerin stres oluşturan yaşam olayları yaşandığında fazla miktarda besin alımı gerçekleştirdiği yönündedir. (Oliver ve Wardle, 1999).

Stresli yaşam olayları karşısında Bruch (1961, 1964) duygusal yeme atakları geçiren kişilerin öz farkındalıklarının normalin altında olduğunu ifade etmiştir (Ouwens ve Van Strein, 2003). Bunun sebebi yeme atağının isteğini ortaya çıkaran duygulanımın açlık mı olumsuz duygulanım mı olduğu ayrımını yapamamalarıdır. Bruch'a (1996) göre bu kişilerin bakım verenleri stresli yaşam olayları karşısında bireyin stres seviyesini düşürmek için besin alımını bir ödül olarak sunmuştur (Ainsworth ve Bell, 1969).

Çalışmalar incelendiğinde yeme bozukluğuna sahip olan hastaların yaşamlarının ilk dönemlerine ve çocukluk öykülerinde genel olarak şu ayrıntılar vardır; önüne yemesi için ne miktarda yemek konulursa konulur o yemeği bitirirler, annelerine genellikle yemek konusunda zorluk çıkarmazlar, bütün ihtiyaçları sonradan sorun çıkarmamaları amacıyla daha önceden sunulur ve talep etmelerine fırsat verilmez, dolayısıyla bu çocuklar hiçbir zaman açlık hissetmelerine fırsat verilmemiş çocuklar olarak büyürler (Bruch, 1996).

Beslenme ile ilgili bu uzun vadede sorun yaratacak yaşamın ilk dönemlerine dair deneyimler ile kişi besin alımıyla alakalı fiziksel gereksinimleri ve vücudunun sinyallerini ayırt edebilme yeteneği geliştiremez. İlk yaşam yıllarındaki yeme alışkanlıklarını taklit ederek stres yaratan durumlar karşısında fazla miktarda besin alımına yönelirler (Sevinçer ve Konuk, 2013).

Helen ve Harold Kaplan normalin üstünde kilosunu olan ve yeme bozukluğu olan kişiler stresli ve kaygılı hissettiklerinde olması gerekenden fazla yiyerek kaygı ve stresi azaltmaya çalıştıklarını, çünkü kişiler açlık hissedince olduğu gibi kaygı hissettiklerinde de yemek yemeleri gerektiğini öğrendiklerini ifade etmiştir (Özdemir, 2015). Kişinin sıkıntısının azalmasının ardından kısa bir süre sonra gelen pişmanlık ve

suçluluk duyguları kişiye problemlerinin ve huzursuzluklarının çözümüyle alakalı davranışlar konusunda yetersiz ve zayıf olabileceğini düşündürmektedir (Kaplan, 1957).

Bir başka deyişle kişiler yaşamlarının ilk dönemlerinde öğrendikleri yemek yeme davranışlarını ileri ki yaşamlarına da modellerler. Eğer kişi olumsuz çocukluk yaşantılarında, kendini kötü hissettiğinde hep besinlerle kendini iyi hissettirme yoluna gittiye yetişkinlikte bireyler olumsuz duygulanım karşısında normalin üstünde yeme eğilimi gösterirler.

2.2.3.2. Kısıtlama teorisi

Besin alınımının çok fazla kısıtlanmasıyla kişinin yeme davranışında aşırıya kaçması ve devamında kilo alması arasında ilişki kuran ve 1980 yılında Herman ve Polivy tarafından geliştirilmiş olan kısıtlama teorisi 1975 yılında Mack ve Herman tarafından ilk defa çalışılmıştır. Bu teoriye göre birey besin alımını oldukça fazla kısıtlar ve bu durumda o yiyeceğe ulaşamadığında o yiyeceğe karşı karşı konulamaz bir istek duyar. Bu durum genellikle bireyin kendini kontrol edememesi ve besine ulaştıktan sonra fazlaca tüketmesi sebebiyle kilo alması şeklinde sonuçlanmaktadır (Herman ve Mack, 1975)

Waller ve Osman'ın (1998) çalışmalarına bakıldığında kısıtlayıcı yeme davranışı ve duygusal yeme davranışı yüksek düzeyde bir ilişkiye sahip değildir. Devamında yapılan araştırmalara göre ise duygu durumunu olumsuz etkileyen olaylar karşısında normalin üstünde yeme davranışının, duygusal yeme ve besin alımını oldukça kısıtlayan beslenme davranışları sergileyen bireylerde meydana geldiği görülmektedir. Duygusal yeme davranışı göstermeyen ancak besin alımını çok kısıtlı gerçekleştiren bireylerin duygu durumunu olumsuz etkileyen durumlar karşısında normalin çok üstünde yeme eğilimi gösterdikleri görülmüştür (Van Strien, 1999; Williams ve ark. 2002).

Dolayısıyla kaçış teorisine göre bireyler besin alımını önce çok fazla kısıtlayarak ardından kendilerini bir besine karşı reddedemeyecek ve karşı koyamayacak bir duruma sokmaktadırlar. Kısıtlayıcı bir şekilde yeme davranışını sergileyen bireyler bu davranışlarının neticesinde kısıtlamaya son vererek aniden çok hızlı ve fazla miktarda besin alımı gerçekleştirerek kilo almaktadırlar.

2.2.3.3. Kaçış teorisi

Kişiler hayatlarında olumlu olmayan durumlar olduğunda benliklerini bir tehditle karşı karşıya kalmış gibi hissedebilirler. Bazı bireyler bu tehditlere karşı savunma mekanizması olarak yemek yeme davranışını benimser. Kısaca bu kişi olumsuz duygularına kendi benliğini yemek yiyerek koruma yoluna gitmektedir (Spoon, 2007).

Özetle, olumsuz duygulardan kaçmak ve görmezden gelmek isteyen kişiler bunun yolunun yemek yemekten geçtiğini düşündükleri için böyle durumlarda yemek yeme davranışı geliştirmektedirler (Heatherton ve Baumeister, 1991). Kişilerin hayatlarına modelledikleri bu baş etme mekanizması ilerleyen dönemde kişinin ruhsal ve bedensel sağlığı için bir tehdit şeklinde ortaya çıkmaktadır.

2.2.3.4. Dışsal teori

Literatür incelendiğinde duygusal yeme davranışını açıklayan birçok teori olduğu görülmektedir. Dışsal teoriye göre kişilerin yemek yeme davranışlarını gerçekleştirmelerinde dışsal uyaranlar çok daha fazla söz sahibidir. Dışsal uyaranlar yemeklerin görüntüsü, kokusu, tadı şeklinde olabilir. Kişiler fizyolojik olarak beslenme ihtiyacı duyup duymamalarından bağımsız olarak yemek yeme eğilimi göstermektedirler (Schachter, 1968). Kişiler bu dışsal uyaranlara maruz kaldıklarında bedensel açlık olan içsel uyaran gelmese bile yemek yeme davranışını sürdürmektedirler. Schachter'in 1968 yılında yaptığı çalışma, stres ve olumsuz duygulardan daha çok yemek yeme şeklinde etkilenen bireyler fazla kilosu olan bireyler olduğunu göstermektedir. Yani olumsuz bir duygulanım fazla kilosu olan kişiler daha çok yemek yemeye yönelmektedir.

2.2.4. Duygusal yeme mekanizmaları

2.2.4.1. Fizyolojik mekanizmalar

Araştırmalara göre karbonhidrat ağırlıklı beslenme biçimi kişilerin beslenme eyleminin ardından serotonin düzeyini arttırmaktadır. Serotonin düzeyi artan bireyin olumsuz duygulanımını azaltır (Wurtman, 1982).

Endokrin hormon seviyesindeki değişimlerin kişinin duygu durumuna etki ettiği düşünülmektedir (Macht ve Simons, 2011). Oliver ve arkadaşları (2000) çalışmalarında kişileri stresli bir duygu durum içerisine sokan bir görev ardından

duygusal yeme davranışı gösterme eğilimlerinin artıp artmadığını ölçmüştür. Kişilerin duygusal yeme skorlarının arttığını ve kişilerin stres seviyelerini düşürmek için daha yağlı ve tatlı yiyecekleri yemeyi tercih ettiğini ortaya koymuştur bu araştırmanın sonucuna göre yağ değerleri bakımından zengin besinlerin kişilerin hissettiği olumsuz duygulanımın seviyesini düşürdüğü saptanmıştır (Oliver ve ark. 2000).

Markus ve arkadaşları 1998 yılında çok rahatsız edici ve yüksek şiddette ses verdikleri bir ortamda kişilerin matematik problemleri çözmesini isteyerek stres seviyelerini arttırmayı amaçlamışlardır. Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında ise daha az stresli olan kişilerin karbonhidrat yönünden zengin beslenen kişiler olduğu saptanmıştır (Macht ve Simons, 2011).

2.2.4.2. Psikolojik mekanizmalar

Macht ve Simons'a göre kişilerin duygulanımlarına olumlu anlamda tesir eden besinler, kişiye zevk veren besinlerdir (Macht ve Simons, 2011). Bir araştırmada duygusal yeme davranışı olan kişilerin olumlu etkiye sahip keyif veren besinlerin duygulara olan etkisinden maksimum derecede etkilendiği saptanmıştır (Macht ve Müller, 2007). Özetle bu araştırmaya göre bir besinin duygudurum üzerindeki etkisi duygusal yeme davranışı olan bireyi normal bireyi etkilediğinden çok daha fazla etkilemektedir.

Yenidoğan bebeklerle yapılan çalışmalarda tatlı besinlerin bebeklerin olumlu tepki vermelerini sağladığını göstermektedir (Steiner, 1977). Bebekler dillerine değen şekerli tat karşısında mutlu, sakin görünebilirler (Macht ve Simons, 2011).

Macht ve Müller (2007) bebeklerde etkisi gözle görülür olan şekerli tada sahip besinlerin yetişkinler üzerindeki tesirini gözlemek istemiş ve yeni bir araştırma yapmışlardır. Araştırmanın sonucuna hüznü bir film izledikten sonra yetişkin katılımcıların birçoğu çikolata yeme davranışı gerçekleştirmişlerdir. Aynı deney farklı lezzetlerde iki çikolata ile yapıldığında ise katılımcıların duygu durumunu en tatlı olan çikolatanın değiştirdiği saptanmıştır.

2.2.4.3. Macht'ın üç aşamalı modeli

Macht'ın üç aşamalı modelinin birinci basamağı ilk aşamadır. İlk aşamada kişi kendini neşelendirmek amacıyla az miktarda yemek yer. Bu atıştırma genellikle az miktarda olmasına karşın yüksek enerji veren şekerli besinleri içerir. Macht ve Müller

bu çalışma ile birkaç gram şekerli yiyeceğin kişilerin duygusal durumlarını olumlu anlamda değiştirmekte ne kadar işlevsel olduklarını saptamışlardır (Macht ve Müller, 2007). Yüksek enerji veren şekerli besin alımı sonucunda bireylerde gerginlik git gide azalmaya devam etmektedir. (Macht ve Dettmer, 2006).

Deneyin ilerleyen adımlarında, bireyler duygulanımlarını iyileştirmek için yeterli olan besin alımı miktarının çok daha üstüne çıkarak yeme davranışını dürtüsel olarak gerçekleştirmektedirler. Psikolojik olarak etki eden hedonik mekanizmanın yanı sıra fizyolojik mekanizmalar etkili olmaktadır.

2.2.5. Duygusal yeme ile ilgili yapılmış çalışmalar

Yeme bozukluklarının nedenleri tam olarak bilinmemektedir. Bu durum insanları duygusal yeme ile ilgili daha çok araştırmaya yapmaya itmiştir. Yapılan araştırmalar incelendiğinde çevresel ve sosyal etmenlerin, biyolojik ve genetik faktörlerin, psikolojinin etkili olduğu düşünülmektedir (Vardar ve Erzengin, 2011)

Literatürde çocukluk çağı travmalarıyla duygusal yemenin ilişkisine birçok araştırmacının eğildiği görülmektedir. Bir çalışma, erken ergenlik dönemine kadar travmatize edici yaşam olaylarının etkisi altında kalan kişilerin normalin üstünde kilolara çıkarak sağlık problemleri yaşama risklerinin diğer bireylere göre daha fazla olduğu saptanmıştır. Çocukluk ve ergenlik yıllarında meydana gelen travmatik olaylar ile bireyin ilerleyen dönemlerinde obeziteye yakalanma riski arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır (Arslan, 2016) .

Obez kişilerde depresyon vakalarının fizyolojik ihtiyaçtan bağımsız yemek yeme davranışı anlamına gelen duygusal yemeye arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada olumsuz duygulanıma sahip depresyon tablosu gösteren bireylerin duygusal yeme eğilimi göstermişlerdir (Goldschmidt ve ark. 2014). Ouwens ve arkadaşları tarafından duygusal yeme davranışını çalıştıkları bir araştırmada depresyon puanları ve duygusal yeme puanları arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Yani bu araştırma yalnızca obez bireylerin değil duygusal yeme davranışı gösteren obez olmayan bireylerinde depresyona yatkın olabileceğini göstermiştir.

Macht ve Simon gündelik yaşamda hissedilen duyguların ve o duyguların şiddetinin yemek yemeye dair duyulan isteğe etkisi olup olmadığını araştırmışlardır. Bireylerden bir gün içerisinde farklı zamanlarda beş defa duygu durumlarını nasıl yorumladıkları ardından beraberinde yemek yemeye dair isteklerini puanlamaları

istenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre katılımcılar, negatif duygular hissettiklerinde olumlu duygular hissettikleri zamana göre çok daha fazla besin alma isteği hissettiklerini ifade etmişlerdir (Macht ve Simon, 2000).

Yeme bozukluklarının cinsiyetler arasındaki farklılıkları hakkında yapılan bir araştırmaya göre bulimiya nervoza ve anoreksiya nervoza kadınlarda daha çok görülürken, tıkanırmasına yeme bozukluğunun daha çok erkeklerde görüldüğü bulunmuştur (Herzog ve Eddy, 2007)

Duygusal yemenin duygu odaklı başa çıkma stratejisi olarak değerlendirildiği bir çalışmada anksiyete ve duygusal yeme arasındaki ilişkiyi inceleyen Alexander ve Siegel (2014) çocukluklarında güvenli bağlanma stili gösterememiş bireylerin daha fazla duygusal yeme davranışı gösterdiği ortaya çıkmıştır (Alexander ve Siegel, 2014).

Stres duygusu özelinde duygusal yeme davranışını inceleyen Tan ve Chow (2014) bireylerin yemek yeme davranışının düzensiz oluşunun duygusal yeme davranışı ve bireylerin algıladıkları stres seviyesi arasındaki ilişkiyi pekiştirdiğini ifade etmiştir. Araştırmada, fazla oranda stresli hisseden bireylerin duygusal beslenme dürtüsünü düzenlemede düşük performans gösterdikleri görülmüştür. Bireylerin otokontrol sağlamadaki eksiklikleri ise duygusal yeme durumu ile bağlantılı olduğu düşünülmektedir (Tan ve Chow, 2014).

Evirgen (2010) değişik kilolardaki bireylerin duygusal yeme ve tıkanırmasına yeme ataklarının sıklığının incelediği çalışmada duygusal yeme davranışı ve tıkanırmasına yeme ataklarının normalin normal kilolarda seyreden bireylerle karşılaştırıldığında obez ve normalin üstünde kiloya sahip kişilerde daha fazla olduğunu saptamıştır (Evirgen, 2010).

2.3. Çocukluk Çağı Travmaları

2.3.1.Çocukluk çağı travmalarının tarihçesi

Travma kavramı ile ilgili araştırmalar incelendiğinde travmanın psikolojik yönüne dair bulguların fiziksel yönüne dair bulgular kadar çok olmadığı görülmüştür. Travmatik stres çalışmaları 1980 yılında başlamış ve bu zamana kadar travma sonrası davranışların ya karaktere özgü bir bozukluktan ya da biyoloji kaynaklı bir hastalıktan olduğu düşünülmüş, ruhsal problemlere bağlanmamıştır (Micale, 1989). Travmanın psikolojik sorunlara yol açtığı gerçeğinin ilk aşamalarda psikiyatri tarafından kabul

edilmekte zorlanıldığı görülmüş, (Van der Kolk ve ark. 2006) 1980 yılı ile birlikte kişilerin travma ardından oluşan davranışlarının psikolojik bir yönü olduğu özellikle 1. Dünya Savaşı'ndan sonra kanıtlanmıştır (Kokurcan, 2012).

O yıllarda Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından “alışılmış insan deneyimi sınırları dışında” şeklinde tanımlanan travma kavramı daha sonraları hatalı bulunmuştur. Çünkü tecavüz, dayak, cinsel ve ev içi şiddetin alışılmış ve olağan insan deneyimi sınırları dışında değerlendirilemeyeceği göz önünde bulundurulmuştur (Herman, 2019).

1952 yılında Gross Stress Reaction adıyla yer alan Travma sonrası stres bozukluğu'nun ilk formu, sadece savaş sonrası belirtilerin temel alınması sebebiyle yeterli düzeyde teşhis sağlayamamış ve geçici durumsal rahatsızlık tanımı ile değiştirilmiştir (Andreasen, 2011).

1980 yılında travmatik belirti gösteren hastalar ilk defa bir teşhis altında bir araya getirilebilmesi DSM-III'e “Travma Sonrası Stres Bozukluğu” ismiyle yeni bir tanının eklenmesi ile sağlanmıştır (Van der Kolk ve ark. 1996).

Elbette insanlar ezici bir terör saldırısına maruz kalmanın korkunç anılar oluşturduğunun, birçok kaçınma ve olumsuz uyarım yarattığının farkındaydı (Alford, 1992; Shay, 1994). Buna karşın psikiyatri dünyası, gerçekliğin yani yaşanan olayların, insanları psikolojik olarak veya biyolojik olarak kalıcı ve derinden bir şekilde etkileyebileceği fikrine oldukça uzaktı.

