



BOZULMUŞ YEME ÖRÜNTÜLERİNDE BAĞLANMANIN YORDAYICI ETKİSİ: ERGENLER ÜZERİNE BİR ÇALIŞMA*

Hatice Büşra ERDOĞAN¹, Havva Nüket İŞİTEN²

ÖZ

Ergenlik, pek çok bozulmuş yeme davranışının ve yeme bozukluğunun başlangıcı açısından oldukça riskli bir dönemdir. Fizyolojik ve psikolojik birçok problemi beraberinde getiren bu patolojik örüntünün oluşumunu engellemek için bu durumun yordayıcılarının bilinmesi gerekmektedir. Bu çalışmada, erken dönemde ebeveyn-çocuk ilişkisinin niteliğine göre oluşan ve yaşamın ileri dönemlerinde oluşabilecek psikopatolojiler üzerinde etkili olduğu bilinen bağlanma tarzlarının bozulmuş yeme örüntüleri üzerindeki yordayıcı etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın örneklemini Denizli ilinde bulunan ortaöğretim, lise ve lisans eğitim düzeyindeki ergen bireyler oluşturmaktadır. Yaşları 11-21 aralığında değişen ($M_{yaş}=15.88$; $SS=2.98$) 300'ü kız, 300'ü erkek olmak üzere toplam 600 ergen bireye ait veriler Sosyodemografik Bilgi Formu, İlişki Ölçekleri Anketi, Duygusal Yeme Ölçeği ve Yeme Bozuklukları Değerlendirme Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Verilerin analiz aşamasında betimsel analiz yöntemleri, Pearson Korelasyon Analizi ve Çoklu Regresyon Analizi kullanılmıştır. Analizlerde %95 güven aralığı ($p<0.05$) dayanak alınmıştır. Yapılan Çoklu Regresyon Analizi sonucunda saplantılı ve korkulu bağlanmanın -tıkınırcasına yeme hariç- tüm bozulmuş yeme örüntülerini, sağlıksız diyet davranışının ise tüm bozulmuş yeme örüntülerini yordayıcı güçte olduğu görülmüştür. Çalışma bulguları alanyazın doğrultusunda tartışılmış, bu alanda yapılacak gelecek bilimsel araştırmalar ve önleyici çalışmalar için araştırmacılara ve uzmanlara öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler

Ergenlik, Bağlanma Tarzları, Yeme Örüntüleri, Yeme Bozuklukları

PREDICTOR EFFECT OF ATTACHMENT IN DISRUPTED EATING PATTERNS: A STUDY ON ADOLESCENTS

ABSTRACT

Adolescence is a very risky period in terms of the onset of many disrupted eating behaviours and eating disorders. In order to prevent the formation of this pathological patterns that brings many physiological and psychological problems, the predictors of this situation should be known. In this study, it was aimed to examine the predictive effect of attachment styles, which are known to be effective on psychopathologies that may occur in later life, on disrupted eating patterns. The study included adolescent individuals at secondary, high school and undergraduate education levels in Denizli. The data of a total of 600 adolescent individuals, 300 of whom are female and 300 of whom are male, whose ages ranged between 11-21 years ($M_{age}=15.88$; $SD=2.98$) have been collected through the Sociodemographic Information Form, Relationship Scales Questionnaire, Emotional Eating Scale, and Eating Disorders Examination Questionnaire. Descriptive analysis methods, Pearson Correlation Analysis and Multiple Regression Analysis were used in the analysis phase of the data. The analysis was based on a 95% confidence interval ($p<0.05$). As a result of Multiple Regression Analysis in accordance with the purpose of the study, it has been observed that obsessive and fearful attachment is predictor of all disrupted eating patterns -except binge eating- and unhealthy dietary behaviour is predictor of all disrupted eating patterns. However, different attachment styles have created significant correlations with different disrupted eating patterns. The findings of the study were discussed in line with the literature and suggestions are presented to researchers and experts for future scientific research and preventive studies in this field.

Key Words

Adolescence, Attachment Styles, Eating Patterns, Eating Disorders

*Bu makale, Hatice Büşra ERDOĞAN'ın İstanbul Gedik Üniversitesi Klinik Psikoloji Anabilim Dalı'nda Dr. Havva Nüket İŞİTEN danışmanlığında 2021 yılında tamamladığı yüksek lisans tezinden oluşturulmuştur.

¹Arş. Gör., İstanbul Galata Üniversitesi, e-mail: hatice.erdogan@galata.edu.tr, ORCID: 0000-0001-7814-378X

²Dr., Tanı Terapi Enstitüsü, e-mail: isiten34@gmail.com, ORCID: 0000-0001-5327-7546

Alıntılama: Erdoğan, H.B., İşiten, H.N. (2021). Bozulmuş yeme örüntülerinde bağlanmanın yordayıcı etkisi: Ergenler üzerine bir çalışma. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 5(10), 57-80.

Giriş

Ergenlik fizyolojik, psikolojik ve sosyal yönden büyümenin sağlandığı, çocukluktan yetişkinliğe geçişte köprü rolü gören ve gözlemlenen değişimlere göre erken (10-15), orta (14-17) ve geç (17-21) ergenlik olarak üç değişim aşamasını içeren gelişim dönemlerinden bir tanesidir (WHO, 2005). 2020 yılında Türkiye nüfusunun %15.4'ünü oluşturan 15-24 yaş aralığındaki ergenlerin içinde buldukları bu dönem (TÜİK, 2021), psikolojik olarak bedensel değişimlere uyumlanmada zorlanma, artmış dürtüsellik, diyet ve stres gibi farklı faktörlerin de etkisiyle birçok ruhsal problemin başlangıcı açısından risk oluşturmaktadır (Büyükgebiz, 2006; Gözegir, 2020; Hoek ve Van Hoeken, 2003; Tarhan 2009). Bunlardan bir tanesi de bozulmuş yeme örüntüleri ile yeme bozukluklarıdır (Küey, 2006). İşlevsellikteki kaybın ve belirti şiddetinin bozukluk kadar ağır olmadığı, zaman içinde kendiliğinden geçebilen veya kronik hal alarak yeme bozukluklarına dönüşebilen yeme ile ilgili duygusal, bilişsel ve davranışsal durumlar, bozulmuş yeme örüntüleri olarak ele alınmaktadır (Judd, 2011). Kilo endişesi kaynaklı yapılan sağlıksız diyet davranışları ile başlayan ve olumsuz duygular karşısında aşırı yeme davranışları devam eden kısıtlayıcı yeme (Herman ve Mack, 1975); daha çok olumsuz duygular karşısında normalinden daha fazla yeme olarak tanımlanan duygusal yeme (Kaplan ve Kaplan, 1957); tekrarlayıcı, dizginlenemeyen yeme atakları olarak seyreden, aynı durumlarda yenilenden çok daha fazla yiyeceğin kısa bir süre içerisinde tüketilmesi şeklinde gözlemlenen tıknırcasına yeme (Turan vd., 2015); bedensel imaj kaygısı, yeme ve kilo ile ilgili endişeler ile sağlıksız katı diyetler, bozulmuş yeme örüntüleri arasında yer almaktadır (Ertaş, 2006; Ogden, 2016).

Ülkemizde ergenlerdeki yeme davranışlarının incelendiği çalışmalar kısıtlı olmakla birlikte bu alanda yapılan epidemiyolojik çalışmalara göre Türk ergenlerin %32.8'inde bozulmuş yeme davranışları bulunmaktadır (Baş ve Kızıltan, 2007). Bunun yanında 17-23 yaş aralığındaki ergen bireylerin %13.8'inin yeme bozukluğuna yatkın olduğu, 11-14 yaş grubu ergenlerde duygusal yeme davranışının sık gözlemlendiği, 13-16 yaş aralığındaki bireylerin daha fazla bozulmuş yeme tutumu gösterdiği görülmüştür (Batıgün ve Utku, 2006; Oğur vd., 2016; Tuncay, 2017). Bu problemleri davranışların etiyolojik kökenlerine yönelik yapılan bir çalışmada kilosundan memnun olmayan ergenlerde daha fazla bozulmuş yeme tutumu ve beslenme alışkanlıkları olduğu belirlenmiştir (Kadioğlu ve Ergün, 2015). Beden memnuniyeti ve sağlıksız diyet davranışı üzerindeki etkili faktörlerin incelendiği diğer çalışmalarda ise aile, akran grupları ve medyanın etkisinin yadsınamaz boyutta olduğu görülmüştür (Dunkley vd., 2001; Grabe vd., 2008). Medyanın yeme davranışları ve beden imajı üzerindeki etkisinin araştırıldığı bir çalışmada, medyadaki beden algısını idealleştiren ve akranlarıyla vücut görünüşlerini kıyaslayan 16-24 yaş aralığındaki ergen kızlarda kusma, sağlıksız diyet davranışları, aşırı yeme gibi bozulmuş yeme davranışlarının daha fazla olduğu gözlemlenmiştir (Aslan, 2001). Ayrıca son zamanlarda artan sosyal medya kullanımı da, kız ve erkek ergenlerin beden imajları üzerindeki baskıyı arttırıcı diğer etkenler arasında yer almaktadır (Bayköse ve Esin, 2019). Sosyokültürel tüm bu etkenlerin kaynaklık ettiği bozulmuş yeme örüntülerindeki belirtilerin seyrine ve şiddetine bağlı olarak gelişen yeme bozuklukları, fizyolojik ve psikolojik açıdan

birçok problem oluşturmakta ve ergenlerdeki mortalite (anoreksiya nervozada %5-%18 arasında değişmekte) oranının yükselme riskini arttırmaktadır (Koroğlu, 2004; Kring ve Johnson, 2015; Küey, 2006).