2.3.2. Çocukluk çağı travma türleri

Çocukluk çağında yaşanabilmesi olası ihmal ve istismar vakaları ilk olarak aile üyeleri, yakın çevre veya yabancı kişiler olabilmektedir. İstismar kavramının tanımı; bakım veren kişi tarafından bireyin deneyimlediği, ruhsal yapısını zihinsel gelişimini sekteye uğratan eylemlerdir. Bu ihmal, istismar ilk olarak ve en sarsıcı şekilde aile içerisinde gerçekleşebilmektedir. Daha sonra eğitim kurumlarında, iş yaşamı, çocukların sahihsiz olarak büyüdüğü ve yaşadığı ortamlar, yetiştirme yurtları gibi çevrelerde meydana gelebilmektedir. Fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal istismar ve ihmal çocukluk çağı travmalarını oluşturmaktadır.

2.3.2.1. Fiziksel istismar

Yaşamın ilk dönemlerindeki bireyi veya genç ergeni bakım verenleri veya ebeveynlerinin bedensel olarak zarar görmesi fiziksel istismar olarak adlandırılır. Fiziksel istismara maruz kalan kişi yetişkinlik döneminde sergileyeceği davranışlarını etkileyen istismarcı eylemleri öğrenmektedir (Kulaksızoğlu,2001)

Fiziksel istismar Bireyin kasıtlı olarak bedensel yara alması durumudur. Bu durumlar genellikle doku hasarları ve iç organların travmaya uğramasına sebep oluşturmaktadır(Polat,2001).

Yetişkin bireylerin genellikle sınırlı ve öfkeli oldukları anlarda bu duygu durumla baş edebilmek için çocuklara güç kullanmasıyla meydana gelebilecek fiziksel istismar türü genellikle dayak olarak bildirilir. Kültürümüzde çocukları yetiştirirken vurma eyleminin bir disiplin aracı olarak görülmesinin buna sebep vermiş olacağı düşünülmektedir (Bulut ve Pelendecioğlu, 2009)

Tekme atma, boğaz sıkma, ısırma, bedeni sarsma, el yada başka bir nesne ile vurma birey üzerinde onun gücüne oranla daha fazla güç uygulama, fiziksel istismar olarak değerlendirilebilecek eylemlerdir.

2.3.2.2. Cinsel istismar

“Cinsel gelişimini tamamlamamış bir çocuk veya ergenin, bir veya daha fazla yetişkin tarafından cinsel haz ve ihtiyaçlarını gidermek için güç kullanarak, çocuğun kandırılması veya tehdit yoluyla kullanılması cinsel istismar olarak literatürde yer almaktadır.” (polat 2001)

Cinsel istismar çocuğun kavrayamadığı, onay veremeyeceği veya gelişim olarak hazır olmadığı, toplumsal yasaları veya tabuları ihlal eden bir cinsel etkinliğe dâhil edilmesidir. İstismar davranışını sergileyen kişi yaşı gereği çocuk üzerinde yetki, otorite veya sorumluluk taşıyan bir yetişkin olabilir (World Health Organization, 2006). Bu durumun aile içerisinde yaşanmasına ise ensest denmektedir (Güleç ve Köroğlu, 1998)

Yaşamın ilk dönemlerinde maruz kalınan cinsel istismar olaylarında bu durumun genellikle çocuğun yakın çevresi tarafından gerçekleştirildiği görülmektedir. Yakın çevre çocuğun ailesi, bakım veren yetişkinler, akrabaları olabilmektedir. Cinsel istismar vakalarında istismara uğrayan bireyin ve istismarcının kan bağı var ise bu durum ensest olarak adlandırılrsa da istismar yapan kişi bireyin kan bağı olmaksızın

bakım vereni pozisyonundaysa da ensest olarak adlandırılabilir (Ovayolu, 2007).

Yetişkin olmayan iki birey aralarındaki cinsel eylemler bazı durumlarda istismar olarak nitelendirilmektedir. Yetişkin olmayan bireylerle küçük olan büyük olandan en az dört yaş daha büyük olması halinde beraberinde bir zorlama varsa ve küçük olanın ikna edilmesi durumu söz konusuysa cinsellik amaçlı davranışlar cinsel istismar olarak nitelendirilmektedir (Aktepe, 2009).

Çocukluk döneminde yaşanmış cinsel istismarın neden olduğu travma çok uzun bir döneme yayılarak karmaşık duygusal, davranışsal ve sosyal problemlerin kaynağını oluşturur. Birçok nedenden dolayı bastırılan, inkâr edilen ve unutulması için aşırı çaba harcanılan çocukluk dönemi cinsel istismar yaşantıları, yetişkinlik döneminde de kişinin bedensel, ruhsal ve sosyal gelişimini ve yaşamını olumsuz bir biçimde etkilemeye devam eder (Zara-Page 2004).

2.3.2.3. Duygusal istismar

Çocuğun gelişimi açısından uygun ve destekleyici bir ortam sağlama konusunda gösterilen başarısızlık olarak tanımlanabilir. Çocuğa karşı bazı olumsuz davranışlar uygulanabilmektedir. Bunlar; suçlama, korkutma, dışlama, alay etme, ayrımcılık yapma, hareket kısıtlama, küçük düşürme, tehdit ve düşmanca yaklaşımlar olabilmektedir (World Health Organization, 2006).

Yaşamın ilk yıllarında veya ergenlik döneminde kişilerin psikolojik ve ruhsal olarak hırpalanmalarına neden olabilecek eylemlerle , ruhsal ve bedensel olarak büyüme aşamasındaki insanın bu dönemde almaları gereken ilgi ve bakımdan mahrum bırakılması durumudur (polat,2006).

Topbaş (2004)'a göre duygusal istismar çocuğun niteliklerinin, yeterliliğinin, isteklerinin devamlı olarak kötülenmesi, sosyal ilişkiden uzak tutulması, sosyal açıdan ağır zararlar verme veya terk etme ile tehdit edilmesi, çocuğun topluma uygun olmayan bir şekilde bakımının yapılması ve yetiştirilmesi, çocuktan yaşına veya gücüne uygun olmayan beklentilerde bulunulmasıdır. Duygusal istismar olarak kabul edilen davranışlar altı gruba ayrılır: reddetme, aşağılama, tek başına bırakma, suça yöneltme, kendi çıkarına kullanma, vaktinden önce yetişkin rolüne sokma (Shull 1999).

Çocuklarda duygusal istismara neden olan yetişkin davranışları karşısında ergenlerde benlik değerini olumsuz olarak algılama, bağımlı kişilik özellikleri geliştirme, gergin ve kaygılı olma, aileden uzaklaşma çabaları gösterme, uyumsuz ve saldırgan tepkiler sergileme, içe dönme, kendini değersiz hissetme gibi belirtilerin olduğu gözlenmiştir. Ailenin olumsuz tutumları karşısında pasif agresif tepkiler geliştirmeleri olası olarak görülmektedir (Kulaksızoğlu 1998).

2.3.2.4. İhmal

Mümkün şartları sağlayabilecekken, çocuğun gelişimi ve esenliği için gereken şeylerin yapılmaması durumunu ifade etmektedir. Sağlık, barınma ve güvenli yaşam koşulları, eğitim, beslenme ve duygusal gelişim gibi ihmalleri içerebilir (World Health Organization, 2006). Örneğin kendi çocuğunu okula gönderebilecek maddi güce sahipken, okula göndermeyip bir işte çalıştırmak veya evde kalmasını sağlamak ihmale örnek olarak verilebilir. Fakat bazı durumlarda, ihmal anne ya da babanın kendi rollerini yerine getirememesinden de kaynaklanabilir. Anne veya baba bu rolleri madde bağımlılığı, ruhsal bozukluk veya kriminalite gibi sebeplerden ötürü yerine getiremeyebilir (Güleç ve Köroğlu, 1998).

Çocuk ihmali, çocuğa bakmakla yükümlü kişilerin, ebeveynin çocuğun bakım, korunma, beslenme, giyim, eğitim, sağlık gibi gereksinimlerini uygun düzeyde yerine getirmemesi, çocuğu yalnız bırakması olarak tanımlanabilir. İhmalin pasif, istismarın aktif davranışlardan oluşması, birbirlerinden ayırt edilmelerinde önemli bir özelliktir. İhmal üç ana başlıkta toplanmaktadır: fiziksel, cinsel ve duygusal ihmal. Çocuğa sosyal olarak mevcut kaynakların sunulmaması, çocuğun yoksun bırakılması fiziksel ihmale, cinsel sömürüye karşı korunmaması, cinsel gelişimine gereken önemin verilmemesi cinsel ihmale, çocuğun sevilmemesi, yakınlık, ilgi gösterilmemesi ise duygusal ihmale örnek olabilir (Aral 2001).

“Kötü bakım” olarak da adlandırılan ihmal, çocuğun temel ihtiyacı olan bakım ve korunmanın sağlanamaması, ister kötü niyetle ister eğitimsizlikten kaynaklansın, fiziksel, duygusal ve eğitimle ilgili gereksinimlerin göz ardı edilmesi durumudur. Örneğin çocuğun okula gitmesini engelleyerek devamsızlık durumunun yaratılması eğitime yönelik bir ihmaldir (Polat 2007).

2.3.3. Uzun dönemde çocukluk çağı travmalarının etkileri

Çocukluk çağı travma yaşantıları ile psikolojik zorluklar arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok araştırma bulunmaktadır. Travma yaşantılarının çocuklar üzerinde birçok psikolojik zorluğu bulunmaktadır. Bu denli olumsuz sonuçlarının olmasının sebebi, insan yaşamının en savunmasız döneminde olması, ilişkisel kötü muamele içermesi, uzun sürmesi, çoklu ve ayrı ayrı kurban durumuna düşürülme deneyimlerini içeriyor olmasıdır (Briere ve Scott, 2016).

Çocukluk çağı travma yaşantıları ile psikolojik zorluklar arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok araştırma bulunmaktadır. Travma yaşantılarının çocuklar üzerinde birçok psikolojik zorluğu bulunmaktadır. Bu denli olumsuz sonuçlarının olmasının sebebi, insan yaşamının en savunmasız döneminde olması, ilişkisel kötü muamele içermesi, uzun sürmesi, çoklu ve ayrı ayrı kurban durumuna düşürülme deneyimlerini içeriyor olmasıdır (Briere ve Scott, 2016).

Çocukluk çağında gerçekleşen travma yaşantılarının biyolojik etkileri olabileceği düşünülmektedir. Travma yaşantılarının psikolojiye bu denli çok etkisi olması, biyolojik etkilerinin de varlığını sorgulatmaktadır. Çocukluk çağı travma öyküsü olan fakat yaşamının herhangi bir döneminde psikiyatrik bir öyküsü bulunmayan kadınların Hipotalamik-Hipofiz-Adrenal (HPA) eksenini işlevlerinde bir değişiklik gösterip göstermediği araştırılmıştır. Çalışmaya çocukluk döneminde travmaya maruz kalmış 10 kadın ve travmaya maruz kalmamış 12 kadın katılmıştır. Sonuçlar göstermiştir ki, çocukluk çağı travması kalıcı olarak Hipotalamik-Hipofiz-Adrenal (HPA) ekseninde değişiklikler yapabilmektedir (Klaassens ve ark., 2009). Bu çalışmaya benzer olarak, çocuklukta fiziksel istismar yaşamış bireylerin kortizol stres yanıtı incelenmiştir. Sonuç olarak ise, çocuklukta fiziksel istismar yaşamış olan bireyler yaşamayanlara göre küt bir kortizol yanıtı vermiştir (Carpenter ve ark, 2011). Bu da çocukluk çağı travma yaşantılarının biyolojik etkilerini göstermektedir.

Çocukluk çağı travmasını yaşayan ergen veya çocuğun istismara maruz kaldıktan sonra başa çıkmada sosyal desteği az ise ileri ki yaşamında bağımlılık geliştirme, depresyona girme, anksiyete bozuklukları yaşama gibi psikiyatrik bir tablo sergileme ihtimallerinin oldukça yüksek olduğu ifade edilmektedir (Çelik ve Hocaoglu , 2018).

2.3.4. Çocukluk çağı travmalarında risk etmenleri

Çocukların istismara ve ihmale uğramasının altında toplumsal faktörler bulunabilmektedir. Bir çocuğun farklı bir ırka mensup olduğu için dışlanması, yoksul olması veya savaş mağduru olması gibi etkenler toplumsal faktörlerdir. Yoksul bir aileden gelen bir çocuğun, fizyolojik ve güvenlik ihtiyaçlarının karşılanamaması ve bunun sonucunda istismara veya ihmale uğraması daha olasıdır. Örneğin sokakta yaşamak zorunda kalan bir çocuk ile evinde yaşayan bir çocuğun istismara veya ihmale uğrama olasılığı arasında büyük bir fark olabileceği düşünülmektedir. Bu sebeple yoksulluk ile ihmal arasındaki araştırmalar incelenmiştir. Jones ve McClurdy'nin (1992) bulgularına göre fiziksel ihmal diğer türlere göre en öngörülebilir ve ayırt edici olanıdır. Aynı zamanda düşük gelirli ailelerin çocukları, yüksek gelirli ailelerin çocuklarına göre ihmal edilme olasılıklarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Jones ve McClurdy, 1992). Fryer ve Miyoshi (1995) de buna benzer bulgulardan bahsetmektedir. Colorado kırsalında yapılan bir araştırmada, ekonomiyi etkileyen olayların çocuk istismarı ve ihmali artırıldığı gösterilmiştir (Aktaran: Slack ve ark, 2004).

Çocuğa bakım veren ya da ebeveynleri nezdinde verilen kıymetin azalması durumları çocukluk çağı travmalarına zemin hazırlanmış olabilir. Bu durumlar çocuğun bir azınlık grubuna dahil olması, kadın ve erkek olarak doğması, bedensel ve zihinsel engellerle dünyaya gelmesi vb. olabilir. Çocuğun dünyaya geldiği kültürün şiddet içeren eylemleri desteklemesi ve çocukları disiplin etmek için dayağı bir araç olarak kullanıyor olması da travmalara maruz kalma durumuna bir sebep oluşturabilmektedir (Güler, Uzun, Boztaş, Aydoğan, 2002 ve Armağan 2007).

Çocukluk çağı travmalarında bireylerin sistem tarafından desteklenmemesi, ebeveyn ve bakım verenlerin madde bağımlılığı geliştirmiş olması bireyin istismar ve ihmale maruz kalma ihtimalini oldukça artırmaktadır. Bireylerdeki sosyoekonomik düzey farklılıkları ve yaşanan bölgenin zor koşulları kişiler arası ilişkilerde ve sosyal yaşamda bireyler için bir stres faktörü olabilmektedir. Bu gibi durumlar bakım verenlerin ve ebeveynlerin çocuklarını maruz bıraktıkları fiziksel istismar durumunu tetikleyebilir (Odağ, 2001).

Toplumsal gelenek ve normların annelik rolüyle alakalı beklentileri ve anneye yüklenen kültürel roller de istismarı artırabilen toplumsal faktörlerin içinde sayılabilir.

2.3.4.1. Kişisel etkiler

Çocuğun bakım vereni ve ya ebeveyninin kendi çocukluk döneminde istismar öyküsü var ise bu durum ihmal ve istismar için bir etken olarak değerlendirilebilir. Bunun yanı sıra bireyin kişilerarası ilişkilerinde iletişim sorunları, öfke sorunları, bağlanma problemleri , öz saygısı oluşmamış ve ya yetersiz düzeyde olması, ebeveyn olabilecek olgunluğu gerektiren yaş ve gelişim düzeyine sahip olmaması, yeterli eğitim seviyesine sahip olmaması, ailesinde psikiyatrik geçmişi olması, bireyin alkol ve madde bağımlılığı olması, ebeveyn olduktan sonra bebeğin ihtiyaçlarını anlayamama ve ihtiyaçlarla baş edememe durumu ve çocuk sahibi olmaya dair olumsuz inanışlara sahip olma, maddi sıkıntılar ve işsizlik gibi sosyal yaşamı zorlaştıracak risk faktörleri ihmal ve istismar vakalarında ki kişisel etkilerdendir. şeklindedir. Çocuğa ilişkin etkenler ise bireyin kadın ya da erkek olarak dünyaya gelmesi, doğumdan kaynaklanan fiziksel ya da zihinsel gelişimsel problemler, beklenmeyen bir gebelik neticesinde dünyaya gelmiş olması olarak sıralanabilir (Güler, Boztaş, Aydoğan, 2002).

Yaşamın ilk yıllarında istismara uğramış çocuk ve ya ergenler genellikle beklenmeyen ve istenmeyen gebeliklerden meydana gelen, annesinin birden fazla çocuğa yakın aralıklarla hamile kaldığı çocuklardır. Çocukların ebeveynin beklemediği bir cinsiyette ve ya istemediği özelliklere sahip olarak dünyaya gelmesi, Ailenin içerisinde geçtiği stresli yaşam olayları, maddi sıkıntılar, ebeveynlerin kendi aralarındaki duygusal problemler de çocuğun yaşadığı ihmal ve istismarın sebepleri arasında gösterilebilir (Armağan, 2007).

Çocuklukta travma yaşantıları yaşamının kişisel faktörler ile bir ilişkisi olduğu düşünülmektedir. Cinsiyet faktörünün istismar veya ihmal yaşantılarının üzerinde etkisi olabileceği tahmin edilmektedir. Avustralya'nın Victoria eyaletinde çocukluk çağında kadın ve erkeklerin cinsel istismar ve istenmeyen cinsel temas yaygınlığı araştırılmıştır. Çalışmaya 812 erkek ve 933 kadın katılmıştır. Sonuç olarak ise kadınların, erkeklerden önemli ölçüde daha fazla cinsel istismar yaşadıkları ispat edilmiştir (Moore ve ark. 2010). Fakat bunun birtakım sebepleri olabilir. Erkeklerin fiziksel olarak kadınlardan daha yapılı olmaları veya erkek vakaların kayda geçmemiş olması, bu sebeplerden bazılarıdır.

2.3.4.2. Ailesel etkiler

Çalışmalar, olumsuz çocukluk deneyimleri şema alanlarından olan Kopukluk ve Reddedilmenin hem annede hem de çocukta aynı anda görülme sıklığına dikkat çekmektedir. Anne uyumsuz inanç ve bilişlere sahip olduğunda, kendi çocuğunun da temel duygusal ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kalabilmektedir (Zeynel ve Uzer, 2020). Burada annelerin, yetiştirdikleri çocuklar üzerindeki etkileri gösterilmiştir. Bir anne sağlıklı bir çocukluk yaşamı geçiremediyse, geçmişinden getirdiği olumsuz yaşam deneyimlerini çocuğunda da devam ettirebilmektedir.