Farklı açılardan bakıldığında yeme davranışları üzerinde etkisi bulunan faktörler çeşitli kuramsal çerçevelerde ele alınmaktadır (Fairburn vd., 1999; Tozzi vd., 2003). Bu kuramlardan bir tanesi olan ve temeli erken dönem anne-çocuk ilişkisine dayanan Bağlanma Kuramı en sık ele alınan psikodinamik kökenli kuramlardan birisidir (Alantar ve Maner, 2008). Bartholomew ve Horowitz (1991) kaynağını bu kurama dayandırdıkları çalışmayla yetişkinlikte gözlemlenen dört bağlanma tarzı (güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma) ortaya koymuştur. Bu bağlanma tarzları bireyin benliğini ve diğerlerini algılama biçimlerine (olumlu/olumsuz) göre belirlenmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bağlanma Kuramı (Bowlby 1969; 1973; 1980) çerçevesinde yapılan çalışmalar sonucunda, bağlanma stillerinin sağlıklı yeme örüntüleri üzerinde etkili olduğu ortaya konmuştur (O'Shaughnessy ve Dallos, 2009). Nitekim erken çocukluk döneminde bakım verenle beslenme üzerinden kurulan ilişkiler bilinçdışı süreçler, beden şekli ve yeme davranışları üzerinde etkili modeller olarak sayılmaktadır (Gürdal, 1994; Marcelli ve Braconnier, 1992). Aşırı koruyucu, ihmal edici ve güvene dayalı olmayan anne-çocuk ilişkileri yeme bozukluklarına kaynaklık etmektedir (Broberg vd., 2001; Turner vd., 2004). Bu bilgilerden yola çıkarak, incelenen ergenlerde bozulmuş yeme örüntülerini açıklamada Bağlanma Kuramı temel alınmıştır.

Ergenlerde bozulmuş yeme davranışlarına ve erken dönem ilişkilere yönelik alanyazın incelendiğinde, ebeveynle kurulan sağlıklı ilişkilerin bu dönemdeki bireylerin beden imajına yönelik memnuniyetini etkilediği, güvensiz bağlanan ve özsaygısı düşük ergenlerin yeme bozuklukları açısından risk taşıdığı görülmektedir (Sharpe vd., 1998). Güvenli ve güvensiz bağlanma tarzları (saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma) ile sağlıklı yeme örüntüleri arasındaki ilişkilerin incelendiği çalışmalarda, ebeveyn tutumlarının bozulmuş yeme örüntüleri üzerindeki etkisine yönelik bulgular bulunmaktadır (Günaydın ve Kumcağız, 2020; Tasca vd., 2006; Taube-Schiff vd., 2015; Troisi vd., 2005). Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışma sonucunda ailesine güvensiz bağlanan bireylerin beden şekli memnuniyetlerinin daha az olduğu bildirilmektedir (İnanır ve Kutlu, 2014). Ulaşılan bu sonuçlar doğrultusunda değerlendirildiğinde güvensiz bağlanan ergenlerde daha fazla beden şeklinden memnun olmama durumu, bozulmuş yeme örüntüleri ve yeme bozuklukları görüldüğü ifade edilebilir.

Anne ile kurulan bağın güvensiz olması, zorluklarla baş etmede zorlukları ve çözüm olarak kullanılan yeme davranışlarındaki bozulmaları beraberinde getirmektedir (Sarıbal, 2017). Çalışma bulguları yeterli ilgi ve sevgiyi göstermeyen ebeveynlere sahip çocuklarda, duygusal yemenin daha fazla olduğunu göstermektedir (Topham vd., 2011). Bireysel özerkliği kısıtlayıcı olarak algılanan, zayıf ilişki ve düşük bağlanma kalitesine sahip ebeveynlerin çocuklarında bozulmuş yeme tutumu ve davranışları daha yüksek olarak belirlenmiştir (Brockmeyer vd., 2013; Orzolek-Kranner, 2002; Ünlü vd., 2006). Dört bağlanma stilinin bozulmuş yeme örüntüleri ile ilişkisinin incelendiği çalışmalar çok fazla olmamakla birlikte saplantılı bağlanmanın bozulmuş yeme davranışları ile daha

fazla ilişkili olduğu belirtilmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Patolojik yeme örüntülerine sahip 18-26 yaş aralığındaki kadınların %31.7'sinin kayıtsız bağlandığına (Erzi, 2012); anoreksiya (çarpık beden algısı, katı yiyecek kısıtlaması ve telafi davranışlarının -kusma, yoğun egzersiz yapma, yanlış laksatif ve diüretik kullanımı- ile seyreden, kısıtlayıcı ve tıknırçasına yeme-çıkarma olmak üzere iki alt tipi bulunan) ve bulimiya nevroza (tıknırçasına yeme atakları ve sonrasında yaşanan yoğun kilo alma endişesi ile telafi edici davranışların görülmesi ile özdeş) (APA, 2013) tanısı almış bireylerde saplantılı ve kayıtsız bağlanma stillerinin daha yüksek olduğuna yönelik bulgular dikkat çekmektedir (Delvecchio vd., 2014; Ramacciotti vd., 2001; Zachrisson ve Kulbotten, 2006; Zachrisson ve Skarderud, 2010). Diğer yandan saplantılı ve kayıtsız bağlanan bireylerin daha fazla beden görünüşü ile ilgili kaygıları olduğu elde edilen sonuçlar arasındadır (Özteke-Kozan ve Hamarta, 2017).

Dönem özelliklerinden birisi olan akran gruplarının önem kazanması, yeme davranışları üzerinde de etkisini göstermektedir. Akranlarıyla aynı görünüme sahip olma isteme kilo kontrolü amaçlı birçok yanlış yeme davranışını da beraberinde getirmektedir. Lise öğrencileri ile yapılan çalışmada ergenlerin %51.7'sinde kilo kontrol girişimleri olduğu saptanmıştır (Karadamar vd., 2015). Aynı zamanda beden imajının idealize edilenle uyum göstermemesi sonucunda kilo verme veya koruma amacıyla yapılan sağlıksız diyetler ergenlerde yeme davranışlarında bozulmalara neden olmaktadır (Lofrano-Prado vd., 2015). Bu doğrultuda alanyazın incelendiğinde ergenlerde bozulmuş yeme örüntülerinin sağlıksız diyet davranışıyla ilişkili olduğu görülmüştür (Aykut, 2018). Diğer yandan üniversite öğrencilerinde sağlıksız diyet davranışları arttıkça tanımlanamayan yeme bozukluklarının da arttığı sonucuna ulaşılmıştır (White vd., 2011). Bu sonuçlar Akdevelioğlu ve Yörüsün'e (2019) ait yeme bozukluğu riskinin ve bozulmuş yeme davranışlarının diyet yapan bireylerde daha yüksek olduğu yönündeki çalışma sonucunu desteklemektedir. Ayrıca ortaokul öğrencilerinin son bir aydır diyet uyguluyor olma durumu ile kısıtlayıcı yeme davranışı gösterme arasındaki ilişkinin incelendiği başka bir araştırmada, bu sonuçlara paralel şekilde diyet uygulayan öğrencilerde daha fazla kısıtlayıcı yeme davranışı olduğu gözlenmiştir (Tuncay, 2017).

Tüm bu bilgiler göz önüne alındığında sağlıksız aile içi iletişimi, kilo endişesi ve sağlıksız diyet uygulamalarının ergenlerde bozulmuş yeme örüntülerinin yordayıcıları arasında belirlenmesi (Haines ve Neumark-Sztainer, 2006; Neumark-Sztainer vd., 2007), bu alanda yapılacak çalışmaların önemini göstermektedir. Ayrıca yeme bozukluklarında olası risk faktörlerinin anlaşılması ve buna yönelik önleyici ve tedavi yöntemlerinin oluşturulmasında profesyonellere ışık tutması açısından bu konuda güncel bir çalışma yapılmasının gerekli olduğu düşünülmüştür.

Buna dayanarak çalışmanın hipotezi aşağıdaki şekilde oluşturulmuştur.

1.Güvensiz bağlanma stillerinin (saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma) bozulmuş yeme örüntüleri üzerinde yordayıcı etkisi bulunmaktadır.

2.Ergenlerde sağlıksız diyet davranışının bozulmuş yeme örüntüleri üzerinde yordayıcı gücü bulunmaktadır. Buna göre sağlıksız diyet davranışları bulunan

ergenlerde bozulmuş yeme örüntülerinin görülme olasılığı anlamlı olarak daha fazla olacaktır.

Bu bağlamda çalışmanın amacı, bağlanma stillerinin ve sağlıksız diyet davranışının bozulmuş yeme örüntüleri ile ilişkisinin incelenmesidir.

Yöntem

Araştırma Modeli

Ergenlikte bozulmuş yeme örüntüleri ile bağlanma arasındaki ilişkilerin incelendiği bu çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

Araştırmanın Etik İzinleri

Araştırma uygulamalarının yapılabilmesi için İstanbul Gedik Üniversitesi Rektörlüğü Etik Kurul Başkanlığı'ndan (26.04.2021 tarih ve 71457743-050.01.04.2021-2.378-186 sayılı), Denizli İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden (04.02.2021 tarih ve 16605029-44-20191249 sayılı) ve kullanılacak ölçeklerin Türkçe standardizasyon çalışmalarını yapan araştırmacılardan gerekli uygulama izinleri alınmıştır.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın örneklemini Denizli'de bulunan, yaş aralığı 11-21 olan ortaokul, lise ve üniversite eğitim düzeyindeki 600 ergenden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Sosyodemografik Bilgi Formu: Araştırmacı tarafından hazırlanan bu form, katılımcıların cinsiyet, yaş, hastalık durumu, sağlıksız diyet davranışının varlığı, sigara, alkol ve ilaç kullanımı, anneden ayrılma, anne ve baba durumu ile aile yapısına ilişkin bilgileri içermektedir.

İlişki Ölçekleri Anketi-Ergen Formu (İÖA-E): Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından yetişkin bağlanma stillerini ölçümlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe standardizasyon çalışmaları Sümer ve Güngör (1999) tarafından yapılmıştır. Kendilik ve ilişkiler hakkındaki tutumların sorgulandığı ölçek yedi derece üzerinden değerlendirilen 17 soru ile güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma olmak üzere dört alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutlardaki puanların yükselmesi bireyin bağlanma stilini göstermektedir. Sümer ve Güngör'ün (1999) Türkçe uyarlama çalışmasında ölçeğin test tekrar test güvenilirliğinin 0.54 ile 0.78, iç tutarlılığının 0.27 ile 0.61 arasında değiştiği belirlenmiştir. Mevcut çalışmada İÖA-E'nin Cronbach Alpha değeri 0.74 olarak bulunmuştur.

Duygusal Yeme Ölçeği-Çocuk ve Ergen Formu (DYÖ-Ç): Tanofsky-Kraff ve arkadaşları (2006) tarafından çocuk ve ergenlerdeki duygusal durumun yeme davranışına olan etkisini incelemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin Bektaş ve arkadaşları (2016) tarafından Türkçe standardizasyon çalışmaları yapılmıştır. Belirli duygular karşısındaki yeme davranışındaki miktarın sorgulandığı ölçek, beş derece üzerinden değerlendirilen 26 (puanlamada son soru hariç) soru ile depresif belirtiler, huzursuz hissetme ve kaygı, öfke ve hayal kırıklığı olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Toplam puanın yükselmesi duygusal yeme davranışındaki artışı göstermektedir. Ölçeğin güvenilirlik çalışmasında alt boyutların Cronbach

Alpha değerlerinin 0.86, 0.76 ve 0.72 olduğu görülmüştür. Tüm ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0.90'dır (Bektaş vd., 2016). Mevcut çalışmada DYÖ-Ç'nin Cronbach Alpha değeri 0.95 olarak bulunmuştur.

Yeme Bozuklukları Değerlendirme Ölçeği (YBDÖ): Bozulmuş yeme davranışlarına yönelik belirtilerin şiddetini ölçme amacıyla Fairburn ve Beglin (1994) tarafından geliştirilmiştir. Yücel ve arkadaşları (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek kısıtlayıcı yeme, tıknırcasına yeme, kilo endişesi, beden şekli endişesi ve yeme endişesi olmak üzere beş alt boyuttan ve 28 sorudan oluşmaktadır. Bu doğrultuda ölçekten toplam skor ile birlikte altı ayrı puan elde edilir. Tıknırcasına yeme alt boyutu haricindeki alt boyutlar 6'lı Likert tipiyle değerlendirilmektedir. Tıknırcasına yeme alt ölçeği ise 0-28 arasındaki sayı değerleri ile cevaplandırılır. Sorular genel olarak son 28 gün içerisindeki yeme ile ilgili örüntüleri sorgulamaktadır. Alt boyutlardaki ve toplam puandaki yükselme bozulmuş yeme davranışı belirtilerinin artışı göstermektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasında test tekrar test güvenilirlik katsayısı ve Cronbach Alpha değerleri sırasıyla 0.91 ve 0.93 olarak belirlenmiştir (Yücel vd., 2011). Mevcut çalışmada YBDÖ'nün Cronbach Alpha değeri 0.93 olarak bulunmuştur.

Veri Toplama İşlemi

Veriler Şubat 2021-Nisan 2021 tarihleri arasında Google Forms anket uygulaması üzerinden toplanmıştır. Uygulamada sıra etkisini ortadan kaldırmak amacıyla her seferinde soruların yerlerinin değişmesi sağlanmıştır. Araştırmaya gönüllülük esasına dayalı katılımı sağlamak için katılımcılarla çalışmacının amacı, süresi ve gizliliğine yönelik bilgilerin yer aldığı Katılımcı Bilgilendirilmiş Onam Formu ve 11-17 yaş aralığındaki ergenlerin ebeveyn izinlerinin alınması için ebeveyn iletişim adreslerinin (e-posta, telefon) istendiği Ebeveyn Bilgilendirilmiş Onam Formu paylaşılmıştır. Farklı yaş grubundaki katılımcılara ise rastgele örnekleme yöntemiyle ulaşılmıştır. Katılımcıların ölçekleri doldurması 10-15 dakika sürmüştür. Çalışmada 18 yaş altı katılımcıların ebeveyn onamının alınmaması, YBDÖ'nün tıknırcasına yeme alt boyutu sorularını net olarak yanıtlanmaması dışlama kriterleri olarak belirlenmiş ve bu kriterlerle uyumlu olmayan katılımcı verileri çalışmadan çıkartılmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırma verileri SPSS 22.0 programı ile analiz edilmiştir. Çalışmanın normallik sayıltısı Merkezi Limit Teoremine dayandırılarak sağlandı. Bu teoreme göre büyük sayıda, bağımsız ve aynı dağılım gösteren değişkenlere sahip örneklem seçildiği evrene benzemektedir (Newbold vd., 2010). Bu bağlamda ergenlerden alınan anket yanıtları belli bir dağılım göstermese bile araştırma örnekleminin yeterli büyüklükte (N=600) olmasından dolayı analizlerde parametrik istatistiksel testler kullanılmıştır. Bağlanma stillerinin ve sağlıklı diyet davranışının bozulmuş yeme örüntüleri ile ilişkisini belirlemek için iki değişken arasındaki ilişkinin incelenmesinde kullanılan Pearson Korelasyon Analizi tekniğinden faydalanılmıştır. Değişkenler arasındaki değişimleri tahmin etmemizi sağlayan regresyon analizi türlerinden (Baykul ve Güzeller, 2016), bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenler üzerindeki değişim miktarını açıklamada kullanılan Çoklu Regresyon Analizi tekniği seçilmiştir (Kayaalp vd., 2015). Bu doğrultuda bağlanma

stilllerinin ve sağlıksız diyet davranışının bozulmuş yeme örüntüleri üzerindeki yordayıcı etkisini belirlemek için yedi ayrı model kurulmuştur. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemler (sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma) kullanılmış ve elde edilen analiz bulguları %95 güven aralığında değerlendirilmiştir.