Ailenin çekirdek aile bireyleri dışında büyük anne, büyük baba, amcalar, teyzeler gibi farklı akrabalık rollerini içermesi yani geniş aile olmak, sosyoekonomik olarak zorlanma ve bu sebeple sosyal geri çekilme, sosyal anlamda desteklenmiyor olmak, bakım verenler ve ya ebeveynlerin çocuk ile kurduğu hatalı ve eksik iletişim modeli, çocuğa bakım veren tek ebeveyn olması, stresle başa çıkmada yetersiz strateji gibi durumlar ailesel faktörlerden sayılabilir. (Güler, Uzun, Boztaş, Aydoğan 2002 ve Armağan 2007). Ebeveynler çoğunlukla istismar edici ebeveynler tarafından yetiştirilmişlerse öğrendikleri davranış modellerini kendi çocukları üzerinde uygulama yoluna gidebilirler. Bireyler öğrendikleri davranış biçimlerinin çocuğu disipline etmek için en iyi yol olduğunu düşünebilirler. Bazı vakalarda bireyler kendilerini istismar eden ebeveynlerinin tavırlarının yanlışlığının bilincinde oldukları halde doğru davranış biçimlerini bilmedikleri için kendilerini istismarcı bir davranış içerisinde bulabilirler (Kaplan,2004).

İnsan yoğunluğunun ve sorumlulukların fazla olduğu bir çevrede yaşamak ve ya maddi yetersizlik gibi kaygı ve gerginlik yaratan durumlara maruz kalmak saldırganca tavırları ve çocuklara uygulanan fiziksel istismar ihtimalini artırabilir. Genellikle İstismar edici tavırlara sahip bireylerin çocuklarından onların gelişim dönemlerine uygun olmayan talepleri vardır, bu gibi durumlarda ebeveyn çocuğa, kendi ebeveyn rolünü yükleyebilir. Kendi ebeveynleri tarafından yüksek oranda istismar edici tavırlara maruz bırakılan bireyler çocuktan bakım verici bir rol üstlenmesini ve sevgi vererek ebeveynini korumasını beklemektedir (Odağ, 2001).

2.3.5. Çocukluk çağı travmalarının etiyojisi

Çocukluk çağı travmalarının varlığı kişinin çocukluk çağlarında bir istismara uğradığı anlamına gelir. Bu istismar fiziksel, cinsel, duygusal olabilir. İstismarın

meydana gelmesinde farklı etmenler rol oynamaktadır. Anne babaların yaşlarının küçüklüğü ile ilgili olarak anne babalık konusunda yetersiz bilgiye sahip olmak, çocuğun istenmemesi, ebeveynlerde psikolojik veya bedensel bir rahatsızlık bulunması, madde kullanımı, ekonomik sıkıntılar, anne babanın öfke kontrolü sorununun olması, ebeveynlerden birinin kaybı, ayrılma gibi durumlar istismar edici etmenler arasında gösterilebilir.

Çocukluk çağı travmalarının ebeveynlere işaret eden faktörleri içerisinde, anne rolü üstlenmiş olan kadınların sosyoekonomik düzeylerinin kendine yetecek düzeyde olmaması, aile yapısında şiddet, güvensiz bağlanma, iletişimsizlik, cinsellik problemleri, çok eşlilik gibi sorunlar olması aile içi sorunları vardır. Sosyal yaşamla ilgili iş tatminsizliği, iş yerindeki sorunlu yapılanma, kazanç ve gelirle alakalı ekonomik problemler gibi oldukça farklı sebepler vardır.

2.3.6. Çocukluk çağı travmalarının epidemiyolojisi

ABD’de yaşamın ilk yıllarında meydana gelen ve yetişkinlikte yıkıcı etkilere sahip olan çocukluk ve ya ergenlik döneminde maruz kalınan travmatik yaşantıların görülme ortalaması 5-20/1,000 şeklindedir. Duygusal ve bedensel istismara dair başka sonuçlarla karşılaşılmıştır. Duygusal istismar, çocuğu reddedici tavır takınma, yüksek sesle bağırma ve korkutma, küfür ve hakaret, aşağılama ile küçük düşürme olarak olabilmektedir (Koç ve ark. 2012). Etkileri gözle görülür bir şekilde olmadığından genelde bu istismar çeşidiyle alakalı bulunan sonuçların güvenilirliği diğerlerine göre azdır. Duygusal istismara uğrama bedensel istismara uğramadaki gibi erkekler ve kadınlar arasında anlamlı bir farklılık barındırmamaktadır. Bedensel istismarda erkekler bu istismara daha küçük yaşlarda maruz kalırken kadınlarda ise ergenlik döneminde maruz kalma daha yaygındır. Belirgin bir görülme yaşı olmamasına rağmen genellikle 6 ile 8 yaşları arasında olmakta ve ergenlik dönemine kadar sürmektedir(Taner ve Gökler, 2004).

En genel fiziksel istismar şekilleri olan çocuğa dayak atmak, tokatlamak, canını acıtacak şekilde çimdik ve ya kulak çekme gibi eylemlerde bulunmak yaşına göre farklılıklar meydana gelmektedir (Cankur ve ark., 2012). Henüz yetişkinlik düzeyinde olmayan, çoğunlukla 20 yaşından daha ufak olan bireyler annelik rolünün gerekliliklerini daha az yerine getirerek çocuklarını fiziksel istismara daha çok maruz

bırakılmaktadırlar, baba rolüne sahip bireyler ise ergenlik döneminde daha fazla istismar uygulamaktadırlar (Taner ve Gökler, 2004).

Kültürel olarak ülkemizde ebeveynler arasından daha çok anne ya da kardeşlerden abla rolüne sahip olan birey çocuğun bakımında daha çok sorumluluk üstlenmektedir. Bu durum çocukların çocukluk çağı travması yaşamasında daha yaygın olarak kadınların rol oynaması tahmin edilebilir bir bulgudur (Sofuoğlu ve ark. 2014). Fiziksel istismar çocuklarda %30-35 oranındayken, cinsel istismar ise %13 oranındadır. (Ayaz,2012).

2.3.7. Çocukluk çağı travmaları ve kuramlar

2.3.7.1. Psikiyatrik model

Çocukların daha sonraları çocukluk çağı travmalarına sahip olmalarına sebep olacak yaşam deneyimleri elde etmesinde ihmal, istismar gibi kötü durumlara maruz kalmalarının rolü büyüktür. Bu rolün sorumlusu olarak genellikle bakım verenler ve ebeveynler tutulmaktadır.

Çocuk çağı travmaları psikiyatrik modele göre istismar davranışını sergileyen kişilerin karakter ve kişilikleri psikolojik olarak gözlemlenip mercek altına alınmalıdır.

İstismar davranışı gözlenen ebeveynler incelendiğinde bu tür anne babalar arasında narsist özellikleri olanlar, depresyon, kaygı gibi durumları olanlar, özgüven eksikliği olanlar bulunmaktadır. Bu bakışla gerçekleştirilen araştırmalar, sosyal ortamlarda bulunmaktan kaçınma ve rahatsız olma, dürtüsellik, şiddete meyilli olma gibi durumların suçlu kişilerde genel olarak görülen davranışları arasındadır(Wolf, 2001).

Ebeveyn ve çocuk ilişkilerinin ters duruma geldiği aile yapılanmaları incelendiğinde çocukların ebeveynlerin ihtiyaçlarını gidermelerindeki başarısızlıklarının, ebeveynlerine hayal kırıklığı yaşamasına sebebiyet vermektedir. Çocuklar ebeveynin sorumluluğunda olan görevleri, ebeveyn rolü üstlenerek yerine getirmeye çalışırken ebeveyn tarafından görülmeyen ihtiyaçları karşılanmadığı için ruhsal ve bedensel olarak hırpalanmaktadırlar. Sorumluluklarını yerine getirmeyen ebeveynlerini idare edebilmek için kendi ihtiyaçlarını görmezden gelerek yıpranmaktadırlar. “rol değiştirme” teriminin kullanıldığı bu ailelerde çocuk rolünü benimseyen ebeveyn, sevgi isteyen tarafta durmaktadır (William ve Steven, 2015).

2.3.7.2. Psikolojik model

Bakım veren ve ya ebeveynlerin çocuklarıyla kurduğu ilişki incelendiğinde çocukların mizaçlarından gelen bazı özellikleri istismara maruz kalmalarına sebep olabilmektedir. Aynı zamanda ebeveynin istismar hikayesi de çocukların istismara uğramalarında yordayıcı olmaktadır. Çocuklarını istismar eden bireylerin yaşamlarının ilk yıllarında, ergenlik ve çocukluk dönemlerinde istismara uğramış bireyler olabilmektedirler (Buchanan, 1996; Scannapieco ve Connell-Carrick, 2005). Sosyal öğrenme kuramında bu durum “şiddet döngüsü” olarak açıklanmaktadır. Kişi şiddete uğrama ya da tanık olma neticesinde erken yaşam dönemlerinde bu tutumların normal olabildiğine yönelik şemalar meydana getirmektedir. Bu şemalar neticesinde istismara uğrayan her çocuğun sonraları istismar eden kişiler olmadıkları belirtmektedirler ancak bu çocukların ileriki yaşam dönemlerinde bir sorun ile karşılaştığında şiddet gösterme ihtimalleri %30 (Kaufman ve Zigler, 1987, 1989) şeklinde ifade edilmektedir. Yani bu çocukların ileriki yaşamlarında şiddet gösterme eğilimler daha fazla olmaktadır (Maria ve Kelli, 2005 den aktaran Ballı, 2019).

Psikolojik modelin getirdiği açıklamalardan biri Travmaya sebebiyet verecek şekilde davranan bir kişinin klinik bir tanı alması gerektiği ile ilgiliydi. Yani travmaları uygulayan kişilerin bir psikopatolojisi olduğu düşünülmekteydi fakat yapılan araştırmalarda istismarı uygulayan kişilerin sadece %10'nun her hangi bir psikopatolojiye sahip olduğu görülmektedir (Gelles, 1987 den aktaran Kourt, 2011).

2.3.7.3. Sosyolojik model

Sosyolojik modele göre çocukluk çağı travması olgusunun yaşanmasında içinde bulunulan sosyal yapının etkisi vardır. Sosyal yapı içindeki eşitsiz kaynak dağılımında, sosyo-ekonomik düzeyler arasındaki farklılık gibi pek çok faktörün çocukluk çağı travmalarının nedeni olarak görüp bu yönde açıklamalar getirmeye çalışmaktadır. (Hutchison, 1990, Scannapieco ve Connell-Carrick, 2005). Sosyolojik model, o sosyal yapının içinde yaşayan bireyin ilişkisinin önemini vurgulanmaktadır. Bu ilişki içindeki aksamalar ve bozulmalar bireyin sosyal anlamda destek algısını etkilemekte ve bireyin etkili iletişim kurmasını engellemektedir. Bu modele göre, aile bireylerinin sosyal yapı içerisindeki ekonomik stres faktörleri aile yapısı içerisinde istismara neden olabilmektedir. Sosyal yapı içerisindeki bu ekonomik stres faktörleri iş yerindeki yapısal sorunlar ya da gelirden kayıplar yaşanması şeklinde örneklendirilebilir.

Özellikle ailelerin sosyal yapısı ve ilişkileri aksadığında, ailede stres oluşacak ve istismar olguları kaçınılmaz şekilde artacaktır. Çocukluk çağı travmalarının önlenmesinde sosyolojik model ailenin aile dışındaki sosyal yapılardaki ve ilişkilerindeki stresi azaltarak ailedeki sosyal desteği arttırmayı çözüm olarak görmektedir. (Zigler ve Hall, 1991).

Sosyolojik ve psikolojik kuramlar Çocukluk çağı travmalarının nedenlerine ilişkin veriler sağlamış faka istismarı ortadan kaldırmak için yapılması gereken müdahaleler konusunda yeterli açıklamalara sahip olamamışlardır (Scannapieco ve Connell-Carrick, 2005).

2.3.8. Çocukluk çağı travmalarıyla ilgili yapılmış çalışmalar

Wang ve arkadaşları 2018 de evli olmak ve sağlıklı bir çocuğa sahip olma kriterlerine sahip 156 çiftle beraber yapmış olduğu araştırmada çocukluk duygusal kötü muamele ile evlilik memnuniyeti arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırma sonucuna göre çocukluk duygusal kötü muamele ile evlilik memnuniyeti arasında pozitif bir ilişki bulunmaktadır. Aynı zamanda çocukluk döneminde yaşanan duygusal kötü muamele ile evlilik memnuniyetinin arasındaki ilişkiye eşlik eden psikolojik sorunlarda vardır (Wang ve ark. 2018). Bu sonuçlara göre çocukluk çağı travması ve sağlıklı bir çocuğa sahip olan ebeveynlerin, evlilik memnuniyeti üzerine olumsuz etkileri olabileceği gösterilmektedir.

Evlilik süresince yaşananlar insanların hayatı üzerinde oldukça önemli bir role sahiptir. Çünkü evlilik yaşamın çok büyük bir çoğunluğunu kapsamaktadır. Travmanın etkilerinin evlilik üzerine etkisi olabileceği gibi, evliliğin de travmanın semptomları üzerine etkisi olabilmektedir.

Evans ve arkadaşları (2014) evli çiftlerle yaptığı bir çalışmada eşten alınan olumlu sosyal desteğin travmanın semptomları üzerine hafifletici bir etkisi olduğunu ortaya koydu. Bu sonuçlara göre ise eşten alınan olumsuz sosyal desteğin travma semptomlarını güçlendiren bir yanı olabileceği düşünülmektedir. Çalışmanın sonuçlarına göre cinsiyetler arası anlamlı farklılıklar vardır. Kadınlarda olumlu veya olumsuz sosyal desteğin varlığı travma semptomlarına herhangi bir etkiye bulunmamıştır (Evans ve ark. 2014den aktaran Ekşi 2021).

Nguyen ve arkadaşları da çocuklukta yaşanan istismarın, evliliğe olan etkilerini araştırmak için 414 yeni evli ve düşük gelirli mahallelerde yaşayan çift ile bir çalışma yapmışlardır. Çocuklukta istismar edilmiş kişilerin daha fazla klinik bulguya rastlanmasının yanı sıra evlilik memnuniyetlerinde düşük olduğu gözlemlenmiştir (Nguyen ve ark, 2017).

Literatürde yapılan çocukluk çağı travmaları ve beslenme alışkanlıklarıyla alakalı bir araştırmada 15 yaşına kadar yoğun travmatik yaşam olayları maruz kalan bireylerin obeziteye yakalanma ihtimalleri travmatik yaşam olayına maruz kalmamış insanlara oranla çok daha yüksektir (Arslan, 2016). Yeme bozukluğunu ile ilgili araştırma yapan araştırmacıların birçoğu çocukluk çağı travmalarıyla bir ilişki kurabilmek için istismar ve ihmal türleriyle, tekrarlanan travmatik olaylar arasında bir ilişki tespit edilmiştir (Leonard, 2019 dan aktaran Çobanoğlu, 2020).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM VE TEKNİKLER

3.1. Araştırma Modeli

Yapılan araştırmada kadınlarda duygusal yeme düzeyi ve çocukluk çağı travmalarının evlilik doyumuyla ilişkisi çalışılmıştır. Araştırma, ilişkisel tarama modeline uygun bir araştırmadır. Bu model birden fazla sayıdaki değişken arasındaki değişimi ve bu değişimin derecesini belirlemeyi amaçlamaktadır (Karasar, 1998). Kadınlarda duygusal yeme düzeyi ve çocukluk çağı travmalarının evlilik doyumuyla ilişkisi çalışılmıştır. Bu sebeple çalışma ilişkisel tarama modelindedir ve değişim varlığını ortaya koymaktadır.

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Bu araştırmanın evrenini İstanbul ilinde yaşayan 25-55 yaş arası yetişkin ve evli bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme ise basit rast gele örneklem yöntemiyle seçilmiştir. Örneklemi İstanbul ilinde yaşayan 25-55 yaş arası yetişkin 400 kadın birey oluşturmaktadır. Araştırmada 25-55 yaş arası yetişkin kadınlarda duygusal yeme düzeyi ve çocukluk çağı travmalarının evlilik doyumuyla ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. İlişkisel tarama modeline göre yapılmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

3.3.1. Kişisel bilgi formu

Sosyodemografik bilgi formu araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Form katılımcıların cinsiyet, yaş gelir ve eğitim durumu bilgilerinden oluşmaktadır.

3.3.2. Evlilik doyum ölçeği

Araştırmada kullanılacak olan Evlilik Doyum Ölçeğini geliştiren ve Türkçe'ye uyarlayan Işık Derebaşı'dır.

Evlilik Doyumu Ölçeği 150 madde, 12 alt boyuttan oluşmaktadır. Evlilik Doyumu Ölçeği, Konvansiyonellik (10m), Genel Duygulanım (22m), İletişimde Duygulanım (13), Saldırganlık (10m), Birlikte Zaman Geçirme (10m), Para Hakkında Anlaşamama (11m), Cinsel Doyumsuzluk (13m), Rol Uyumu (12m), Problemin Ailesel Geçmişi (9m), Çocuklarla Doyumsuzluk (11m), Çocuk Bakımında Çelişkileri (10m) ölçmektedir.

Araştırmada kullanılan olan Evlilik Doyum Ölçeğinin puanlanmasında alt ölçekler için ayrı ayrı puanlar hesaplanacak, elde edilen ham puanlar T puanlarına çevrilecektir. Ölçek anahtarı ile uyum sağlayan her madde 1, sağlamayan her maddeden 0 puan alınacaktır. Evlilik Doyumu Ölçeğinin değerlendirilmesinde Rol uyumu, Tutarsızlık ve Konvensiyonellik dışında bütün ölçekler hoşnutsuzluk yönünde puanlanmaktadır. Yüksek puanlar, ilişki içinde belirli alan için doyumsuzluğun yüksek olduğu anlamına gelmektedir.