Bulgular

Araştırma grubu, yaş aralığı 11-21 olan (Ort=15.88; Ss=2.98), 300'ü kadın (%50), 300'ü erkek (%50) olmak üzere toplam 600 ergenden oluşmaktadır. Çalışmaya ortaokul öğrencisi 187 (%31.2), lise öğrencisi 288 (%48) ve üniversite öğrencisi 125 (%20.8) ergen katılım sağlamıştır. Bu bireyler yaşları dikkate alınarak ergenlik dönemlerine göre gruplandırılmış, 200'ünün (%33.3) erken ergenlik (11-14 yaş), 200'ünün (%33.3) orta ergenlik (15-17 yaş), 200'ünün (%33.3) ise geç ergenlik (18-21 yaş) döneminde olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların 112'sinde (%18.7) son bir aya ait sağlıksız diyet davranışı bulunmakta, 488'inde (%81.3) son bir aya ait sağlıksız diyet davranışı bulunmamaktadır. Örneklemin cinsiyet, sağlıksız diyet davranışı, eğitim durumu ve ergenlik dönemi değişkenlerine göre dağılım değerleri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Örneklemin sosyodemografik özellikleri

	N=600	%
Cinsiyet		
Kadın	300	50
Erkek	300	50
Diyet Yapma		
Evet	112	18.7
Hayır	488	81.3
Eğitim Durumu		
Ortaokul	187	31.2
Lise	288	48
Üniversite	125	20.8
Ergenlik Dönemi		
Erken ergenlik	200	33.3
Orta ergenlik	200	33.3
Geç ergenlik	200	33.3

Bozulmuş yeme örüntülerinin bağlanma stilleri ile ilişkisini değerlendirmek üzere Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2. Değişkenlere ilişkin korelasyon analizi sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.Diyet	-	-.14*	.03	-.11**	-.15**	-.13**	-.53**	-.36**	-.46**	-.44**	-.44**	-.51**
2.DYÖ		-	.02	.16**	.03	.10*	.19**	.46**	.31**	.32**	.38**	.32**
3.GB			-	.01	-.01	-.22**	-.03	-.06	-.09*	-.11**	-.08*	-.09*
4.SB				-	-.07	.09*	.18**	.08*	.20**	.24**	.17**	.23**
5.KAB					-	.57**	.19**	.04	.13**	.15**	.11**	.16**
6.KOB						-	.26**	.10*	.23**	.25**	.21**	.26**
7.KY							-	.38**	.72**	.75**	.73**	.86**
8.TKY								-	.52**	.51**	.59**	.54**
9.KE									-	.93**	.80**	.94**
10.BŞE										-	.81**	.96**
11.YE											-	.89**
12.YBDÖ												-
\bar{x}	1.81	47.32	4.01	3.65	4.56	4.03	1.42	1.57	1.56	1.77	1.05	8.59
Ss	.39	19.26	.98	1.22	1.24	1.30	1.71	2.99	1.64	1.70	1.33	8.59

*p<0.05, **p<0.01; DYÖ: Duygusal Yeme Ölçeği Toplam Puanı, GB: İÖA Güvenli Bağlanma Alt Boyutu, SB: İÖA Saplantılı Bağlanma Alt Boyutu, KAB: İÖA Kayıtsız Bağlanma Alt Boyutu, KOB: İÖA Korkulu Bağlanma Alt Boyutu, KY: YBDÖ Kısıtlayıcı Yeme Alt Boyutu, TKY: YBDÖ Tıkınırcasına Yeme Alt Boyutu, KE: YBDÖ Kilo Endişesi Alt Boyutu, BŞE: YBDÖ Beden Şekli Endişesi Alt Boyutu, YE: YBDÖ Yeme endişesi Alt Boyutu, YBDÖ: Yeme Bozuklukları Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı

Yukarıdaki tablo incelendiğinde, duygusal yeme ve tıkınırcasına yeme ile saplantılı bağlanma ($r_{DYÖ}=.16$; $r_{TKY}=.08$) ve korkulu bağlanma ($r_{DYÖ}=.16$; $r_{TKY}=.08$) arasında pozitif zayıf düzeyli anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($p<0.05$). Kısıtlayıcı yeme alt boyutu ile saplantılı bağlanma ($r=.18$), kayıtsız bağlanma ($r=.19$) ve korkulu bağlanma ($r=.26$) arasında pozitif yönlü zayıf düzeyli anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0.01$). Kilo endişesi ($r=-.09$), beden şekli endişesi ($r=-.11$), yeme endişesi ($r=-.08$) alt boyutları ve YBDÖ toplam puanı ($r=-.09$) ile güvenli bağlanma arasında negatif yönde anlamlı zayıf bir ilişki saptanmıştır ($p<0.05$). Saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma ve korkulu bağlanma kilo endişesi ($r_{SB}=.20$; $r_{KAB}=.13$; $r_{KOB}=.23$), beden şekli endişesi ($r_{SB}=.24$; $r_{KAB}=.15$; $r_{KOB}=.25$), yeme endişesi ($r_{SB}=.17$; $r_{KAB}=.21$; $r_{KOB}=.18$) alt boyutları ve YBDÖ toplam puanı ($r_{SB}=0,23$; $r_{KAB}=0,16$; $r_{KOB}=0,26$) ile aralarında pozitif yönde zayıf düzeyli bir ilişki oluşturmuştur ($p<0.01$). Sağlıksız diyet davranışının tüm bozulmuş yeme örüntüleri ile negatif yönlü anlamlı bir ilişki oluşturduğu görülmüştür ($p<0.05$).

Güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma ile diyet davranışının bozulmuş yeme örüntüleri üzerindeki etkisi bağımsız değişkenlerin eş zamanlı analize

katıldığı Çoklu Regresyon Analizi ile incelenmiştir. Analiz için gerekli olan sayıtların (yordayıcı değişkenlerin normal dağılım göstermesi, homojen varyansta olması, birbirlerinden bağımsız olmaları ve birbirleri ile aralarında korelasyon bulunmaması) kurulan modelleri karşıladığı belirlenmiştir.

Tablo 3. Duygusal yeme davranışını yordayan değişkenlerin regresyon analizi sonuçları

DYÖ	B	β	t	F	R ²	ΔR^2
Diyet	-5.81**	-.11	-2.88	6.27	.05**	.04**
Güvenli	.92	.04	1.13			
Saplantılı	2.17**	.13	3.37			
Kayıtsız	-.53	-.03	-.67			
Korkulu	1.53*	.10	2.00			

*p<0.05, **p<0.01; DYÖ: Duygusal Yeme Ölçeği Toplam Puanı

Kurulan ilk modelin analiz sonucunda sağlıksız diyet davranışı (B=-5.81; p<0.01), saplantılı bağlanma (B=2.17; p<0.01) ve korkulu bağlanmanın (B=1.53; p<0.05) duygusal yemeyi anlamlı olarak yordadığı saptanmıştır (R²=.05; F_{5.594}=.27). Bu üç değişken duygusal yeme toplam varyansının %4'ünü açıklamaktadır. Regresyon analizine sokulan güvenli ve kayıtsız bağlanmanın yordayıcı gücünün bulunmadığı gözlenmiştir (p>0.05).

Tablo 4. Kısıtlayıcı yeme davranışını yordayan değişkenlerin regresyon analizi sonuçları

Kısıtlayıcı Yeme	B	β	t	F	R ²	ΔR^2
Diyet	-2.18**	-.49	-14.62	61.38	.34**	.33**
Güvenli	.02	.01	.46			
Saplantılı	.16**	.11	3.34			
Kayıtsız	.03	.02	.52			
Korkulu	.23**	.18	4.17			

İkinci modelde YBDÖ'nün alt ölçeklerinden kısıtlayıcı yemeyi istatistiksel olarak anlamlı şekilde etkileyen değişkenler sağlıksız diyet davranışı (B=-2.18), saplantılı bağlanma (B=.16) ve korkulu bağlanma (B=.23) olarak saptanmıştır (R²=.34; F_{5.594}=61.38; p<0.01). Bu üç yordayıcı değişken toplam varyansın %33'lük kısmını açıklamaktadır. Güvenli ve kayıtsız bağlanmanın kısıtlayıcı yemeyi anlamlı olarak etkilemediği görülmüştür (p>0.05).

Tablo 5. Tıkınırcasına yeme davranışını yordayan değişkenlerin regresyon analizi sonuçları

Tıkınırcasına Yeme	B	β	t	F	R ²	ΔR^2
Diyet	-2.74**	-.35	-9.22	19.61	.14**	.13**
Güvenli	-.10	-.03	-.88			
Saplantılı	.08	.03	.86			
Kayıtsız	-.13	-.05	-1.15			
Korkulu	.17	.07	1.58			

Üçüncü modelde YBDÖ'nün tıkınırcasına yeme alt boyutunu anlamlı olarak etkileyen tek bağımsız değişkenin sağlıksız diyet davranışı (B=-2.74; p<0.01) olduğu gözlenmiştir (R²=.14; F_{5,594}=19.61). Diyet değişkeni tıkınırcasına yeme toplam varyansının %13'ünü açıklamaktadır. Dört bağlanma stiline tıkınırcasına yeme üzerinde anlamlı etkisi bulunmamıştır (p>0.05).

Tablo 6. Kilo endişesini yordayan değişkenlerin regresyon analizi sonuçları

Kilo Endişesi	B	β	t	F	R ²	ΔR^2
Diyet	-1.80**	-.42	-11.92	43.78	.26**	.26**
Güvenli	-.08	-.04	-1.30			
Saplantılı	.19**	.14	3.91			
Kayıtsız	-.03	-.02	-.51			
Korkulu	.21**	.17	3.73			

Dördüncü modelde sağlıksız diyet davranışı (B=-1.80), saplantılı bağlanma (B=.19) ve korkulu bağlanmanın (B=.21) kilo endişesi alt boyutunu anlamlı olarak yordadığı gözlenmiştir (R²=.26; F_{5,594}=43.78; p<0.01). Bu üç değişken kilo endişesi toplam varyansının %26'sını açıklamaktadır. Güvenli ve kayıtsız bağlanmanın kilo endişesini anlamlı olarak etkilememiştir (p>0.05).

Tablo 7. Beden şekli endişesini yordayan değişkenlerin regresyon analizi sonuçları

Beden Şekli Endişesi	B	β	t	F	R ²	ΔR^2
Diyet	-1.74**	-.40	-11.24	45.67	.27**	.27**
Güvenli	-.10	-.06	-1.72			
Saplantılı	.26**	.18	5.24			
Kayıtsız	.01	.00	.18			
Korkulu	.22**	.16	3.73			

Beşinci modelde beden şekli endişesi üzerinde sağlıksız diyet davranışı (B=-1.74), saplantılı bağlanma (B=.26) ve korkulu bağlanmanın (B=.22) anlamlı olarak etkili olduğu tespit edilmiştir (R²=.27; F_{5,594}=45.67; p<0.01). Bu üç bağımsız değişken beden şekli endişesi toplam varyansının %27'sini açıklamaktadır. Güvenli ve kayıtsız bağlanmanın anlamlı bir etkisi bulunmadığı görülmüştür (p>0.05).

Tablo 8. Yeme endişesini yordayan değişkenlerin regresyon analizi sonuçları

Yeme Endişesi	B	β	t	F	R ²	ΔR^2
Diyet	-1.43**	-.41	-11.43	37.73	.24**	.23**
Güvenli	-.05	-.04	-1.07			
Saplantılı	.11**	.10	2.92			
Kayıtsız	-.03	-.03	-.79			
Korkulu	.16**	.16	3.56			

Altıncı modelde sağlıklı diyet davranışı (B=-1.43), saplantılı bağlanma (B=.11) ve korkulu bağlanmanın (B=.16) yeme endişesi üzerinde anlamlı etkisi olduğu gözlenmiştir (R²=.24; F_{5,594}=37.73; p<0.01). Güvenli ve kayıtsız bağlanma (p>0.05) dışındaki bu üç değişken yeme endişesi toplam varyansının %23'ünü açıklamaktadır.

Tablo 9. YBDÖ toplam puanını yordayan değişkenlerin regresyon analizi sonuçları

YBDÖ	B	β	t	F	R ²	ΔR^2
Diyet	-10.27**	-.46	-13.55	57.57	.32**	.32**
Güvenli	-.35	-.04	-1.14			
Saplantılı	1.10**	.15	4.56			
Kayıtsız	-.02	-.00	-.08			
Korkulu	1.21**	.18	4.23			

*p<0.05, **p<0.01; Yeme Bozuklukları Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı

Yedinci modelde toplam YBDÖ puanı üzerinde anlamlı etkisi olduğu görülen yordayıcı değişkenler sağlıklı diyet davranışı (B=-10.27), saplantılı bağlanma (B=1.10) ve korkulu bağlanma (B=1.21) olarak tespit edilmiştir (R²=.32; F_{5,594}=57.57; p<0.01). Güvenli ve kayıtsız bağlanmanın bozulmuş yeme örüntüleri üzerinde anlamlı bir etkisi gözlenmemiştir (p>0.05). Bu üç yordayıcı değişken bozulmuş yeme örüntüleri toplam varyansının %32'sini açıklamaktadır.

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada, erken dönem ebeveyn-çocuk ilişkisinin ergenlik döneminde ortaya çıkan bozulmuş yeme örüntüleri üzerindeki yordayıcı gücünün incelenmesi amaçlanmıştır. Diğer yandan sağlıklı diyet davranışının ergenlerdeki bozulmuş yeme örüntüleri üzerindeki etkisi incelenmiştir. Bu hedef doğrultusunda yapılan analiz bulgularına göre güvensiz bağlanma stillerine (saplantılı ve korkulu bağlanma) sahip ve sağlıklı diyet davranışları olan ergenlerde daha fazla bozulmuş yeme örüntüleri (duygusal, kısıtlayıcı ve tıkınırcasına yeme, kilo, beden şekli ve yeme endişesi) bulunduğu görülmüştür. Bu sonuç, mevcut çalışmanın erken dönem ilişkilerinin ergenlikteki bozulmuş yeme örüntüleri üzerindeki yordayıcı etkisinin bulunduğu yönündeki ana hipotezini doğrulamaktadır. Çalışmanın bu bölümünde erken, orta ve geç ergenlik dönemlerinde bulunan ergenlerden elde edilen analiz sonuçları alanyazın çalışmaları kapsamında tartışılmıştır.

Sağlıksız diyet davranışı ergenlikte oldukça sık gözlemlenen, bozulmuş yeme davranışlarının oluşumunda etkisi bulunan ve kısıtlayıcı, tıknırcasına ve duygusal yeme gibi bozulmuş yeme davranışları arasında döngüye sebep olabilen risk faktörleri arasında yer almaktadır (Sevinçer ve Konuk, 2013). Wertheim ve Paxton (2012), beden imajından memnun olmama durumunun olası yeme bozukluklarının oluşumunu arttıran sağlıksız diyet davranışlarını da beraberinde getirdiğini bildirmektedir. Özmen ve arkadaşlarının (2007) lise öğrencilerinin yeme alışkanlıkları ve kilo denetleme davranışlarını incelediği çalışmada öğrencilerin %36.7'sinin kilo almaktan korktuğu, %6.5'inin diyet yaptığı, %1.7'sinin yemek sonrası yeme bozukluğu belirtilerinden olan kusma davranışını gösterdiği, %1.4'ünün laksatif kullandığı tespit edilmiştir. Bu durumdan yola çıkarak sağlıksız diyet davranışı ile bozulmuş yeme örüntüleri arasındaki ilişkiyi ele aldığımız bu çalışmada, ergenlerde sağlıksız diyet davranışı ile tüm bozulmuş yeme örüntüleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu ve sağlıksız diyet davranışının tüm bozulmuş yeme davranışları (duygusal, kısıtlayıcı ve tıknırcasına yeme, kilo, beden şekli ve yeme endişesi) üzerinde istatistiksel olarak yordayıcı gücünün bulunduğu görülmüştür. Bu durum sağlıksız kilo kontrolü yöntemleri arasında yer alan yanlış diyet uygulamalarının ergenlikte gözlemlenen bozulmuş yeme örüntülerinin başlangıcı üzerindeki olumsuz etkisini destekleyici niteliktedir. Ulaş ve arkadaşlarının (2013) sağlıksız diyet uygulamalarının bozulmuş yeme tutum ve davranışları üzerindeki yordayıcı etkisine yönelik araştırmasında, diyet yapmanın yeme tutumları üzerinde düşük düzeyli yordayıcı gücü bulunduğuna yönelik mevcut çalışma sonuçlarıyla örtüşen ifadeler belirtilmektedir. Bu örüntüler arasında yer alan kısıtlayıcı yeme ile diyet yapma arasındaki ilişkinin incelendiği geçmiş çalışmalara bakıldığında diyet yapan ve diyet öyküsü bulunan üniversite öğrencilerinin diyet yapmayanlara göre daha fazla kısıtlayıcı yeme davranışında buldukları görülmektedir (Akdevelioğlu ve Yörüsün, 2019). Diğer yandan lise öğrencileri ile yapılan başka bir çalışma sonucuna göre ise, diyet yapıp bırakan ergenlerde daha fazla duygusal yeme davranışına rastlanılmıştır (Özkan, 2017). Tunç (2019) yapmış olduğu çalışmada, sağlıksız diyet uygulamaları sonucunda hedefledikleri kiloya ulaşamayan ve diyetisyene başvuran üniversite öğrencilerinde daha fazla bozulmuş yeme tutumu görüldüğünü ifade etmektedir. Lise dönemindeki ergenlerle yapılan bir çalışmada da bu sonuca benzer bulgular elde edilmiş, son bir yılda kilo verme amacıyla sağlıksız diyet uygulamaları bulunan ergenlerde daha olumsuz beden algısı ve sağlıksız yeme tutumları olduğu gözlenmiştir (Uskun ve Şabaplı, 2013). Yaş ortalaması 22.5-25.7 aralığında bulunan üniversite öğrencilerinin oluşturduğu bir çalışma grubunda, tıknırcasına yeme davranışının gözlemlendiği tıknırcasına yeme bozukluğunun ve bulimiya nervozanın katı diyet uygulamaları ve yiyecek kısıtlamaları ile ilişkili olduğu görülmüştür (Korinth vd., 2009). Diğer yandan anoreksiya, bulimiya ve tıknırcasına yeme bozukluğu tanısı almış deney grubu ve almamış kontrol grubu arasındaki kilo ve beden şekli kaygısının karşılaştırıldığı farklı bir çalışmada yeme bozukluğu tanısı alan grubun kilolarına ve beden şekillerine yönelik daha fazla endişe yaşadıkları gözlenmiştir (Yokuşoğlu, 2018). Bu sonuçlara dikkat edildiğinde sağlıksız diyet davranışlarının tıknırcasına yeme, kilo, beden şekli ve yeme endişesi gibi bozulmuş yeme davranışları üzerindeki etkisi fark edilmektedir. Bu bilgiler ışığında mevcut çalışmanın sonucu diğer çalışma bulguları ile tutarlılık

göstermektedir. Özetle, sağlıklı diyet davranışı bulunan ergenlerde duygusal yeme, kısıtlayıcı yeme, tıknırcasına yeme, kilo endişesi, beden şekli endişesi, yeme endişesi ve yeme bozuklukları görülme olasılığı bulunmayanlara göre daha yüksektir denilebilir.