Orijinal adı Marital Satisfaction Inventory olan Evlilik Doyum Ölçeğinin güvenirlik geçerlilik çalışmaları: Evlilik Doyum Ölçeğininin Geçerlik Çalışması: Madde analizleri, Test ve madde Eğrileri incelenmiştir. Faktör analizi sonuçlarına göre ölçeklerin dağılımı, beklenen sonuca uygundur. Her alt ölçek için Fonksiyon Analizi yapılmıştır.

Evlilik Doyum Ölçeğinin Güvenirlik Çalışması: Alt ölçeklerin Cronbach Alfa Güvenirlik testi sonuçları şöyledir: Konvansiyonellik 86, Genel Duygulanım 93, İletişimde Duygulanım 77, İletişimde Problem Çözme 85, Saldırganlık 82, Birlikte Zaman Geçirme 77, Para Hakkında Anlaşamama 71, Cinsel Doyumsuzluk 81, Rol Uyumu 81, Problemin Ailesel Geçmişi 76, Çocuklarla Doyumsuzluk 59 ve Çocuk Bakımında Çelişkiler 78

3.3.3. Çocukluk çağı travmaları ölçeği

Araştırmada kullanılmış olan Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğini geliştiren ve Türkçe'ye uyarlayanlar: Vedat Şar, Erdinç Öztürk ve Eda İkikardeş'dir.

Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği 28 maddeden oluşmaktadır. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği, Duygusal (emosyonel) istismarı (3,8,14,18,25) , fiziksel istismarı (9,11,12,15,17), fiziksel ihmali (1,4,6,2,26) , duygusal (emosyonel) ihmali (5,7,13,19,28) , cinsel istismarı (20,21,23,24,27) ölçmektedir.

Araştırmada kullanılan olan Çocukluk Çağı Travmalarının puanlanmasında olumlu ifadelerden (madde 2,5,7,13,19,26,28) elde edilen puanlar ters çevrilir. Beş alt puanın toplamı ölçeğin toplam puanını verir. Alt puanlar 5-25, toplam puan 25- 125 arasındadır. Olumlu ifade olmasına rağmen minimizasyonla ilgili (madde 10, 16 ve 22) maddelerin puanlarını ters çevirmeye gerek yoktur. Çünkü bu üç madde sadece travmanın inkârını ölçmekte ve toplam puanı etkilememektedir.

Minimizasyon puanını hesaplamak için bu üç maddenin her birinden alınan sadece 5 puan (en yüksek) cevapları hesaba katılır ve bunları hepsi 1 puan olarak sayılır. Bunların toplanması ile 0-3 puan arasında bir minimizasyon puanı elde edilir.

Orijinal adı childhood trauma questionnaire (CTQ) olan çocukluk çağı travmaları ölçeğinin güvenilirlik geçerlilik çalışmaları 2012 yılında, klinik dışı 50 kişi ile yapılmıştır ve şöyledir:

Çocukluk çağı travmaları ölçeğinin geçerlik çalışması: Geçerliliğin araştırılması için ölçek puanlarının eğitim düzeyi, ekonomik düzey ve yaş ile ilişkisi Pearson korelasyon yöntemi ile cinsiyetler arası fark t testi ile incelendi. Tüm denek gruplarının CTQ toplam puanı ortalamaları varyans analizi ile karşılaştırıldı. Grupların ikili olarak “post hoc” karşılaştırması yapıldı (Tukey yöntemi ile).

ÇÇKKİSL’den elde edilen yanıtlarla CTQ alt grup puanları t testi ile karşılaştırıldı. Derecelendirmiş ÇÇKKİSL yanıtları ile CTQ alt puanlarının korelasyonlarına bakıldı. ÇÇKKİSL ile elde edilen toplam travma türü sayısı ile CTQ toplam puanının korelasyonuna bakıldı. DES ile CTQ toplam puan korelasyonlarına bakılarak konverjan geçerlilik sınıandı. Faktör analizinde 5 faktöre yönelik analiz yapıldı. Her maddenin en yüksek yük aldığı faktöre ait olduğu değerlendirildi.

Çocukluk Çağı Travmaların Ölçeğinin Güvenilirlik Çalışması: İç tutarlılığı ölçmek için Cronbachalfa ve yarım test (Guttman formülü) yöntemleri kullanılmıştır.

Alt puanlar için korelasyon katsayıları şöyle olmuştur: Duygusal istismar 90, Duygusal İhmal 85, Fiziksel İstismar 90, Cinsel İstismar 73, Fiziksel İhmal 77, Minimizasyon 71.

3.3.4. Duygusal yeme ölçeği

Araştırmada kullanılmış olan Duygusal Yeme Ölçeğini Türkçe’ye uyarlayan ve geliştiren Ş. Sinem Bilgen’dir.

Duygusal Yeme Ölçeği, 30 maddeden oluşmaktadır. Duygusal yeme ölçeği; gerginlik durumlarında yeme (1,2,3,4,5,6,9,10,11,12,13,18), olumsuz duygularla başa çıkabilmek için yeme (7,8,14,15,16,17,19,20,21,22,30), kendini kontrol edebilme (23,26,27,28,29), uyarın karşısında kontrol durumunu (24,25) ölçmektedir.

Duygusal yeme ölçeğinin geçerlik güvenilirlik çalışması 2018 yılında 96 kişi ile gerçekleştirilmiştir ve şöyledir:

Duygusal yeme ölçeğinin güvenilirlik çalışması: Cronbach"s Alpha katsayısından yararlanılmıştır. Çalışmanın birinci aşamasında Duygusal Yeme Ölçeğinin alt ölçeklerinin belirlenebilmesi için Açıklayıcı Faktör Analizi uygulanmıştır. İkinci aşamada ki kullanılan ölçeklerin alt ölçeklerinin puanlarının normal dağılıma uygun olup olmadığının test edilebilmesi için Kolmogorov Smirnov Testi kullanılmıştır.

Ölçeğin güvenilirliği çalışmasına göre, testin tamamı için Cronbach"s Alpha iç tutarlılık katsayısı 0,96 şeklindedir. Güvenilirlik hesaplanması sonucunda, katsayı 0,96 şeklindedir.

Faktör puanlarına bakıldığında güvenilirlik katsayıları; "gerginlik durumlarında yeme" 0,944, "olumsuz duygular ile başa çıkabilme için yeme" 0,926, "kendini kontrol edebilme" 0,794 ve "uyaran karşısında kontrol" 0,636 şeklindedir. Duygusal Yedme Ölçeğinin Geçerlilik çalışması: Açıklayıcı faktör analizi ile denenmiştir.

3.4. Veri Analizi

Toplanan veriler betimsel istatistiklerden yüzde, frekans, aritmetik ortalama ve standart sapma kullanılarak analiz edilmiştir.

Ölçek puanlarının normal dağılım gösterip göstermedikleri Kolmogorov-Smirnov testi ile yoklanmıştır. Bu puanların normal dağılım göstermediklerinin belirlenmesinin üzerine ilgili veri setleri normal dağılıma uygun olacak biçimde dönüştürülmüştür. Dönüştürme işlemleri 2 aşamalı olarak yürütülmüştür.

Elde edilen yeni veri setlerinin normal dağılıma uygunluğunun test edilmesinin ardından fark testleri için tek yönlü varyans analizi kullanılırken ilişkilerin belirlenmesinde Pearson Momentler Çarpımı Katsayısı ve kısmi korelasyon katsayısı kullanılmıştır.

Son olarak, değişkenler arasındaki yollar Yol Analizi ile ortaya konmuştur. İse Elde edilen değerler için, 05 anlamlılık düzeyi temele alınmıştır.

Söz konusu analizler Excel, SPSS ve Lisrel programları kullanılarak yapılmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Demografik Değişkenlere Göre Dağılımı

Tablo 1. Katılımcıların Yaşlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

N	Minimum	Maksimum	\bar{x}	S.S.
404	25	55	40,27	9,89

Katılımcıların sosyo-demografik özellikleri kapsamında ilk olarak yaşları ile ilgili verilerin betimsel istatistikleri hesaplanmıştır. Aşağıdaki tabloda sunulan bulgulara göre katılımcıların yaşları 25 ile 55 arasında değişmektedir. Ortalama yaş ise 40,27 olarak bulunmuştur.

Katılımcıların gelir düzeyine ilişkin frekanslar ise aşağıdaki gibidir. Aylık gelir düzeyi 2800 TL'nin altında olan katılımcıların oranı %17,82 iken gelir düzeyi 2800-4500 TL arasında olan katılımcıların oranı 25,50'dir. Aylık geliri 4500 TL'nin üzerinde olan katılımcıların oranı ise %56,68 olarak bulunmuştur.

Tablo 2. Katılımcıların Gelir Düzeyine Göre Dağılımları

	f	%
2800- TL	72	17,82
2800-4500 TL	103	25,50
4500+ TL	229	56,68
Toplam	404	100,00

Katılımcıların eğitim durumlarına ilişkin frekans dağılımlarına bakıldığında %8,42'sinin ilköğretim mezunu, %19,06'sının lise mezunu, 51,98'inin üniversite mezunu olduğu görülmektedir. Yüksek lisans derecesine sahip katılımcıların oranı %14,60 iken doktora derecesine sahip katılımcıların oranı %5,94'tür.

Tablo 3. Katılımcıların Eğitim Durumuna Göre Dağılımları

	f	%
İlköğretim	34	8,42
Lise	77	19,06
Üniversite	210	51,98
Yüksek Lisans	59	14,60
Doktora	24	5,94
Toplam	404	100,00

Katılımcıların çocuk sahibi olma durumlarına bakıldığında %80,45'inin çocuk sahibi olduğu ve %19,55'inin çocuk sahibi olmadığı görülmektedir.

Tablo 4. Katılımcıların Çocuk Sahibi Olma Durumları

	F	%
Yok	79	19,55
Var	325	80,45
Toplam	404	100,00

Duyusal Yeme Ölçeği, Çocukluk Travmaları Ölçeği ve Evlilik Doyumu Ölçeği Verilerine İlişkin Betimsel İstatistikler

Duyusal Yeme Ölçeği ile toplanan verilerin betimsel istatistiklerine bakıldığında katılımcı puanlarının 34 ile 146 arasında değiştiği görülmektedir. Bu ölçekteki puanların ortalaması ise 68,07'dir.

Tablo 5. Duyusal Yeme Ölçeği Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

N	Minimum	Maksimum	\bar{x}	S.S.
404	34	146	68,07	25,59

Çocuklukta yaşanan travmalarla ilgili puanlar ise 36-100 aralığındadır. Çocukluk Travmaları Ölçeği puanlarının aritmetik ortalaması ise $\bar{x}=50,34$ olarak bulunmuştur.

Tablo 6. Çocuklukta Travma Ölçeği Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

N	Minimum	Maksimum	\bar{x}	S.S.
404	36	100	50,34	11,19

Evlilik Doyumu Ölçeği puanlarına ilişkin betimsel istatistikler ise aşağıdaki gibidir. Buna göre ölçekten alınan en düşük puan 27 iken en yüksek puan 123'tür. Ortalama ölçek puanı ise 66,28'dir.

Tablo 7. Evlilik Doyum Ölçeği Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

N	Minimum	Maksimu m	\bar{x}	S.S.
404	27	12	66,28	25,77

Söz konusu ölçeklerin kullanımıyla elde edilen verilerin normal dağılım gösterip göstermedikleri ise Komogorov-Smirnov Testi ile yoklanmıştır. Yapılan testlere göre Duygusal Yeme Ölçeği, Çocukluk Travmaları Ölçeği ve Evlilikte Doyum Ölçeği puanları normal dağılım göstermemektedir ($p<,05$).

Tablo 8. Ölçek Puanlarının Normallik Testi

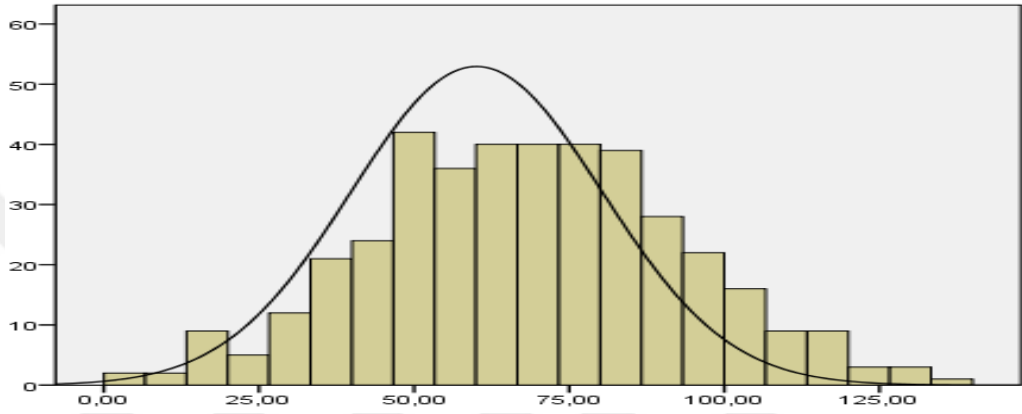
	Kolmogorov- Smirnov	sd	p .
Duygusal Yeme Ölçeği	,105	404	,000
ÇocuklukTravmaları Ölçeği	,146	404	,000
Evlilikte Doyum Ölçeği	,094	404	,000

Yukarıdaki puanlar normal dağılıma dönüştürüldükten sonra ise elde edilen Komogorov-Smirnov Testi verileri aşağıdaki gibidir. Görüldüğü gibi dönüştürme işlemleri sonrasında Duygusal Yeme, Çocukluk Travmaları ve Evlilikte Doyum ölçekleri ile toplanan veriler normal dağılım göstermektedir ($p>,05$)

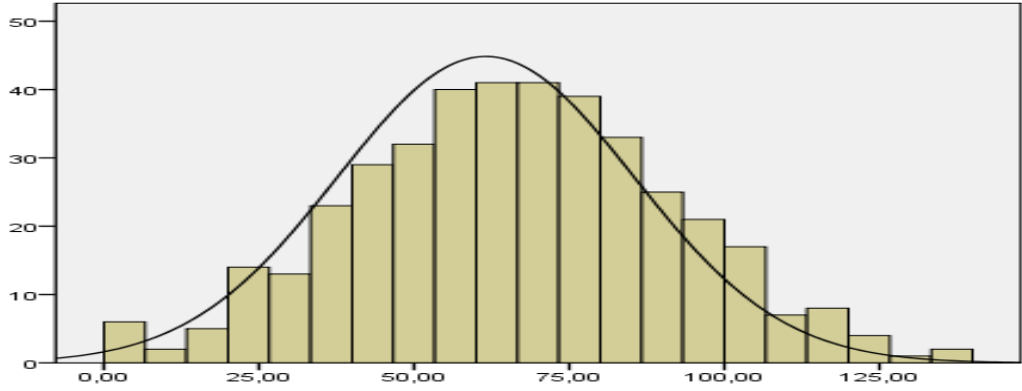
Tablo 9. Dönüştürülmüş Ölçek Puanlarının Normallik Testi

	Kolmogorov-Smirnov	sd	<i>p.</i>
Duygusal Yeme Ölçeği	,022	404	,200
Çocukluk Travmaları Ölçeği	,034	404	,200
Evlilikte Doyum Ölçeği	,015	404	,200

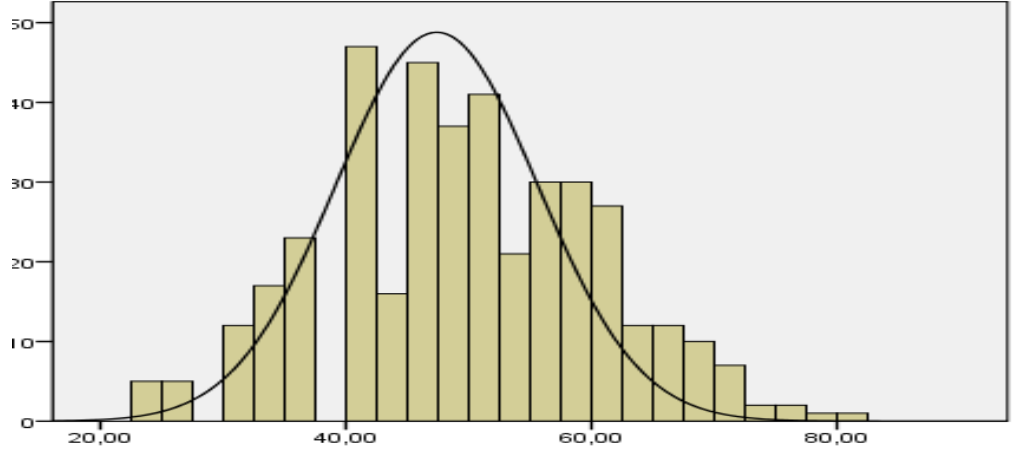
Normal dağılıma dönüştürülmüş ölçek verilerinin histogramları aşağıdaki gibidir.



Şekil 1. Duygusal Yeme Ölçeğinin Puanlarına İlişkin Histogram



Şekil 2. Evlilik Doyumu Ölçeği Puanlarına İlişkin Histogram



Şekil 3. Çocukluk Travmaları Ölçeği Puanlarına İlişkin Histogram

Evlilik Doyumu Ölçeği Puanlarının Sosyo-Demografik Özelliklere Göre Farklılaşma Durumu Bulguları

Evlilik doyumu puanlarının eğitim durumuna göre farklılaşma durumu aşağıda incelenmiştir. Buna göre katılımcıların puanları eğitim durumlarına göre farklılaşmamaktadır ($p>,05$)

Tablo 10. Evlilik Doyum Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Farklılaşma Durumu

Eğitim Durumu	n	\bar{x}	F	sd	p
İlköğretim	34	66,38	,518	4	,723
Lise	77	63,76			
Üniversite	210	66,70			
Yüksek Lisans	59	68,30			
Doktora	24	61,17			

Evlilik doyumu puanlarının gelir düzeyine göre farklılaşma durumu aşağıda incelenmiştir. Buna göre katılımcıların puanları gelir düzeyine göre farklılık göstermemektedir ($p>,05$). Gelir düzeyi arttıkça doyumsuzluk anlamındaki Evlilikte Doyum Ölçeği puanları azalsa da bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Tablo11. Evlilik Doyum Ölçeği Puanlarının Gelir Düzeyine Göre Farklılaşma Durumu

Gelir Düzeyi	N	\bar{x}	F	sd	<i>p</i>
2800-	72	71,47	2,744	2	,066
2800-4500	103	67,37			
4500+	229	63,68			

Evlilik Doyumu Ölçeği Puanları ile Çocukluk Travmaları Ölçeği ve Duygusal Yeme Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular

Doyumsuzluk anlamında Evlilik Doyumu Ölçeği puanları ile Çocukluk Travmaları Ölçeği puanları arasındaki ilişkiye bakıldığında iki değişken arasında ,341 düzeyinde bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Söz konusu ilişki ,01 düzeyinde anlamlıdır. Evlilik Doyumu Ölçeği puanları ile Duygusal Yeme Ölçeği puanları arasındaki korelasyon katsayısı ise, 266 olarak bulunmuştur. Söz konusu değer, 01 düzeyinde anlamlıdır. Öte yandan, Evlilik Doyumu Ölçeği Puanları ile Duygusal Yeme Ölçeği puanları arasında ise, 168 düzeyinde bir ilişki bulunmaktadır. Hesaplanan bu değer, 05 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 12. Duygusal Yeme Ölçeği, Çocukluk Travması Ölçeği ve Evlilikte Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkiler

		Evlilikte Doyum Ölçeği	Duygusal Yeme Ölçeği
Çocukluk Travması Ölçeği	Pearson	,341	,168
	<i>p</i>	,000	,001
Evlilikte Doyum Ölçeği	Pearson		,266
	<i>p</i>		,000

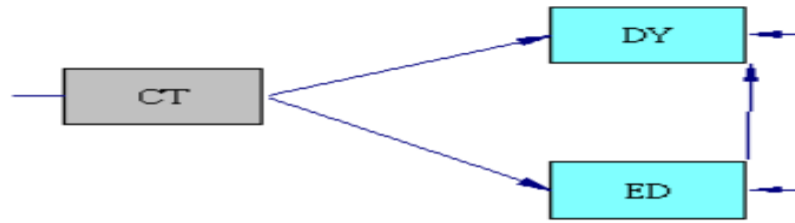
Çocukluk Travması Ölçeğinden alınan puanların kontrol edilerek duygusal yeme ile evlilik doyumu arasındaki ilişkinin kısmi korelasyon katsayısı hesaplandığında bu değer (r=0,227) olduğu görülmektedir. Diğer bir deyişle,

duygusal yeme ile evlilik doyumu arasındaki ilişki çocukluk travmaları puanları kontrol edildiğinde bir miktar azalmaktadır.

Tablo 13. Çocukluk Travması Ölçeği Puanları Kontrol Edildiğinde Duygusal Yeme Ölçeği ile Evlilikte Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki İlişki

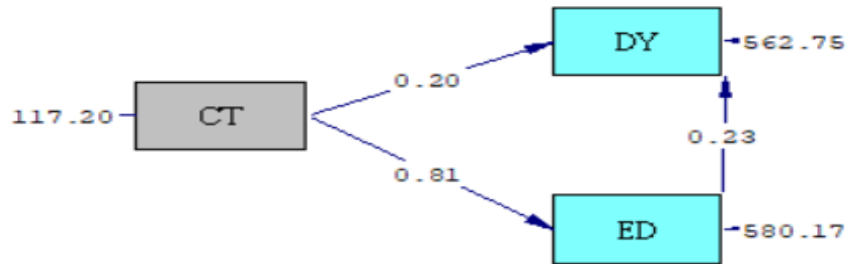
		Duygusal Yeme Ölçeği
Evlilikte Doyum Ölçeği	r	,227
	p	,000

Yukarıda elde edilen bulgular çocukluk travmaları ile duygusal yeme arasında evlilik doyumu üzerinden bir ilişkinin olabileceğini, yani evlilik doyumunun bir aracı rolünün olabileceğini düşündürmektedir. Bu aracı rol ise Yol Analizi ile test edilmiştir. Bu kapsamda oluşturulan ilk hipotetik model (Model A) aşağıdaki gibidir. Modeldeki kısaltmalardan CT çocukluk travmasını, ED evlilik doyumunu ve DY ise duygusal yemeyi temsil etmektedir.



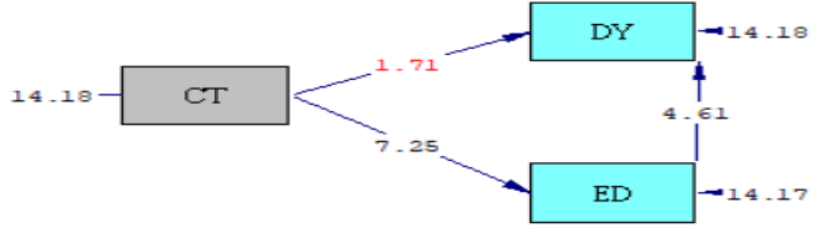
Şekil 4. Hipotetik Model A

Oluşturulan bu ilk hipotetik model test edildiğinde değişkenler arasındaki yollarla ilgili olarak aşağıdaki yol katsayıları elde edilmiştir.



Şekil 5. Model A Yol Katsayıları

Model A'ya ilişkin elde edilen t değerleri ise aşağıdaki gibidir.



Şekil 6. Model A t Değerleri

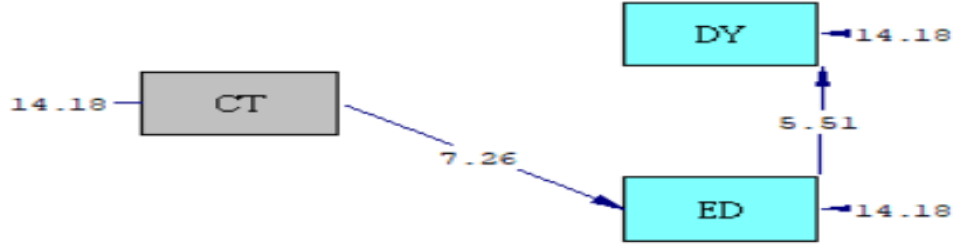
Oluşturulan bu modele (Model A) ilişkin χ^2 değerinin, 00 olduğu ve bu değer, 05 anlamlılık düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir ($p=1,00$). Ayrıca RMSEA katsayısı, 00 olduğundan oluşturulan modelin uyum iyiliği değerlerinin kabul edilebilir olduğu anlaşılmıştır. Ancak modelde çocuklu travmalarından duygusal yemeye giden yola ilkin t değerinin anlamlı olmadığı görüşmüştür ($t=1,71$; $p>,05$). Bu sebeple söz konusu yol modelden çıkarılarak ikinci bir model (Model B) oluşturularak test edilmiştir.

Son modelin uyum iyiliği indeksleri ile ilgili değerler aşağıdaki tabloda verilmektedir. Tabloda da verildiği gibi uyum iyiliği indeksinin (GFI) 1,00 olduğu görülmektedir. Karşılaştırmalı uyum iyiliği indeksi ,98 olarak bulunurken artımlı uyum indeksi (IFI) ise ,98 olarak bulunmuştur. Değerlerden de anlaşıldığı gibi bu uyum iyiliği indeksleri 1 veya 1'e oldukça yakın değerlerdedir.

Uyum İyiliği İndeksi	Değer
Uyum İyiliği İndeksi (GFI)	1,00
Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI)	,98
Artımlı Uyum İndeksi (IFI)	,98

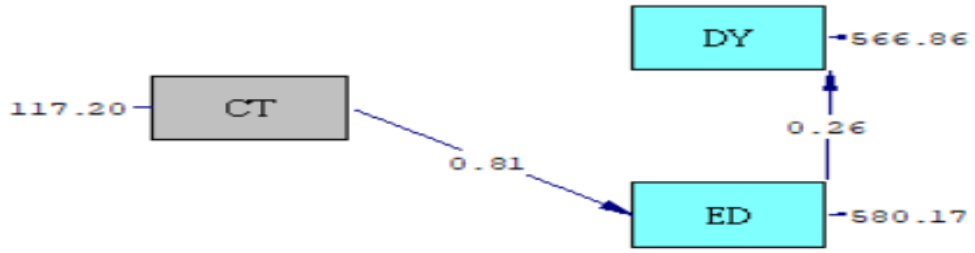
Model B'ye ilişkin t değerleri incelendiğinde tüm değerlerin, 05 düzeyinde anlamlı olduğu anlaşılmaktadır. Ayrıca bu modele ilişkin uyum iyiliği değerleri ile ilgili olarak bu modele ilişkin χ^2 değerinin 2,92 olduğu ve bu değer, 05 anlamlılık düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir ($p=,08$). Ağırlıklı en küçük kareler χ^2 değeri ise ,00 olarak bulunmuştur ($p>,05$). Ayrıca RMSEA katsayısı ,07 gibi sıfıra

yakın bir değer olduğundan oluşturulan modelin uyum iyiliği değerlerinin kabul edilebilir olduğu anlaşılmıştır.



Şekil 7. Model B t Değerleri

Öte yandan, Model B'ye ilişkin hesaplanan yol katsayıları ise aşağıdaki gibidir.



Şekil 8. Model B Yol Katsayıları

Model A ile Model B'nin yol değerleri karşılaştırıldığında çocuklu travmalarından duygusal yemeye olan doğrudan yol kaldırıldığında evlilik doyumu ile duygusal yeme arasındaki yol katsayısının yükseldiği görülmektedir. İlk modelde ($\beta=,23$) olan yordama katsayısı ikinci modelde ($\beta=,26$) düzeyine gelmiştir. Bu bulgulara dayanarak, çocukluk travmaları ölçeği puanlarının duygusal yeme ölçeği puanları üzerinde, evlilik doyumu ölçeği puanları üzerinden bir etkiye sahip olduğu; diğer bir deyişle, evlilik doyumunun çocukluk travmaları ile duygusal yeme ilişkisi arasında kısmi aracılık rolünün olduğu söylenebilir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde elde edilen bulgular ve istatistiksel analiz sonuçları ile ilgili literatür ele alınacaktır.

Bakım verenler ve ebeveynlerin çocuk ile kurduğu iletişim modeli, çocuğu sosyal gelişimini, bedensel ve psikolojik gelişimini doğrudan etkilemektedir. Yaşamın ilk yıllarında meydana gelen çocukluk ve ya ergenlik döneminde yaşanan sarsıcı istismar ve ihmal çocukluk çağı travması olarak ele alınır. Yapılan araştırmalara bakıldığında çocukluk çağı travmalarının, ruhsal problemlere neden olabileceği bilgisine ulaşılmıştır. Çocukluk çağı travması ile duygusal yeme arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla yapılan Pearson Momentler Çarpımı Katsayısı sonucuna göre çocukluk çağı travmaları ve duygusal yeme davranışı pozitif yönde anlamlı bir ilişki sahiptir ($p<,05$). Duygusal yeme ya da emosyonel yeme, bireyin olumsuz duygulara karşılık olarak gelişmekte olan aşırı yeme yatkınlığını anlatan bir yeme bozukluğu olarak tanımlanabilir(Sevinçer ve Konuk 2013). Çocukluk çağı travmalarında uzun vadede içerdiği bu olumsuz duygulanımlar duygusal yeme ataklarına sebebiyet verdiği düşünülmektedir. Çocukluk çağı travmaları ve duygusal yeme ile ilgili yapılan araştırmalara bakıldığında yapılan çocukluk çağı travmaları ve beslenme alışkanlıklarıyla alakalı bir araştırmada 15 yaşına kadar yoğun travmatik yaşam olayları maruz kalan bireylerin obeziteye yakalanma ihtimalleri travmatik yaşam olayına maruz kalmamış insanlara oranla çok daha yüksek olduğu ortaya konmuştur (Aslan 2016). Duygusal yeme fizyolojik açlıkla alakalı olmadığından duygu durumuna göre şekillenen yeme periyodları çok hızlı kilo alımına sebep olarak obeziteye yol açmaktadır. Yeme bozukluğunu ile ilgili araştırma yapan araştırmacıların birçoğu çocukluk çağı travmalarıyla bir ilişki kurabilmek için istismar ve ihmal türleriyle, tekrarlanan travmatik olaylar arasında bir ilişki tespit edilmiştir (Çobanoğlu, 2020). Çocukluk çağı travmasına maruz kalan kişilerin, öz saygı geliştirme ile duygusal yeme davranışı sergileme durumları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan 100 adet 18- 24 yaş aralığındaki öğrencinin katıldığı bir çalışmada; Çocukluk çağı travmaları ile duygusal yeme arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Çobanoğlu, 2020). Literatür gözden geçirildiğinde araştırmamızın bulguları ile örtüştüğü belirlenmiştir.

Evlilik doyumunun eğitim düzeyine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonucuna göre evlilik doyumu eğitim durumuna göre farklılaşmamaktadır ($p>.05$). Başka bir deyişle evlilik doyumu ve eğitim durumu arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Evlilik doyumu ve eğitim düzeyiyle alakalı yapılan araştırmalara bakıldığında bulgunun literatürün genelinde farklı olduğu gözlenmektedir. Fışiloğlu (1992) tarafından State Universtiy of New York at Buffalo'da öğrenim gören ve evli lisansüstü öğrencisi olan bireylerin cinsiyet rolleri, cinsiyet farkı, stres gibi faktörlerle beraber evlilik uyumlarının incelendiği araştırmada eşin eğitim düzeyi ile evlilik uyumu arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır. 112 kadın ve 59 erkek katılımcının olduğu bu çalışmada partnerleri bilim uzmanlığı ve doktora derecesine sahip olanların evlilik uyumu, eşleri lise ve lisans derecesine sahip olanların evlilik uyumundan daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuçlar, eğitim düzeyi düşük olan kişilerin birbirlerine sevgilerini belli etme, iletişim kurma yetenekleri, herhangi bir konuda fikir beyanında bulunma, yaşanan çatışmayı olumlu bir şekilde sonlandırma eğilimi, beraber vakit geçirme hususlarında çok fazla anlaşmazlıklar yaşama olasılıklarının yüksek olmasından dolayı düşük düzeyde evlilik doyumuna sahip olmalarıyla ilişkili olabilir. Araştırma bulgularımızın bu araştırma sonucuyla benzerlik göstermemesi sebebinin evlilik doyumu ve değişkenler araştırılırken araştırma konumuzun sınırlılıkları ve yalnızca kadın katılımcılarla çalışılması nedeniyle farklılık olduğu düşünülmektedir. Bir başka araştırmada ise çalışan kadınlarda öğrenim düzeyi arttıkça evlilik doyumunun artma eğiliminde olduğu bulunmuştur. Bu sonuç daha önce gerçekleştirilen ve yüksek eğitim düzeyinin yüksek evlilik doyumuyla ilişkili olabileceğini gösteren araştırma sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Bu araştırma, Kadınların evlilik doyumunu aktif bir şekilde iş hayatında var olma üzerinden değerlendirmesi noktasında bu çalışmadan ayrılmakta ve bu noktada bulguların örtüşmediği düşünülmektedir. Aynı şekilde Kendir ve Demirli'nin (2016) yaptığı çalışmada da yüksek lisans mezunu bireylerin diğer bireylere oranla evlilik doyum düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Kılbitmez (2018) tarafından yapılan çalışmada eğitimi üniversite ve üstü olan bireylerin evlilik doyum düzeylerinin daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ancak bu araştırmanın örneklem grubu incelendiğinde yine çalışan kadınlarla çalışıldığı görülmektedir. Bulgularımızla benzer bir sonuca ulaşan bir araştırmada değişken olarak eğitim durumunun evlilik doyumu ile arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır

(Çelebi ve Polat, 2019). Bulgularımızın literatürden farklı çıkmasının, başka bir deyişle eğitim düzeyinin evlilik doyumuyla arasında bir ilişki bulunmamasının sebebinin örneklem grubundaki kadınların aktif olarak iş hayatlarında var olup olmadıkları durumunun bir değişken olarak ele alınmamış olması olduğu düşünülmektedir.

Evlilik doyumunun gelir düzeyine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla hesaplanan Tek Yönlü Varyans Analizi sonucuna göre gelir düzeyi arttıkça doyumsuzluk anlamındaki evlilik doyumu ölçeği puanları azalsa da bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p>,05$). Araştırmamızın istatistiksel verilerine göre evlilik doyumu ile gelir düzeyi arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Evlilik doyumu ve gelir düzeyi arasındaki ilişki bakımından literatür incelendiğinde farklı sonuçlarla karşılaşmaktadır. Bir araştırmada çalışan kadınların aylık gelirleri arttıkça evlilik doyumunun da artmakta olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Habibova ve Nursel, 2020). Bu sonuç da daha önce gerçekleştirilen ve yüksek aylık gelirin yüksek evlilik doyumuyla ilişkili olabileceğini gösteren araştırma sonuçları ile tutarlılık göstermektedir. Örneğin, Taşköprü (2013) tarafından yapılan bir çalışmada düşük gelir düzeyine sahip bireylerin evlilik doyumlarının orta ve yüksek gelir düzeyine sahip olanlara göre daha düşük olduğu bulunmuştur. Benzer bir şekilde Güngör (2019) tarafından yapılan bir çalışmada da aylık geliri yüksek olan kişilerin evlilik doyumlarının anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Yıldırım (1993) ve Polat (2006) da çalışmalarında ekonomik durumun evlilik doyumunu etkilemekte olduğunu ve ekonomik seviye arttıkça evlilik doyumunun da arttığını bulmuştur (Kendir ve Demirli, 2016). Sosyal yaşam koşullarının güç olması göz önünde bulundurulduğunda maddi olanaksızlıkların sorunları halletmede ve beklentileri karşılamada olumsuz sonuçlar doğuracağı düşünülerek evlilik doyumunu olumsuz etkileyeceği düşünülmektedir. Dolayısıyla evlilik doyumlarının yüksek olan evli bireylerin evlilikle ilgili sorumluluklarını daha iyi yerine getirebilmeleri, sorunları daha kolay çözebilmeleri ve karşılıklı beklentilerini kısa vadede karşılayabilmeleri gelir düzeylerinin daha yüksek olmasıyla ilişkili olabilir. Bulgularımız incelendiğinde sosyoekonomik koşulların evli kadınların evlilik doyumlarını etkileyebileceği düşünülürken literatürdeki diğer araştırmalardan farklı olarak istatistiksel olarak aralarında anlamlı düzeyde bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Araştırmamızla alakalı bu farklı sonuçların örneklem grubundaki bireylerin problem çözme becerileri, iletişim

becerileri, evlilik öncesi sosyoekonomik durum gibi değişkenleriyle alakalı olabileceği düşünölmektedir. Başka bir değişle evlilik doyumu ve sosyoekonomik durum arasındaki ilişki saptanırken farklı değişkenlerin ele alınmamış olması ve yeterli büyüklükte evren ve örnekleme ulaşılamamış olmasının sebep olabileceği düşünölmektedir.