Anne ile sağlanamayan yakın ilişki düşük özsaygı, beden imajından memnun olmama durumu ve bozulmuş yeme örüntüleri ile ilişkilidir (Alantar ve Maner, 2008; Oktan ve Şahin, 2010). Yaşamın ilk zamanlarında anne ile kurulan ilişkide duygusal ve fizyolojik ihtiyaçların yeterli ve güven duygusu içerisinde alınması beslenme davranışının sağlıklı gelişimi üzerinde etkilidir (Bruch, 1961). Bu dönemde bağlanma nesnesi ile yakın ve güvenli olmayan ilişkilerin kurulması, yaşamın ileri dönemlerinde bireyin fiziksel görünüşüne yönelik sevilmenin ancak fiziksel olarak kusursuz olma ile mümkün olabileceği şeklindeki yanlış inançların oluşumunda etkili olduğu bilinmektedir (Yurtsever ve Sütcü, 2017). Buradan hareketle anne ve baba ile kurulan ilişki niteliğinin ergenlikteki bozulmuş yeme örüntülerinin ortaya çıkma olasılığı üzerinde açıklayıcı etkisinin bulunup bulunmadığı mevcut çalışmanın temel problemi olarak belirlenmiştir. Çalışma bulguları bu alandaki mevcut görüşleri desteklemektedir. Elde edilen sonuçlara göre saplantılı ve korkulu bağlanmanın tıknırcasına yeme hariç tüm bozulmuş yeme örüntüleri üzerinde yordayıcı gücünün bulunduğu saptanmıştır. Yani saplantılı ve korkulu bağlanan ergenlerde bozulmuş yeme tutum ve davranışlarının görülme riski daha fazla olmaktadır. Bu konuda yapılan çalışma ifadelerine göre ebeveynlerinde aşırı sınırsız, küçümseyici ve esnek olmayan davranışlar bulunan çocukların daha fazla duygusal yeme davranışı gösterdiği; aşırı otoriter, istismar edici davranışlar bulunan çocukların ise yeme bozuklukları belirtilerindeki şiddetin artması açısından daha fazla risk altında olduğu belirtilmektedir (Altınel, 2018; Ateşşönmez, 2018). Duygusal yeme davranışı ile erken dönem bağlanma stilleri arasındaki ilişkiye bakılan bir çalışmada güvensiz bağlanan obez bireylerin ebeveynleri ile güvenli bağ oluşturan bireylere göre daha fazla duygusal yeme davranışı gösterdikleri saptanmıştır (Taube-Schiff vd., 2015). Bununla birlikte Topham ve arkadaşları (2011), ilgili ve güven duygusu üzerine kurulu ebeveyn ilişkisine sahip çocukların olumsuz duygular karşısında daha az yeme davranışı gösterdiklerini ifade etmektedir. Kubar'ın (2017) 15-18 yaş arasındaki ergenlerle yaptığı çalışmada ise duygusal yeme ile güvensiz bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Mevcut çalışmada erken dönem ilişkiler ile duygusal yeme davranışı arasındaki ilişkiye yönelik elde edilen sonuç genel olarak geçmiş çalışma sonuçlarıyla örtüşmekte olup, ergenlerde bağlanma stillerinin duygusal yeme üzerindeki açıklayıcı etkisine yönelik araştırmaların kısıtlı olduğu görülmüştür. Bu bakımdan elde edilen bulguların bu konuda yapılacak gelecek çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Psikodinamik kurama göre, ebeveynleri tarafından reddedilmiş olduklarına yönelik hisleri bulunan bireylerin yeme davranışları bu durumdan etkilenmekte ve ebeveynle ayrılma-birleşme arzusu tıknırcasına-kusma şeklinde yansıtılmaktadır (Maner ve Aydın, 2007; Toker ve Hoccoğlu, 2009). Bu bilgiye dayanarak anoreksiya ve bulimiya tanılı grupla yapılan bir çalışmada hasta gruptaki bireylerin anneleri olmayanlara göre daha fazla aşırı koruyucu tutumda oldukları gözlenmiştir (Calam vd., 1990). Anoreksiya tanısı almış ve tanı almamış ergen

grupların ebeveynle kurulan ilişki ve bağlanma düzeylerine göre karşılaştırıldığı başka çalışmalarda ise hasta gruptaki ergenlerin ebeveynleri ile daha yıkıcı ve olumsuz ilişkide oldukları ve gruplar arası bağlanma düzeylerinin anlamlı olarak farklılaştığı belirtilmiştir (Cunha vd., 2009; Lattimore vd., 2000). Anoreksiya ve bulimiya nervozanın kısıtlayıcı ve tıknırcasına yeme ile kilo, beden şekli ve yeme endişesi ile ilişkisi göz önüne alındığında bu bulguların mevcut çalışma sonucu ile uyumlu olduğu görülmektedir. Batur ve arkadaşlarının (2005) üniversite öğrencilerinde yeme tutumlarını araştırdıkları çalışmada elde edilen bulgulara göre saplantılı ve korkulu bağlanan öğrencilerde daha fazla problemlili yeme tutumuna rastlanmış, güvenli ve kayıtsız bağlanma ile bozulmuş yeme tutumları arasında anlamlı ilişki olmadığı belirlenmiştir. Saplantılı ve korkulu bağlanan ergenlerde daha fazla bozulmuş yeme tutumlarının olması, güvenli ve kayıtsız bağlanmanın bozulmuş yeme tutumları üzerinde etkisinin bulunmaması bu çalışma sonuçlarıyla birebir örtüşmektedir. Yaş aralığı 14-21 olan lise öğrencilerinde yeme tutumlarının ebeveynle bağlanma düzeyi ile ilişkisinin incelendiği diğer bir çalışmada ise genel benzerlikte sonuçlara ulaşılmıştır. Çalışma sonuçlarına göre ergen kızlarda aileden algılanan aşırı koruyucu, erkeklerde ise ilgisiz tutumla birlikte anormal yeme tutumları artış göstermiştir (Aytin, 2014). Aşırı koruyucu olarak algılanan annenin üniversite öğrencilerinde anormal yeme tutumları oranını arttırdığına yönelik bir başka çalışma sonucu (Tunç, 2020), sağlıklı ebeveyn ilişkilerinin yeme tutumları üzerindeki olumsuz etkisini gösterebileceğimiz diğer bir bilimsel kanıttır. Ayrıca obez ergenlerde aileden alınan ilgi ve sevgi arttıkça fiziksel kaygının azaldığı bildirilmektedir (Erdoğan, 2013). Lise öğrencileri ile yapılan benzer bir çalışmaya göre ise anneye kurulan ilişki güçlendikçe yeme tutumlarındaki bozulmalar azalmaktadır (Ertekin, 2019). Bağlanma stillerinin yeme bozuklukları ile ilişkisinin incelendiği birçok çalışmada bozulmuş yeme tutum ve davranışlarını ayırt edici özellikte olan bağlanma tarzının saplantılı bağlanma olduğu görülmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Keskingöz, 2002). Suldo ve Sandberg (2000) bu durumun sebebinin saplantılı bağlanan bireylerin onay arayışı içerisinde olmasına ve kendi bedensel görünümünü diğerlerinin memnuniyetine göre ayarlama çabasında olmalarına bağlamaktadır. Bu çalışmada da bu bilgiye benzer şekilde saplantılı bağlanmanın bozulmuş yeme tutumları üzerindeki etkisi dikkat çekmektedir.

Kısıtlayıcı yeme tipinin daha çok kayıtsız, tıknırcasına yeme-çıkartma tipinin ise kaygılı bağlanma ile ilişkili olduğu görülen, anoreksiya tanılı bireylerle yapılan araştırma sonuçlarına göre (Tasca vd., 2004), anoreksiya nervozanın kısıtlayıcı yeme ve tıknırcasına yeme-çıkartma davranışları ile görüldüğü alt tip örüntüleri temel alındığında, kayıtsız bağlanmanın kısıtlayıcı yeme davranışını, saplantılı bağlanmanın tıknırcasına yeme davranışını yordadığı düşünülmektedir. Akdeniz (2020) ergenlerle yaptığı çalışmada kayıtsız bağlanma stili ile bozulmuş yeme tutumları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğunu saptamıştır. Bu çalışmada ise alanyazının aksine kayıtsız bağlanmanın bozulmuş yeme davranışları üzerinde yordayıcı etkisinin bulunmadığı görülmektedir. Tıknırcasına yeme davranışı ile ilişkilendirebileceğimiz bir başka çalışmada obez bireylerde kaygılı ve kaçınan bağlanma stillerinin daha fazla görüldüğü belirtilmektedir (Öyekcin vd., 2018). Bağlanma stillerinin tıknırcasına yeme davranışı üzerinde yordayıcı gücünün bulunmadığı tespit edilen mevcut çalışma bulguları alanyazın ile tutarsızlık

göstermekle birlikte, tıknırcasına yemenin saplantılı ve korkulu bağlanma ile pozitif yönlü anlamlı bir ilişkisinin bulunmasından dolayı çalışma sınırlılıklarının sonuç üzerinde etkili olabileceği düşünülmektedir.

Temeli erken dönem ilişkilerine dayanan erken dönem çarpık şemalar ile ileri dönem yeme tutumları arasında vücut algısının aracı rolü bulunmaktadır (Helvalı, 2019). Yaş aralığı 13-17 olan anoreksiya ve bulimiya tanısı almış ergenlerle yapılan bilimsel bir çalışmada ebeveyne karşı yabancılaşmanın ve bağlanma tarzlarının beden şekli memnuniyeti üzerinde anlamlı etkisi olduğu görülmüştür (Laporta-Herrero vd., 2021). Bu bilgiler doğrultusunda ebeveyn-çocuk ilişkisindeki sağlıklı gelişimsel sürecin ergenlerde beden imajına yönelik kaygıları etkilediği düşünülerek kurulan hipoteze göre sürdürülen mevcut çalışmadan elde edilen sonuçların bu fikri desteklediği görülmüş, ebeveynlerine saplantılı ve korkulu bağlanan ergenlerin daha fazla beden şekli kaygısı yaşama riski taşıdığı belirlenmiştir. Saplantılı ve korkulu bağlanmanın beden şekli endişesini yordaması diğer çalışma bulgularıyla tutarlılık göstermektedir (Özteke-Kozan ve Hamarta, 2017). Aktaş (2020) ergen lise öğrencilerinde anne-babaya bağlanma ile sosyal dış görünüş kaygısı arasında negatif anlamlı ilişki olduğunu belirtmektedir. Buna göre ergenlerde ebeveyne olan olumlu bağlanma gücü arttıkça bedensel imaja yönelik kaygılar azalmaktadır. Yapılan alanyazın çalışmalarında anoreksiya nevroza tanısı almış kadınlarda kayıtsız bağlanmanın daha fazla görülmesi, beden şekline, kilo alma ve yemeye yönelik yoğun kaygıların eşlik ettiği bu bozuklukta kayıtsız bağlanmanın beden şekli, kilo ve yeme endişesi ile ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Delvecchio vd., 2014; Eker, 2014; Morrison, 2016; Ramacciotti vd., 2001). Latzer ve arkadaşlarının (2002) klinik grup ve hasta olmayan grubu karşılaştırdığı çalışmada, anoreksiya ve bulimiya nevroza tanılı kadınlarda kaçınan bağlanmanın daha fazla olması bu çalışma ve diğer çalışma sonuçlarıyla örtüşmektedir. Oral ve Şahin'in (2008) 14-27 yaş aralığındaki ergen anoreksiya ve bulimiya tanısı almış bireylerle yaptığı çalışması bu sonuçla uyum göstermemektedir. Çalışmanın sonucuna göre bozulmuş yeme davranışları gösteren ve göstermeyen gruplarda bağlanma stilleri anlamlı olarak farklılık göstermemiştir. Alanyazında dört bağlanma tarzının beden şekli, kilo ve yeme kaygısı üzerindeki yordayıcı etkisinin araştırıldığı çalışmaların kısıtlı olduğu görülmektedir. Bu durum dikkate alındığında yapılan çalışmanın alanyazına ışık tutacağı düşünülmektedir.

Sonuç olarak, mevcut çalışmada saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri ile sağlıksız diyet davranışının ergenlik döneminde tıknırcasına yeme hariç olası tüm bozulmuş yeme örüntülerini yordadığı, güvenli ve kayıtsız bağlanmanın ise bozulmuş yeme örüntülerini yordamadığı görülmüştür. Ayrıca sağlıksız diyet davranışları bulunan ergenlerin diyet davranışı bulunmayan ergenlere göre daha fazla oranda bozulmuş yeme örüntüleri gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Bozulmuş yeme örüntülerinin genel olarak tüm güvensiz bağlanma stilleri ile pozitif yönde ilişki içerisinde oldukları elde edilen bulgular arasındadır. Bu sonuçlar, alanyazındaki erken dönem ilişkilerinin ergenlik çağında oluşabilecek bozulmuş yeme örüntüleri üzerindeki etkisine yönelik çoğu bulguyu desteklemektedir (Gomes, 2014; Vardal ve Batıgün, 2017).

Araştırmanın dünya geneli Covid-19 Pandemi döneminde yapılmasının bozulmuş yeme davranışları ve yeme bozuklukları açısından risk taşıyan katılımcılara ulaşmada zorluk oluşturması, veri toplama aşamalarının her katılımcı için eşit hale getirilememesi ve pandemi koşullarının katılımcıların yeme davranışları üzerinde oluşturmuş olabileceği varsayılan etkisinin ve yeme davranışlarını etkileyen diğer faktörlerin kontrol altına alınamaması gibi durumlar üzerindeki etkisi çalışmanın sınırlılıkları arasında gösterilebilir. Ayrıca örneklemin Denizli ili sınırlandırılması çalışma örnekleminin evrene genellenebilirliğini kısıtlamaktadır. Aile ilişkilerinin yeme davranışları üzerindeki etkisi göz önüne alındığında, mevcut çalışma sonuçlarının ergenlerdeki bozulmuş yeme davranışlarının ve yeme bozukluklarının önlenmesinde alınacak erken önlem ve oluşturulacak tedavi çalışmalarında uzmanlara ve araştırmacılara yol gösterebileceği düşünülmektedir. Ayrıca yapılan çalışmalarda erken dönem ebeveyn-çocuk ilişkisine dayalı birtakım terapilerin (kişilerarası ilişkiler psikoterapisi ve şema terapi) yeme bozukluklarının tedavisinde olumlu etki göstermesi, bağlanma ve bozulmuş yeme örüntüleri ile ilgili daha fazla araştırma yapmanın gerekliliğini ve önemini göstermektedir (Öztürk ve Yücel, 2019; Yurtsever ve Sütcü, 2017). Bu alanda yapılacak gelecek çalışmalar için yeme davranışlarını etkileyen bireysel, toplumsal vb. diğer faktörlerin dengelenmesi, çalışmanın daha geniş bir örneklem alanından seçilerek daha geniş ergen kitlesi üzerinde yapılması, veri toplama sürecinin daha sağlıklı ve standart hale getirilerek sürdürülmesi önerilmektedir.

Kaynakça

- Akdeniz, C. (2020). *Ergenlerde yeme tutumunun bağlanma stili, beden algısı ve öz-şefkat açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Akdevelioğlu, Y. ve Yörüsün, T.Ö. (2019). Üniversite öğrencilerinin yeme tutum ve davranışlarına ilişkin bazı faktörlerin incelenmesi. *Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 19-28.
- Aktaş, E. (2020). *Ergenlerin ebeveyne bağlanma stilleri ile sosyal görünüş kaygısı ve sosyal dışlanma düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Alantar, Z. ve Maner, F. (2008). Bağlanma kuramı açısından yeme bozuklukları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 9(2), 97-104.
- Altınel, Ş. (2018). *Kadınlarda yeme bozuklukları belirtilerinin algılanan ebeveynlik biçimi, duygu düzenleme gücü, psikolojik iyi oluş ve yeme tutumları ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). *DSM-5™ tanı ölçütleri başvuru el kitabı* (5. Baskı). (E. Köroğlu, Çev.). Ankara: HYB Yayıncılık.
- Aslan, S.H. (2001). Beden imgesi ve yeme davranışı bozuklukları ile medya ilişkisi. *Düşünen Adam*, 14(1), 41-47.
- Ateşsönmez, S. (2018). *Algılanan ebeveyn tutumunun yetişkin bireylerde duygusal yeme bozukluğuna etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aydın, B. (2020). *Çocuk ve ergen psikolojisi* (7. Baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Aykut, M.K. (2018). *Duygusal yeme davranışlarının yeme bozukluğu ve beslenme durumu ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Aytin, N. (2014). *Ergenlerde yeme tutumları ile sorun çözme eğilimleri ve ebeveyne bağlanma arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Aydın: Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L.M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Baş, M. ve Kızıltan G. (2007). Relations among weight control behaviors and eating attitudes, social physique anxiety, and fruit and vegetable consumption in Turkish adolescents. *Adolescence- San Diego*, 42(165), 167-178.
- Batıgün, A.D. ve Utku, Ç. (2006). Bir grup gençte yeme tutumu ve öfke arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 65-78.
- Batur, S., Demir, H., Ulu, P., Güneş, H., Irmak, E. ve Aşkın, A. (2005). Yeme tutumu ve cinsiyet ile bağlanma biçimleri arasındaki ilişki, *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(15), 21-31.