Evlilik doyumu ile çocukluk çağı travmaları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olup olmadığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan Pearson Momentler Çarpımı Katsayısı sonucuna göre bu iki değişken arasında ,341 düzeyinde anlamlı bir ilişki vardır. Söz konusu ilişki ,01 düzeyinde anlamlıdır. Çocukluk çağı travması ile evlilik doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Literatüre bakıldığında travmatik anıların evlilik doyumunu düşürdüğünü bulgulayan çalışmalar bulunmaktadır (Çelebi ve Polat, 2019). Bu bulgu literatürdeki çocuklukta yaşanan travmalar ile evlilikte yaşanan olumsuzluklar arasında bir ilişki olduğunu ortaya koyan çalışmanın çocukluk döneminde fiziksel istismar, tecavüz veya ciddi fiziksel saldırılara maruz kalan evli bireyler arasında boşanma ve ayrılma oranlarının daha yüksek olduğu bulguları ile benzerlik göstermektedir (Whisman, 2016). Çocukluk çağı travmalarının kişide bağlanma biçimlerini olumsuz etkilediği ve uzun vadede partneri ile ilişkisini doğrudan etkilediği düşünölmektedir. Bu durum evlilik doyumunu travmaya uğramış bireyin kendilik algısı ve kaygılı bağlanma stili yönünden düşürebileceği düşünölmektedir. Çocukluk çağı travması geçmişı olan kadınların ilişkilerinde daha savunmacı ve aşağılayıcı tepkiler verebileceği düşünölmekte dolayısıyla evlilik doyumunu etkileyebileceği yorumu yapılabilmektedir.

Evlilik doyumu ve duygusal yeme davranışının ilişkisini ortaya koymak için hesaplanan Pearson Momentler Çarpımı Katsayısı sonucuna göre duygusal yeme ile evlilik doyumu arasındaki korelasyon katsayısı 266 olarak bulunmuştur. Söz konusu değer 0.1 düzeyinde anlamlıdır. Evlilik doyumu ölçeği puanları ile duygusal deme ölçeği puanları arasında ise ,168 düzeyinde bir ilişki bulunmaktadır. Hesaplanan bu değer ,05 düzeyinde anlamlıdır.

Elde edilen bulgulara göre duygusal yeme ve evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki vardır. Evlilikten alınan doyumun azalması durumunda kişi stres, kaygı, üzüntü, can sıkıntısı ve belirsizlik ile olumsuz duygulanım yaşar. Bu olumsuz duygulanımları unutmak, ertelemek amacıyla duygusal yeme davranışı eğilimi artabileceği düşünölmektedir. Kişinin evlilikten aldığı doyumunu etkileyen birçok faktör

vardır. Bulgularımıza göre bu faktörlerin yarattığı olumsuz duygulanımı bastırmak için kişiler duygusal yeme davranışı gösterdiği düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde duygusal yeme ve evlilik doyumunun incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Evlilik doyumunun çocukluk çağı travmaları ve duygusal yeme ilişkisi arasında kısmi aracılık rolü olup olmadığı belirlenmesi amacıyla yapılan Pearson Momentler Çarpımı Katsayısı yapılmıştır. Değişkenler arasındaki yollar Yol Analizi ile ortaya konmuştur. Elde edilen değerler için ,05 anlamlılık düzeyi temele alınmıştır. Bulgulara bakıldığında Çocukluk Travması Ölçeğinden alınan puanların kontrol edilerek duygusal yeme ile evlilik doyumu arasındaki ilişkinin kısmi korelasyon katsayısı hesaplandığında bu değer ($r=0,227$) olduğu görülmektedir. Diğer bir deyişle, duygusal yeme ile evlilik doyumu arasındaki ilişki çocukluk travmaları puanları kontrol edildiğinde bir miktar azalmaktadır. Bulgular çocukluk çağı travmaları ile duygusal yeme arasında evlilik doyumu üzerinden bir ilişki olabileceğini ortaya koymaktadır. Bu ilişki şu şekilde yorumlanabilir. Çocukluk çağı travmalarının duygusal yeme üzerindeki etkileri evlilik doyumu üzerinden değerlendirildiğinde evlilik doyumunun fazla olması durumunda söz konusu olumsuz etkilerin azalabileceği düşünülmektedir. Araştırmanın istatistik verilerine göre evlilik doyumunun çocukluk çağı travmaları ve duygusal yeme ilişkisi arasında kısmi aracı rolü vardır. Başka bir deyişle, evlilik doyumunun olmadığı çocukluk çağı travmasına sahip bireyin çocukluk çağı travması puanlarına bakıldığında duygusal yeme ile ilişkisi bakımında pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi olabileceği düşünülmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada, evli kadınların evlilik doyumunun duygusal yeme ve çocukluk çağı travmalarıyla arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre; evlilik doyumunu, çocukluk çağı travmaları ve duygusal yeme arasında anlamlı bir ilişki saptanmaktadır. Aynı zamanda çocukluk çağı travması ve duygusal yeme davranışı arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Evlilik doyumunun eğitim durumu ve gelir düzeyi değişkenlerine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çocukluk çağı travması ve duygusal yeme ile evlilik doyumunu arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Son olarak araştırmanın bulgularına göre evlilik doyumunun Çocukluk çağı travmaları ile duygusal yeme ilişkisi arasında kısmi aracılık rolü olduğu saptanmıştır.

Türkiye araştırmaları incelendiğinde evlilik doyumunun çocukluk çağı travmaları ve duygusal yeme ile ilişkisinin bir arada araştırıldığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Çocukluk çağı travmaları ve evlilik doyumunu üzerine yapılan araştırmalar incelendiğinde evlilik doyumunu kavramı yerine daha çok ilişki doyumunu kavramı kullanıldığı gözlemlenmektedir. Bu durum araştırmanın örnekleminin daha kolay bulunabilir olması açısından işlevsel görünse de evlilik doyumunu ölçen araştırmaların çoğalmasını literatürdeki eksiklikleri gidermede yardımcı olacaktır. Literatür incelendiğinde duygusal yeme ile evlilik doyumunu ilişkisi hakkında araştırmaya rastlanmamıştır. Evlilik doyumunun azalması durumunda ortaya çıkabilecek olumsuz duygulanımların duygusal yeme davranışına sebep olacağı düşünölmektedir. Bu sebeple duygusal yeme ile kişilerarası ilişkiler arasındaki ilişkilerin incelenmesi duygusal yeme davranışına sebep olan faktörleri çok daha kapsamlı ele alması açısından literatüre katkı sağlayacaktır. Bulgulara bakıldığında eğitim durumu ve gelir düzeyi gibi sosyodemografik özelliklerin evlilik doyumuyla ilişkisi literatürden farklı sonuçları olduğu görölmektedir Bu araştırma İstanbul ili ile sınırlı olduğundan genel bir değerlendirme için yeterli olmayabilir. Bir sonraki araştırmacıların evren ve örneklemini arttırması, kapsamlılığı ağısında önemli olacaktır.

KAYNAKÇA

- Acar, H. (1998). *Ankara'da sosyal hizmetler ve çocuk esirgeme kurumu genel müdürlüğü'ne bağlı sosyal hizmetler kuruluşlarında çalışan üniversite mezunu evli personelin evlilik doyumları*. Ankara: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).
- Ainsworth, M. D. S. & Bell, S. M. (1969) Some contemporary patterns of mother-infant interaction in the feeding situation. In A. Ambrose (Ed.), *Stimulation in early infancy*. London: Academic Press.
- Albert J.Stunkard, "Eating Patterns and Obesity", *Psychiatr Q*, 1959, 33, 95-284;
aktaran Armağan Özdemir (2015) "Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu", *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(4), 419-435, s.419.
- Alexander, K. E. & Siegel, H. I. (2013). Perceived hunger mediates the relationship between attachment anxiety and emotional eating. *Eating behaviors*, 14(3), 374-377.
- Alexander, P. C. (2009). Childhood trauma, attachment, and abuse by multiple partners. *Psychological trauma: Theory, research, practice, and policy*, 1(1), 78.
- Andersona, S. Russel, S. C., & Schumm, R. W. (1983). Perceived marital quality and family life-cycle categories: afurther analysis. *Journal Of Marriage And The Family*, 45(2), 127-139.
- Archuleta, K. L. Britt, S. L., Tonn, T. J., & Grable, J. E. (2011). Financial satisfaction and financial stressars in marital satisfaction. *Psychological reports*, 108(2), 563-576.
- Aslan, N. (2016). *Kilo sorunu/ağır kilo sorunu olan ve kilo sorunu olmayan kadınlarda travmatik yaşam olayları, yeme davranışları ve stresle başa çıkma tarzlarının değerlendirilmesi* (Yüksek lisans tezi , Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).

- Ayaz M., Ayaz A. B., Soylu N., (2017)., Çocuk ve ergen adli olgularda ruhsal değerlendirme, *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 15(1), , s.33-40.
- Aydın, E. (2017). *Anne-oğul bağlanmasının gelin-kayınvalide ilişkisi ve evlilik doyumunu yordamadaki rolü* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Azizoglu-Binici, S. (2000). *Psikolojik yardım için başvuruda bulunan ve bulunmayan evli çiftlerin evlilik ilişkilerini değerlendirmelerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Ballı, A. (2019). *Bir grup üniversite öğrencisinin çocukluk çağı travmaları ve fedakârlık doyumlarının arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Birgegård, A., Clinton, D., & Noring, C. (2013). Diagnostic issues of binge eating in eating disorders. *European Eating Disorders Review*, 21(3), 175-183.
- Bookwala, J. (2005). The Role of Marital Quality in Physical Health During the Mature Years. *Journal of Aging and Health*, 17 (1), 85-104.
- Bruch, H. (1961). Transformation of oral impulses in eating disorders: a conceptual approach. *Psychiatric Quarterly*, 35, 458 – 481.
- Bruch, H. (1964). Psychological aspects in overeating and obesity. *Psychosomatics*, 5, 269 –274. Bruch, H. (1996). *Eating disorders*. New York: Basic Books
- Buchanan. A. (1996). *Cycles of child maltreatment facts, fallacies and interventions*. England: John Wiley & Sons Ltd.
- Büyükşahin, A. & Hovardaoğlu, S. (2004). Çiftlerin aşka ilişkin tutumlarının Lee'nin çok boyutlu aşk biçimleri kapsamında incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 19(54), 59-75.
- Cankur S., Kırmsoy E., Şekercioğlu G., Özkol Yıldırım E, Erdoğan N. (2012). Çocukların ev içinde yaşadıkları şiddet araştırması. *Erişim adresi: <http://www.cocukhaklariizleme.org/wp-content/uploads/evicisiddet-arastirma.pdf>*.

- Carlson, R. (1916). *The control of hunger in health and disease*. Chicago: University of Chicago Press
- Carr, D. Freedman, A. V., Cornman, C. J. Schwarz, N. (2014). Happy Marriage, Happy Life? Marital Quality and Subjective Well-being in Later Life. *Journal of Marriage and Family*, 76 (5), 930-948
- Chandra, V., Szklo, M., Goldberg, R., & Tonascia, J. (1983). The impact of marital status on survival after an acute myocardial infarction: a population-based study. *American Journal of Epidemiology*, 117(3), 320-325.
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39), 13-23.
- Çelebi, B. M. & Polat, A. (2019). Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantıların, Yetişkin Bağlanma Stillerinin ve Psikolojik İyi Oluşun Evlilik Doyumu Üzerindeki Etkisi. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(1), 29-34.
- Çelik, M. (2006). *Evlilik doyum ölçeği geliştirme çalışması*. Yayınlanmamış doktora tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Çınar, L. (2008). *Evlilik Doyumu: Cinsiyet Roller ve Yardım Arama Tutumu*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara.
- Çobanoğlu, B. (2020). *Çocukluk çağında travmaya uğramış bireylerin, beliren yetişkinlik döneminde duygusal yeme davranışı ve benlik saygısı oluşumu arasındaki ilişki* (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
- D.B.Herzog ve K.T.Eddy, "Diagnosis, epidemiology, and clinical course of eating disorders", *Clinical manual of eating disorders*, 2007, 1-29; aktaran Şenol Turan vd. 2015, "Tıkanırçasına Yeme Bozukluğu", *Psikiyatride Güncel*
- Demiray, Ö. (2006). Evlilikte Uyumun Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi. Dicle Üniversitesi

- Demirli, C., & Kendir, M. (2016). Evlilik doyumu üzerinde anne baba tutumunun etkisinin incelenmesi. *Education Sciences*, 11(3), 96-113.
- Denise M. Heebink vd.(1995). “Anorexia nervosa and bulimia nervosa in adolescence: Effects of age menstrual status on psychological variables”, *Journal American Academy Child Adolescence Psychology*, , 34(3), 82-378, aktaran Hacıabdurrahmanoğlu M., (2019). *Duygusal Yeme Davranışı ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi) , s.1.
- Doğan, G. H., & Topkaya, N. (2020). Çalışan Kadınlarda Evlilik Doyumunun Yordayıcısı Olarak Kişiler Arası Yeterlilik ve İş-Aile Çatışmasını Yönetme Öz Yetkinliği. *Ege Eğitim Dergisi*, 21(2), 76-90.
- Ekşi, H. (2021). *Çocukluk çağında yaşanan travma yaşantılarının evlilik doyumu üzerindeki etkisi: Erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü* (Master's thesis, İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
- Ekşi, H. (2021). *Çocukluk çağında yaşanan travma yaşantılarının evlilik doyumu üzerindeki etkisi: Erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü* (Master's thesis, İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
- Eryılmaz, A., & Atak, H. (2011). Ailesiyle Yaşayan Yaşlılarda Mutluluk Modeli. *Archives of Neuropsychiatry/Noropsikiatri Arsivi*, 48(4).
- Evans, D. ve Zarate, O. (2004). *Evrimsel Psikolojiye Giriş*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Evirgen, N. (2010). *The Prevalence of Emotional Eating and Its Relation to Affect Regulation in a Turkish Sample of Obese, Overweight and Normal Weighted Women*. (Tez). İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi.
- Feng, D. Giarrusso, R., Bengtson, L. V., Frye, N. (1999). Intergenerational Transmission of Marital Quality and Marital Instability. *Journal of Marriage and Family*, 61 (2), 451-463

- Fıfıloğlu, H. (1992). Lisansüstü öğrencilerinin evlilik uyumu. *Psikoloji Dergisi*, 7(28), 16-23.
- Fisher, E. H. (2003). *Cinsel Aşkın Anatomisi*. İstanbul: Cep Kitapları.
- Fishman, E. A., & Meyers, S. A. (2000). Marital satisfaction and child adjustment: Direct and mediated pathways. *Contemporary Family Therapy*, 22(4), 437-452.
- Gaunt, R. (2006). Couple similarity and marital satisfaction: Are similar spouses happier?. *Journal of personality*, 74(5), 1401-1420.
- Gelles, R. J. (1987). What to learn from cross-cultural and historical research on overview. *Child abuse and neglect: Biosocial dimensions" Aldine De Gruyter, New York*.
- Glaser, Deborah R.; Attia, Evelyn; Timothy Walsh, B. Feeding and eating disorders. *Psychiatry*, (2015)., 1: 1231-1249.; aktaran Sönmez, A. Ö. (2017). Çocuk ve ergenlerde yeme bozuklukları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 9(3), 301-316.
- Goldschmidt, A. B., Crosby, R. D., Engel, S. G., Crow, S. J., Cao, L., Peterson, C. B., & Durkin, N. (2014). Affect and eating behavior in obese adults with and without elevated depression symptoms. *International Journal of Eating Disorders*, 47(3), 281-286.
- Gottman, J. (1993). *What predicts divorce the relationship between marital processes and marital outcomes*, Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates
- Gökmen, A. (2001). *Evli eşlerin birbirlerine yönelik kontrolçülık ve bağımlılık algılarının evlilik doyumu üzerindeki etkisi*. Unpublished masters thesis, Hacettepe University, Ankara.
- Gül S. Özdemir, (2015). *Duyusal Yememin Depresyon, Anksiyete ve Stres Belirtileri İle Olan İlişkisi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, , s.3 (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi).

- Güven, N. (2005). *İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkisi*. Ankara: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara Üniversitesi.
- Hacıabdurrahmanoğlu, M. (2019). *Duygusal yeme davranışı ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, Hasan Kalyoncu Üniversitesi).
- Heatherton, T. F., & Baumeister, R. F. (1991). Binge eating as escape from self-awareness. *Psychological bulletin*, 110(1), 86.
- Heatherton, T.F. & Baumeister, R.F. (1991). Binge eating as escape from selfawareness. *Psychological Bulletin*, 110, 86-108.
- Heaton, T. B. (2002). Factors contributing to increasing marital stability in the United States. *Journal of family issues*, 23(3), 392-409.
- Hendrix, H. (2014). *Hak ettiğiniz Aşkı Yaşayın-Çiftler için Rehber Kitap*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Herman, C. P., & Mack, D. (1975). Restrained and unrestrained eating. *Journal of personality*.aktaran Özdemir, G. S. (2015). *Duygusal yemenin depresyon, anksiyete ve stres belirtileri ile olan ilişkisi* (Master's thesis, Hasan Kalyoncu Üniversitesi).
- HG Pope ve JI Hudson2017, “Is childhood sexual abuse a risk factor for bulimia nervosa”, *Am J Psychiatry*,1992,149, 455-463; aktaran Sönmez A. Ö., “Çocuk ve Ergenlerde Yeme Bozuklukları”, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, , 9(3), 301-316, s.304
- Hortaçsu, N. (1997). *İnsan İlişkileri*, İmge Kitabevi.
- Hünler, O. & Gençöz, T. (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, 18(51), 99-108.

- Jackson, J. B., Miller, R. B., Oka, M., & Henry, R. G. (2014). Gender differences in marital satisfaction: A meta-analysis. *Journal of marriage and family*, 76(1), 105-129.
- Kafkaslı, R. (2019). *Evli bireylerde, problem çözme becerisi ve evlilik doyumu ile somatizasyon arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Işık Üniversitesi).
- Kaplan, H. I., & Kaplan, H. S. (1957). The psychosomatic concept of obesity. *Journal of Nervous and Mental Disease*. aktaran Hacıabdurrahmanoğlu M. (2019), *Duygusal Yeme Davranışı ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi) , s.15.
- Kaufman, J., & Zigler, E. (1987). Do abused children become abusive parents?. *American journal of orthopsychiatry*, 57(2), 186-192.
- Kaufman, J., & Zigler, E. (1989). The intergenerational transmission of child abuse. *Child maltreatment: Theory and research on the causes and consequences of child abuse and neglect*, 129-150.
- Kaya, N. (2017). *Kırsal ve kentsel alanda yaşayan evli kadınların evlilik uyumu, evlilik doyumu ve ilişkilerde mutluluk düzeylerinin karşılaştırılması ve incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi).
- Kılbitmez, R. (2018). Çalışan evli kadınların evlilik doyumu düzeylerinin demografik değişkenler ve ev içi iş paylaşımı üzerinden yordanması. *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*. Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul.
- Kinnear, K. L. (2007). Child sexual abuse: A reference handbook. Santa Barbara, CA: ABC-CLIO. aktaran Balcı İ. (2018)., *Çocukluk Çağı Travmaları ile Baş Etme Yönelimli Psiko-Eğitim Programının Psikolojik Sağlamlık Üzerindeki Etkisi*, Eğitim Fakültesi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, , s.18 (Yayımlanmış Doktora Tezi).

- Koca, D. A. (2013). *Bir aile eğitim programının evli annelerin evlilik doyumu, evlilikte sorun çözme becerisi ve psikolojik iyi oluşuna etkisi* (Doctora tezi, Marmara Üniversitesi).
- Koç, F., Aksit, S., Tomba, A., Aydın, C., Koturoğlu, G., Aslan, A., ... & Solak, U. (2012). Çocuk istismarı ve ihmali olgularımızın demografik ve klinik özellikleri: Ege Üniversitesi Çocuk Koruma Birimi'nin bir yıllık deneyimi. *Türk Pediatri Arşivi*, 47(2), 119-124.
- Kourt, R. (2011). *18-24 yaş arası üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmalarının dissosiyatif yaşantılar ve suçluluk-utanç duyguları ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Köroğlu E., (2013). *Amerikan Psikiyatri Birliği, Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı*, Beşinci Baskı(DSM-5), Tanı Ölçütleri Başvuru El kitabı, çev. Hekimler Yayın Birliği, Ankara, ,s.176.
- Lee, G. R., & Shehan, C. L. (1989). Retirement and marital satisfaction. *Journal of Gerontology*, 44(6), S226-S230.
- Léonard, S., Steiger, H., & Kao, A. (2003). Childhood and adulthood abuse in bulimic and nonbulimic women: Prevalences and psychological correlates. *International Journal of Eating Disorders*, 33(4), 397-405.
- aktaran Tunç, P. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travması ve Yeme Tutumları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 11(1), 203-219.
- Levinger, G. ve Huston, T.L. (1990). The social psychology of marriage. F. D. Fincham, T. N. Bradbury, (Edt.), *The Psychology of Marriage: Basic Issues and Applications* içinde, (19-25), New York: The Guilford Press.
- Lichter, D. T., & Carmalt, J. H. (2009). Religion and marital quality among low-income couples. *Social Science Research*, 38(1), 168-187.
- Macht, M., & Dettmer, D. (2006). Everyday mood and emotions after eating a chocolate bar or an apple. *Appetite*, 46(3), 332-336.

- Macht, M., & Mueller, J. (2007). Increased negative emotional responses in PROP supertasters. *Physiology & behavior*, 90(2-3), 466-472.
- Macht, M., & Simons, G. (2000). Emotions and eating in everyday life. *Appetite*, 35(1), 65-71.
- Macht, M., & Simons, G. (2011). Emotional eating. In *Emotion regulation and well-being* (pp. 281-295). Springer, New York, NY.
- Markus, C. R. Panhuysen, G., & Tuiten, A. (1998). Does carbohydrate-rich, protein-poor food prevent a deterioration of mood and cognitive performance of stress-prone subjects when subjected to a stressful task? *Appetite*, 31, 49-65.
- Morrison, J. (2017). *DSM-5' i Kolaylaştıran klinisyenler için tanı rehberi*. Ankara: Nobel Yayın.
- Oliver, G., & Wardle, J. (1999). Perceived effects of stress on food choice. *Physiology & behavior*, 66(3), 511-515.
- Oliver, G., Wardle, J., & Gibson, E. L. (2000). Stress and food choice: a laboratory study. *Psychosomatic medicine*, 62(6), 853-865.
- Ouwens, M. A., van Strien, T., & van der Staak, C. P. (2003). Tendency toward overeating and restraint as predictors of food consumption. *Appetite*, 40(3), 291-298.
- Ouwens, M. A., van Strien, T., & van der Staak, C. P. (2003). Tendency toward overeating and restraint as predictors of food consumption. *Appetite*, 40(3), 291-298 aktaran zdemir, G. S. (2015). *Duygusal yemenin depresyon, anksiyete ve stres belirtileri ile olan ilişkisi* (Master's thesis, Hasan Kalyoncu Üniversitesi).
- Ouwens, M. A., van Strien, T., & van Leeuwe, J. F. (2009). Possible pathways between depression, emotional and external eating. A structural equation model. *Appetite*, 53(2), 245-248.
- zabacı, H. (2010). Evlilik ncesi İlişkiler, H. Yavuzer (Ed.), *Evlilik Okulu: Evlilikte Kişilerarası İlişkiler Ve İletişim Becerileri*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Özdemir A. (2015). "Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu", *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(4), 419-435, s.419
- Öziş, G. (2016). *Evlilik yaşam doyumunun algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi).
- Pinaquy, S., Chabrol, H., Simon, C., Louvet, J. P., & Barbe, P. (2003). Emotional eating, alexithymia, and binge-eating disorder in obese women. *Obesity research*, 11(2), 195-201.
- Russell-Chapin, L. A., Chapin, T. J., & Sattler, L. G. (2001). The relationship of conflict resolution styles and certain marital satisfaction factors to marital distress. *The Family Journal*, 9(3), 259-264.
- Scannapieco, M., & Connell-Carrick, K. (2005). *Understanding child maltreatment: An ecological and developmental perspective*. Oxford University Press on Demand.
- Scannapieco, M., & Connell-Carrick, K. (2005). *Understanding child maltreatment: An ecological and developmental perspective*. Oxford University Press on Demand.
- Schachter, S. (1968). Obesity and eating: internal and external cues differentially affect the eating behavior of obese and normal subjects. *Science*, 161(3843), 751-756
- aktaran Sevinçer G. M. ve Konuk N., (1977). "Emosyonel Yeme", *Journal of Mood Disorders*, , 3 (4), 171-178, s.173
- Schmid, W. (2017). *Aşk*. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Schmitt, M., Kliegel, M., & Shapiro, A. (2007). Marital interaction in middle and old age: A predictor of marital satisfaction?. *The International Journal of Aging and Human Development*, 65(4), 283-300.
- Sevinçer, G. M., & Konuk, N. (2013). Emosyonel yeme. *Journal of Mood Disorders*, 3(4), 171-8.

- Sofuoğlu, Z., Oral, R., Aydın, F., Cankardeş, S., Kandemirci, B., Koç, F., ... & Akşit, S. (2014). Türkiye'nin üç ilinde olumsuz çocukluk çağı deneyimleri epidemiyolojik çalışması. *Türk Pediatri Arşivi*, 49(1), 47-56.
- Sorokowski, P. Marta, K., & Sorokowska, A. (2017). Marital satisfaction, sex age marriage duration, religion, number of children, economic status, education, and collectivistic values. *Front Psychology*, 8, 1199.
- Soukup, V. M., Beiler, M. E., & Terrell, F. (1990). Stress, coping style, and problem solving ability among eating-disordered inpatients. *Journal of Clinical Psychology*, 46(5), 592-599.
- Spoor, S. T., Bekker, M. H., Van Strien, T., & van Heck, G. L. (2007). Relations between negative affect, coping, and emotional eating. *Appetite*, 48(3), 368-376.
- Steiner, J. E. (1977). Facial expressions of the neonate infant indicating the hedonics of food-related chemical stimuli. *Taste and development: The genesis of sweet preference*, 173-188.
- Şen, B. (2015). *Evlilik Öncesi Çift Eğitimi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Şenel, H. G. (2010). *Eş seçimi kararı evlilik okulu: evlilikte kişilerarası ilişkiler ve iletişim becerileri*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Şimşek, Ç. (2014). *Polis memurlarının evlilik doyumları, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları ve cinsiyet rollerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Tan, C. C., & Chow, C. M. (2014). Stress and emotional eating: The mediating role of eating dysregulation. *Personality and Individual Differences*, 66, 1-4.
- Taner Y. ve Gökler B. (2004). Çocuk istismarı ve ihmali: Psikiyatrik yönleri, *Acta Medica*, 35(2), 82-86.
- Taşköprü, M. (2013). *Evlilik doyumu ile problem çözme becerileri, stresle başa çıkma ve evlilik süresi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.).

- Tezer, Y. (1992). Evlilik doyumu ve iş doyumu: Bir ön çalışma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi; Cilt 1, Sayı 3 (1992); 24-26.*
- Tutarel-Kışlak, Ş. (1997). Evlilik uyumu ile nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi, 12(40), 55-64.*
- TÜİK (2019). Evlenme ve Boşanma İstatistikleri, Türkiye.
- TÜİK (2018). Evlenme ve Boşanma İstatistikleri, 2017. [Online]<http://tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=27593>[Erişim Tarihi: 13.10.2021]
- Twenge, J. M., Campbell, W. K., & Foster, C. A. (2003). Parenthood and marital satisfaction: a meta-analytic review. *Journal of marriage and family, 65(3), 574-583.*
- Van Strien, T. (1999). Success and failure in the measurement of restraint: Notes and data. *International Journal of Eating Disorders, 25(4), 441-449.*
- Vardar E. ve Erzengin M.,(2011). “Ergenlerde yeme bozukluklarının yaygınlığı ve psikiyatrik eş tanıları iki aşamalı toplum merkezli bir çalışma”, *Türk Psikiyatri Dergisi, , 22(4), 205-212, s.205.*
- William Doerner ve Steven Lab, *Victimology*, Routledge, 2015, s.505.
- Williams, J. M. G., Healy, H., Eade, J., Windle, G., Cowen, P. J., Green, M. W., & Durlach, P. (2002). Mood, eating behaviour and attention. *Psychological Medicine, 32(3), 469-481.*
- Wolfe, D. A., Scott, K., Wekerle, C., & Pittman, A. L. (2001). Child maltreatment: Risk of adjustment problems and dating violence in adolescence. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 40(3), 282-289.*
- Wurtman, R. J. (1982). Nutrients that modify brain function. *Scientific American, 246(4), 50-59.*
- Yeşilyaprak, B. (2001). Duygusal zekâ ve eğitim açısından doğurguları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi, 25(25), 139-146.*

Zeytinoğlu, E. (2013). *Evli bireylerin benlik saygısı, kıskançlık düzeyi, evlilikteki çatışmalar ve evlilik doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Zigler, E. & Hall, N. W. (1991). Physical child abuse in America: Past, present, and future. In D. Cicchetti & V. Carlson (Ed), *Child maltreatment theory and research on the causes and consequences of child abuse and neglect*. (s.38-75). Cambridge: Cambridge University Press.



EKLER

EK-A

Değerli katılımcı;

Bu çalışma, İstanbul Gelişim Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nda yürütülen yüksek lisans bitirme tezi kapsamında AYŞENUR ACAR tarafından Uzm. Dr. ALIŞAN BURAK YAŞAR danışmanlığında yapılmaktadır. Bu çalışmada en az 1 yıldır evli kadınlarda evlilik doyumunun çocukluk çağı travmaları ve duygusal yeme ile arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Elde edilen veriler tez çalışmasına katkı sağlaması açısından önem taşımaktadır. Verdiğiniz bilgiler sadece bu çalışmada kullanılacaktır. Araştırmanın geçerliliği ve güvenilirliği açısından size en uygun olanı işaretlemeniz, hiçbir soruyu atlamamanız ve vereceğiniz yanıtların doğruluğu önemlidir. Bu çalışma gönüllülük esasına dayalıdır. Yanıtlarınız tamamen gizli tutulacaktır ve sadece araştırmacı tarafından değerlendirilecektir.

Çalışmaya katıldığınız ve zaman ayırdığınız için teşekkür ederim.

Çalışmaya katılmayı onaylıyorum: Evet () Hayır ()

YAŞINIZ	
CİNSİYETİNİZ	ERKEK () KADIN ()
YAŞINIZ	
GELİR DÜZEYİNİZ	2800 VE ALTI () 2800-4500 () 4500 VE ÜSTÜ ()
EĞİTİM DÜZEYİ	İLKOKUL- -ORTAOKUL LİSE LİSANS - YÜKSEKLİSANS - DOKTORA VE ÜSTÜ
ÇOCUK SAHİBİ MİSİNİZ?	EVET () HAYIR ()

Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği

Bu sorular **çocukluğunuzda ve ilk gençliğinizde (20 yaşından önce)** başınıza gelmiş olabilecek bazı olaylar hakkındadır. Her bir soru için sizin durumunuza uyan rakamı daire içersine alarak işaretleyiniz. Sorulardan bazıları özel yaşamınızla ilgilidir; lütfen elinizden geldiğince gerçeğe uygun yanıt veriniz. Yanıtlarınız gizli tutulacaktır.

	Hiçbir zaman	Nadiren	Zaman zaman	Sıklıkla	Çok sık olarak
Çocukluğumda yada ilk gençliğimde...					
1. Yeterli yemek bulamazdım.	1	2	3	4	5
2. Ailemdelikler bana “salak”, “beceriksiz” yada “tipsiz” gibi sıfatlarla seslenirlerdi.	1	2	3	4	5
3. Anne ve babam ailelerine bakamayacak kadar sıklıkla sarhoş olur yada uyuşturucu alırlardı.	1	2	3	4	5
4. Ailemde önemli ve özel biri olduğum duygusunu hissetmeme yardımcı olan birisi vardı.	1	2	3	4	5
5. Kirli giysiler içersinde dolaşmak zorunda kalırdım.	1	2	3	4	5
6. Sevdiğimi hissediyordum.	1	2	3	4	5
7. Ana babamın benim doğmuş olmamı istemediklerini düşünüyordum.	1	2	3	4	5
8. Ailemden birisi bana öyle kötü vurmuştu ki doktora yada hastaneye gitmem gerekmişti.	1	2	3	4	5

9. Ailedekiler bana o kadar şiddetle vuruyorlardı ki vücudumda morartı yada sıyrıklar oluyordu.	1	2	3	4	5
10. Kayış, sopa, kordon yada başka sert bir cisimle vurularak cezalandırılıyordum.	1	2	3	4	5
11. Ailemde başka türlü olmasını istediğim bir şey yoktu.	1	2	3	4	5
12. Ailedekiler birbirlerine karşı saygılı davranırlardı.	1	2	3	4	5
13. Ailedekiler bana kırıcı yada saldırganca sözler söylerlerdi.	1	2	3	4	5
14. Vücutça kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum.	1	2	3	4	5
15. Ailedekiler beni her türlü kötülükten korumaya çalışırlardı.	1	2	3	4	5
16. Bana o kadar kötü vuruluyor yada dövülüyordum ki öğretmen, komşu yada bir doktorun bunu fark ettiği oluyordu.	1	2	3	4	5
17. Ailemde birisi benden nefret ederdi.	1	2	3	4	5
18. Ailedekiler kendilerini birbirlerine yakın hissederlerdi.	1	2	3	4	5
19. Birisi bana cinsel amaçla dokundu yada kendisine dokunmamı istedi.	1	2	3	4	5

20. Kendisi ile cinsel temas kurmadığım takdirde beni yaralamakla yada benim hakkımda yalanlar söylemekle tehdit eden birisi vardı.	1	2	3	4	5
21. Çocukluğum mükemmeldi.	1	2	3	4	5
22. Birisi beni cinsel şeyler yapmaya yada cinsel şeylere bakmaya zorladı.	1	2	3	4	5
23. Birisi bana cinsel tacizde bulundu.	1	2	3	4	5
24. Duygusal bakımdan kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum.	1	2	3	4	5
25. Benim ailem dünyanın en iyisiydi.	1	2	3	4	5
26. Cinsel bakımdan kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum.	1	2	3	4	5
27. Ailem benim için bir güç ve destek kaynağı idi.	1	2	3	4	5
28. Gerektiği halde doktora götürülmezdim.	1	2	3	4	5

Duygusal Yeme Ölçeği

Ek 2: Türkçe Duygusal Yeme Ölçeği

TÜRKÇE DUYGUSAL YEME ÖLÇEĞİ

Aşağıda yaşamınızla ilgili bazı ifadeler bulunmaktadır. Herhangi teşhisi konmuş Bulimiya Nervosa, Anoreksiya Nervosa veya Tikanırcasına Yeme Bozukluğu'nuz yok ise size uygunluk derecesine göre (asla, nadiren, bazen, sıklıkla, neredeyse her zaman) seçeneklerinden bir tanesini işaretleyiniz.

Bu veriler sadece bilimsel amaçla kullanılacaktır.

S	1	Cinsiyetiniz	Kadın	Erkek				
S	2	Medeni Durumunuz	Evli	Bekar				
S	3	Fiziksel Bilgiler	Kilo	Boy	BKİ			
S	4	Yaşınız	18-24	25-30	31-35	36-40	40 +	
S	5	Eğitim Durumu	İlkokul	Lise	Üniversite	Yüksek lisans	Doktora ve +	
			Asla	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Neredeyse Her Zaman	
S	6	Zor zamanlarda, sağlıksız davranışlara daha eğilimli oluyorum						
S	7	Kendimi baskı altında hissedersen daha çok yerim						
S	8	Stresli olduğum zamanlarda daha çok yerim						
S	9	Kendimi çaresiz hissedersen yemek yemek isterim						
S	10	İş tempom yoğunlaşırsa daha çok yerim						
S	11	Yemeği abarttığımda suçlu hissedirim						
S	12	Yiyecekleri, ödül ve zevk kaynağı olarak kullanırım						
S	13	Aç olmadığımda yerim.						
S	14	Bir şeyler beklediğim gibi gitmezse yemek yemek isterim						
S	15	Bir şeylerden rahatsız olduğumda daha fazla yemek isterim						

			Asla	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Neredeyse Her Zaman
S	16	Bir konuda depresif ya da üzgünsem yemek yemek isterim					
S	17	Bir konuda endişeli ya da kaygılı hissediyorsam yemek yemek isterim					
S	18	Canımın sıkın olduğu zamanlarda yemek yemek isterim					
S	19	Yalnız hissettiğimde yemek yemek isterim					
S	20	Biri beni üzdüğünde yemek yemek isterim					
S	21	Bana acı veren bir deneyimimi hatırlatan benzer durumlarda yemek yemek isterim					
S	22	Korktuğum zaman yemek yemek isterim					
S	23	Sinirlerimin bozuk olduğu zamanlarda yemek yemek isterim					
S	24	Yaptığım bir şeyden dolayı kötü ya da suçlu hissedersen yemek yemek isterim					
S	25	Kendimi incinmiş hissedersen yemek yemek isterim					
S	26	Heyecanlı olduğum zamanlarda yemek yemek isterim					
S	27	Sorunlarımla baş edebilmek için yemek yerim					
S	28	Yememin kontrolümün dışında olduğunu hissediyorum					
S	29	Lezzetli bir şey görüp kokusunu alırsam onu yemek isterim					
S	30	Başkalarını yemek yerken görürsem ben de yemek yemek isterim					
S	31	Diyet söz konusu olduğunda irademe hakimim					
S	32	Kilo kontrolünde diyetle istikrarı sağlayamıyorum.					
S	33	Lezzetli yiyeceklere karşı koyabilirim					
S	34	Yemek için ısrar edilirse hayır diyebilirim					
S	35	Yiyecekler duygularıyla baş etmede bana yardım ediyor.					

EVLİLİK DOYUMU ÖLÇEĞİ

Bu ölçek, siz ve eşi izle ilişkiniz hakkındaki ifadeleri içermektedir. Uygulayan kişilerin bireysel evlilik ilişkilerini değerlendirmede kullanılmayacaktır. Genel olarak evlilik özelliklerini araştırmak amacıyla kullanılacaktır. Ölçeği tek başınıza, adınızı yazmadan ve eşiniz dahil hiç kimseye danışmadan işaretlemeye dikkat ediniz.

1- Eşimle düşünce farklılığı yaşadığımızda oturup tartışırız.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	38- Eşim ve ben uyumsuzluklarımızı halletme tarzımızı geliştirmeliyiz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
2- Eşimle boş zamanlarımızı geçirme tarzımızdan oldukça memnunuz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	39- Eşim ve ben çeşitli eğlence ve dinlenme faaliyetlerinde birlikte oldukça uzun zaman geçiririz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
3- Eşim hemen her zaman, o anda içinde bulunduğum ruh halimi anlayışla karşılar.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	40- Eşim bazen beni yeterli kadar ciddiye almıyor.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
4- Çocukluğum muhtemelen çoğu insaninkinden daha mutlu geçti.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	41- Anne ve babamın evliliği çoğu evliliklerden daha mutluydu.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
5- Eşimle bir türlü konuşamadığımız bazı şeyler var.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	42- Eşim bazı konularda öylesine hassas ki, o konulara hiç değinemiyorum.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
6- Bazen bir sırrımı arkadaşşıma açmak, eşime açmaktan daha kolaydır.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	43- Ne zaman kendimi üzgün hissetsem, eşim bana sevdiğimi hissettirir ve tekrar mutlu olmamı sağlar.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
7- Eşim, cinsellikten benim kadar zevk alıyor gibi.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	44- Birbirimizi cinsel yönden nasıl daha fazla hoşnut edebileceğimizi konuşma tarzımız, beni pek memnun etmiyor.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
8- Keşke eşim, benim ilgi duyduğum faaliyetlerin daha çoğuna ilgi duysaydı.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	45- Eşimle konuşacağımız çok fazla ortak konumuz yok.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
9- Tartışma sırasında ikimiz de duygularımızı açıkça ve tam olarak açarız.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	46- Eşim ve ben tartıştığımızda, aynı eski şeyleri, habire gündeme getiriyormuşuz gibi görünüyor.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
10- Ben gençken ailemden ayrılmak için çok sabırsızlanıyordum.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	47- Benim ailemdeki tüm evlilikler oldukça başarısız görünüyor.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
11- Şimdi olduğundan daha sık cinsel ilişkide bulunmamızı tercih ederdim.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	48- Eşimle tam olarak tartışmadığımız tek şey cinsel ilişkimiz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
12- Bana kızgın olduğu zaman bile, eşim benim bakış açımı takdir edebilir.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	49- Eşimin duyguları fazla kolay incinir.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
13- Eşim boş vakitlerini benimle paylaşmaktan hoşlanır.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	50- Galiba eskiden, şimdiye göre daha çok eğleniyorduk.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
14- Aramızda büyük bir sevgi ve duygu aktarımı var.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	51- Bazen eşimin bana pek ihtiyacı yokmuş gibi hissediyorum.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
15- Bazen cinsel ilişkimizden mutsuz oluyorum.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	52- Eşim bazen cinsel ilişki için aşırı derecede az istek gösteriyor.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
16- İlişkimizde beni memnun eden bir çok şey var.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	53- İlişkimiz birkaç yönden düşük kırıklığı yaratır.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
17- Tartışmalarımızın bir çoğu kökünü yaratan çözümsüzlüklerle sonuçlanır.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	54- Eşimle aramızdaki önemli anlaşmazlıklar büyük kavgalarla sonuçlanır.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
18- Eşimle olduğum zaman bile, çoğu kez yalnızlık hissedirim.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	55- Eşim ve ben ilişkimizi bitirme noktasına hiç yaklaşmadık.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
19- Paramızı tümüyle eşime emanet ederim.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	56- Parasal geleceğimiz oldukça sağlam görünüyor.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
20- Eşimle ilgili hoşuma gitmeyen bazı şeyler var.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	57- Eş konusunda en iyi seçimi yapıp yapmadığımı sorguladığım zamanlar oluyor.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
21- İlişkimiz çok doyurucu.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	58- Bazen ilişkimizle ilgili hevesim epeyce kırılıyor.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
22- Eşim beni tokatladi.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	59- Eşimin kuzdurduğunda kontrolü kaybedeceğinden endişe ediyorum.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
23- Evlilikte bir ölçüde eşlilik iyi bir şey, ama genel olarak aile meselelerinde son sözün erkeğin olması gerekir.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	60- Aile gelininin kazanılması öncelikle erkeğin sorumluluğudur.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
24- İlişkimizdeki iyi şeyler, kötülere bir hayli ağır basıyor.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	61- Eşimle aramızda büyük anlaşmazlıklar nadiren olur.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
25- Ben ve eşim, gelirimizi nasıl harcayacağımıza birlikte karar veririz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	62- Parasal durumumuzu birbirimize kızmadan tartışmamız çoğunlukla zordur.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
26- Eşimin, beni üzen şeyler yaptığı zamanlar olur.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	63- Eşim arasıra kendimi çok kötü hissetmeme neden olur.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
27- İki insanın eşim ve benden daha iyi geçinebilmesi gerekir.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	64- İlişkimizde hiçbir zaman şu anki kadar iyi hissetmemiştim.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
28- Eşimin beni incitecek kadar kızacağı kaygısını hiç taşımadım.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	65- Eşim bana hiçbir zaman sinirli bir şeyler fırlatmamıştır.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
29- Daha çok anaokulu ve kreş olmalı ki, küçük çocuğu olan daha fazla anne çalışsın.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	66- Ailenin reisi erkek olmalıdır.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
30- İlişkimiz bildiğim herhangi bir ilişki kadar başarılı.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	67- İlişkimizin geleceği, herhangi ciddi bir plan yapamayacak kadar belirsizdir.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
31- İlişkimiz hiçbir zaman maddi kaygılardan dolayı zora girmemiştir.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	68- Eşim sürekli paramızı nasıl harcadığını kontrol ediyor.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
32- Eşimle birbirimizi çok iyi anlarız.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	69- İlişkimizden hiçbir zaman bir an bile pişmanlık duymadım.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
33- Eşim kızgınlıkla etrafındaki şeyleri kırıp dökmüş ya da fırlatmıştır.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	70- Eşim kızgın olduğu zaman, bazen bana bağırır, çağırır.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
34- Çamaşır, temizlik, çocuk bakımı gibi işler, öncelikle kadının sorumluluğudur.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	71- Bir kadın evlendikten sonra eşinin soyadını almalıdır.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
35- Eşime benimle birlikte aile danışmanına gelmesini önermeyi, sık sık düşünürüm.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	72- Eşim ve ben tanıdığımız çiftlerin çoğundan daha mutluyuz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
36- İlişkimiz ile ilgili tam anlamıyla memnun olmadığım bazı şeyler var.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	73- Bir bütçe yapmaya çalışmak, eşimle aramızda olduğundan daha fazla soruna neden olur.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
37- Eğer bir çocuk hasta olursa ve anne-babası çalışıyorsa, anne kadar babanın da evde kalıp çocuğun bakımını üstlenmeye hazır olması gerekir.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	74- Bir kadın için en önemli şey iyi bir eş ve iyi bir anne olmaktır.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y

75- Tartışırken, önemli konularımızda esas noktanın dışına taşmamayı oldukça iyi başarıyoruz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	113- Anlaşamadığımız zaman eşim, her ikimiz için de kabul edilebilir seçenekler bulmamıza yardım eder.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
76- Günlük yaşantımız birlikte yapılacak ilginç şeylerle doludur.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	114- Eğlence ve boş zaman etkinliklerimiz, sanırım her ikimizde ihtiyaçlarını oldukça iyi bir şekilde karşılıyor.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
77- Eşim bazen benim nasıl hissettiğimi bir türlü anlayamaz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	115- Büyük üzüntülerimi eşime açıkça ifade konusunda kendimi rahat hissedirim.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
78- Annem ve babam birbirleriyle gerektiği kadar iyi iletişim kuramadılar.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	116- Çok mutlu bir ev hayatım oldu.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
79- Eşim eleştiriyi kabullenmekte zorlanmaz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	117- Eşim ve ben nadiren cinsel ilişkide bulunuruz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
80- Eşim en çok ihtiyaç duyduğum anda kendimi önemli hissetmemi sağlar.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	118- Zaman zaman eşimin beni gerçekte ne kadar sevdiğini merak ederim.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
81- Eşim bazen benim cinsel doyumu mu aşırı derecede az dikkate alır.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	119- Cinsel beraberlik sırasında eşimin biraz daha yumuşak yaklaşmasını isterim.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
82- Eşim benim yapmak istediğim bazı şeyleri yapmak için yeterince vakit ayırmaz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	120- Ailemin bireyleri birbirlerine daima çok yakın olmuştur.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
83- Eşim bazen kişiliğimin bazı yönlerini değiştirmeye kastetmiş gibi görünür.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	121- Eşim ve ben sık sık siniflerimiz bozulmadan tartışmayı beceremiyoruz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
84- Annem ve babam beni hiçbir zaman gerçeğe anlamadılar.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	122- Anne ve babamın evliliğinin boşanma ile sonuçlanıp sonuçlanmayacağını sık sık düşünmüştüm.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
85- Ne kadar sık cinsel ilişkide bulunmuşuz konusunda eşim ve ben hemen daima anlaşırız.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	123- Cinsel beraberlik sırasında yapmamızı istediğim bazı şeyler var ki, görüldüğü kadarıyla eşim bunlardan pek fazla hoşlanmıyor.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
86- Eşim ve ben bazen, anlaşmazlıklarımızı çözmesizin günlerce yaşayıp gidebiliriz gibi görünür.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	124- Eşim çoğu kez olaylara bakış açımı anlamayı başaramaz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
87- Her gün en az bir saatimi eşimle birlikte bir etkinlikte geçiririm.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	125- Kendisini kötü hissettiği zamanlarda eşim destek almak için bana gelir.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
88- Eşim beni sevdiğini göstermek için çok farklı şeyler yapar.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	126- Eşim duygularının çoğunu dışa vurmaz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
89- Eşimin dışında biryle bir macera yaşamayı hiçbir zaman ciddi olarak düşünmedim.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	127- Cinsel beraberliğimiz her yönüyle tatmin edicidir.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
90- İlişkimize ilgili karşılanmayan önemli ihtiyaçların var.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	128- İlişkimizin oldukça mutlu olduğuna inanıyorum.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
91- Tartışmalarımız çoğu zaman birimizin ağlaması veya incinmesi ile son bulur.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	129- Eşim sık sık onu anlamadığımdan yakınır.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
92- Zaman zaman eşimden ayrılmayı çok fazla isterim.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	Aşağıdaki maddeleri çocuklu çiftler cevaplandıracaktır.	
93- Eşim parayı çok iyi idare eder.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	130- Çocuklarımız genel olarak uslu dur.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
94- Eşim bir hayal arkadaşında aradığım tüm niteliklere sahiptir.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	131- Eşim ve ben çocuklar konusunda nadiren tartışırız.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
95- İlişkimize bazı ciddi güçlükler var.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	132- Çocuklarımızın benimsedikleri değerler, büyük oranda benimsedikleri ile aynıdır.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
96- Eşim hiçbir zaman kızıp beni sıkıca tutmadı ya da itirmedi.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	133- Eşim çocuklarla yeterince zaman geçirmez.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
97- Bir alienin nerede yaşayacağı, daha çok erkeğin işine dayalı olmalıdır.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	134- Çocuklarımız olmasaydı, ilişkimiz daha mutlu olabilirdi.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
98- Bu ilişki içinde olmasaydım daha mutlu olabilirdim.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	135- Çocukların ne zaman ve nasıl disipline sokulacağı konusunda eşimle nadiren anlaşmazlığa düşeriz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
99- Eşim ve ben para konusunda nadiren tartışırız.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	136- Çocuklarımızın beni biraz daha fazla dikkate almalarını isterim.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
100- Eşime karşı pek fazla sevgi ve şefkat hissetmediğim zamanlar olur.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	137- Çocuklarımızın sık sık, eşimle aramızın açılmasını sağlamayı başarırlar.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
101- İlişkimize bir ayrılık ya da boşanma ile bitebilir mi diye sık sık düşünüyorum.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	138- Çocuklarımızla benim, konuşacak ortak fazla bir şeyimiz yok.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
102- Vücudumda eşimin yaptığı çürükler yada sopa izleri var.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	139- Eşim çocuklara karşı yeterince sevgi gösterişinde bulunmaz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
103- Bir ilişkide kadının meslek hayatı erkeğinki ile eşit önemdedir.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	140- Çocuklarımızın anne ve babalarına gerekli saygıyı göstermezler.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
104- İnaniyorunkü ilişkimiz, tanıdığım çoğu insanunki kadar güzel.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	141- Eşim ve ben çocuklarımızı ne tür kuralları koyacağımıza birlikte karar veririz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
105- Parasal imkanlarımızın üstünde yaşamıyoruz gibi hissediyorum.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	142- Çocuklarımız, yaşlıları kadar mutlu ve taşasız görünmüyorlar.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
106- Hiçbir çiftin birlikte eşim ve ben den daha uyumlu yaşayabileceğini düşünmüyorum.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	143- Eşim çocukların bakımında kendi payına düşeni adlice üstlenmiyor.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
107- Eşim hiçbir zaman beni incitmekle tehdit etmemiştir.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	144- Çocuk sahibi olmak beklediğim kadar tatmin edici olmadı.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
108- Bir ilişkide kadının esas rollerinden bir ev işleri sorumluluğu olmalıdır.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	145- Eşim ve ben çocuklarımızın para veya özel izin taleplerine nasıl karşılık vereceğimizi konusunda çoğunlukla anlaşırız.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
109- İlişkimize çok az mutsuzluğa tanık oldum.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	146- Çocuklarımız evdeki sorumluluklarını yerine getirmede nadiren başarısız olurlar.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
110- Eşim önce bana danışmadan çok fazla şey satın alabilir.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	147- İlişkimize hiçbir zaman çocuklar yüzünden zor durumda düşmemiştir.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
111- Küçük çocukları olan bir anne, sadece aile paraya ihtiyaç duyduğu sürece çalışmalıdır.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	148- Çocuk büyümek sınır yıpratıcı bir şeydir.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
112- Eşim beni bedensel olarak hiçbir zaman incitmemiştir.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y	149- Eşim ve ben çocukların yetiştirilmesi için eşit sorumluluk üstleniriz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y
		150- Oyun veya eğlence için çocukların biri veya birkaçı ile sık sık evde biraraya geliriz.	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> Y



T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
Etik Kurul Başkanlığı

ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ

TOPLANTI TARİHİ: 03.06.2021
TOPLANTI SAYISI: 2021-20

KARAR NO: 2021-20-16: Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Klinik Psikoloji tezli yüksek lisans programı 190624314 numaralı Ayşenur ACAR' ın "Kadınlarda Duygusal Yeme Düzeyi ve Çocukluk Çağı Travmalarının Evlilik Doyumuyla İlişkisi" konulu çalışması hakkında yapacağı anket sorularının, etik kurallara uygun olup olmadığını tespit etmek üzere, Etik Kurulumuzun 17.03.2021 tarih ve 2021-09 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.