- Bayköse, N. ve Esin, İ. (2019). Sporda beden imajı ve sosyal medya etkisi: Sosyal karşılaştırma kuramı çerçevesinde facebook kullanımının beden imajına etkileri üzerine bir derleme. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 67-80.
- Baykul, Y. ve Güzeller, C.O. (2016). *Sosyal bilimler için istatistik: SPSS uygulamalı* (3.Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Bektas, M., Bektas, I., Selekoğlu, Y., Kudubes, A.A., Altan, S.S. ve Ayar, D. (2016). Psychometric properties of the Turkish version of the Emotional Eating Scale for children and adolescents. *Eating Behaviors*, 22, 217-221.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss* (2nd Ed.). New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation, anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Broberg, A.G., Hjalmer, I., & Nevenon, L. (2001). Eating disorders, attachment and interpersonal difficulties: a comparison between 18-to 24-year-old patients and normal controls. *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association*, 9(6), 381-396.
- Brockmeyer, T., Holtforth, M.G., Bents, H., Kämmerer, A., Herzog, W., & Friederich, H.C. (2013). Interpersonal motives in anorexia nervosa: The fear of losing one's autonomy. *Journal of Clinical Psychology*, 69(3), 278-289.
- Bruch, H. (1961). Psychological aspects in overeating and obesity. *Psychosomatics*, 5, 269-274.
- Büyükgebiz, A. (2006). *Köprüden geçerken: Ergenlik dönemi ve sorunları*. İstanbul: Optimist Yayınları.
- Calam, R., Waller, G., Slade, P., & Newton, T. (1990). Eating disorders and perceived relationships with parents. *International Journal of Eating Disorders*, 9(5), 479-485.
- Cunha, A.I., Relvas, A.P., & Soares, I. (2009). Anorexia nervosa and family relationships: Perceived family functioning, coping strategies, beliefs, and attachment to parents and peers. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 9(2), 229-240.
- Delvecchio, E., Di Riso, D., Salcuni, S., Lis, A., & George, C. (2014). Anorexia and attachment: dysregulated defense and pathological mourning. *Frontiers in Psychology*, 5, 1218.
- Dunkley, T.L., Wertheim, E.H., & Paxton, S.J. (2001). Examination of a model of multiple sociocultural influences on adolescent girls' body dissatisfaction and dietary restraint. *Adolescence*, 36(142), 265.
- Eker, E. (2014). *Yeme bozukluğu hastalarının bağlanma paternlerinin depresyon ve intihar davranışı ile korelasyonu*, Doktora Tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü.

- Erdoğan, G. (2013). *13-18 yaş obez tanısı almış ergenlerin anne-baba tutumu ve sosyal fizik kaygı ile ilişkisinin normal ergenlerle karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ertaş, H.S. (2006). *Yeme bozuklukları: Anoreksiya, bulimiya ve diğerleri*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Ertekin, T. (2019). *Ergenlerde yeme tutumu ile bağlanma stilleri, dürtüsellik ve kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Erzi, S. (2012). *Kız üniversite öğrencilerinin yeme tutumları ile yetişkin bağlanma stilleri ve stresle başa çıkma yollarının ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Fairburn, C.G., & Beglin, S.J. (1994). Assessment of eating disorders: Interview or self-report questionnaire?. *International Journal of Eating Disorders*, 16(4), 363-370.
- Fairburn, C.G., Cooper, Z., Doll, H. A., & Welch, S. L. (1999). Risk factors for anorexia nervosa: three integrated case-control comparisons. *Archives of General Psychiatry*, 56(5), 468-476.
- Gomes, L.C. (2014). *Examination of pathways by which parental attachment and secondary attachment strategies predict disordered eating attitudes and behaviours*. Doctoral Dissertation, Canada: Lakehead University Department of Psychology.
- Gözegir, E. (2020). *Ergenlerde dürtüsellik ve duygusal yeme arasındaki ilişkide ebeveyn tutumunun aracı rolünün incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: İstanbul İşık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Grabe, S., Ward, L.M., & Hyde, J.S. (2008). The role of the media in body image concerns among women: A meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological Bulletin*, 134(3), 460-476.
- Griffin, D.W., & Bartholomew, K. (1994). *The metaphysics of measurement: The case of adult attachment*. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Attachment processes in adulthood* (pp. 17-52). Jessica Kingsley Publishers.
- Günaydın, M. ve Kumcağız, H. (2020). Ergenlerde yeme tutumunun aile işlevleri açısından incelenmesi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 11(3), 212-219.
- Gürdal, A. (1994). *Anoreksiya nervoza tanısı alan 25 vakanın etyopatogenezi, klinik ve prognoz açısından karşılaştırılması*. Uzmanlık Tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi.
- Haines, J., & Neumark-Sztainer, D. (2006). Prevention of obesity and eating disorders: A consideration of shared risk factors. *Health Education Research*, 21(6), 770-782.
- Helvalı, E.E. (2019). *Erken dönem uyumsuz şemalar ile yeme tutumu arasındaki ilişkide yakın ilişkilerin, vücut algısının ve benlik saygısının aracı rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Herman, C.P., & Mack, D. (1975). Restrained and unrestrained eating. *Journal of Personality*, 43(4), 647-660.
- Hoek, H.W., & Van Hoeken, D. (2003). Review of the prevalence and incidence of eating disorders. *International Journal of eating disorders*, 34(4), 383-396.
- İnanır, H. ve Kutlu, F. (2014). Üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve beden imgesi memnuniyetinin bağlanma stilleri açısından incelenmesi. *Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(6), 37-49.
- Judd, S.J. (2011). Levels of Care. S. J. Judd (Ed.), In *Eating Disorders Sourcebook*, US: Omnigraphics Incorporates, 18, 358-362.
- Kadioğlu, M. ve Ergün, A. (2015). Üniversite öğrencilerinin yeme tutumu, öz-etkililik ve etkileyen faktörler. *Clinical and Experimental Health Sciences*, 5(2), 96-104.
- Kaplan, H.I., & Kaplan, H.S. (1957). The psychosomatic concept of obesity. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 125(2), 181-201.
- Karadamar, M., Yiğit, R. ve Sungur, M.A. (2015). Ergenlerin kiloları ile ilgili algıları ve kilo kontrolüne yönelik davranışlarının incelenmesi. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 17(1), 51-61.
- Kayaalp, G.T., Güney, M.Ç. ve Cebeci, Z. (2015). Çoklu doğrusal regresyon modelinde değişken seçiminin zootekniye uygulanaşı. *Çukurova Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 30(1), 1-8.
- Keskingöz, B. (2002). *Üniversite öğrencileri ile anoreksiya nervoza tanısı alan ve almayan bireylerde bağlanma biçimleri, kişilerarası şemalar ve yeme örüntüleri arasındaki ilişkiler*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kılıç, M. (2016). *Gerçek yaşam tadında: Gelişim dönemleri II* (2. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Korinth, A., Schiess, S., & Westenhofer, J. (2009). Eating behaviour and eating disorders in students of nutrition sciences. *Public Health Nutrition*, 13(1), 32-37.
- Koroğlu, E. (2004). *PsikoNezoloji: Tanımlayıcı klinik psikiyatri*. Ankara: HYB Yayıncılık.
- Kring, A.M., Johnson, S.L., Davidson, G., & Neale, J. (2015). *Anormal psikolojisi: Psikopatoloji* (Abnormal psychology) (12. Baskı). (M. Şahin, Çev. Ed.). Ankara: Nobel Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 2014).
- Kubar, M. (2017). *Lise örnekleminde bağlanma stili ve benlik saygısının duygusal yeme ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Küey, A.G. (2006). Ergenlik ve yeme bozuklukları. *Yansıtma: Psikopatoloji ve Projektif Testler Dergisi*, 3(5-6), 79-86.

- Laporta-Herrero, I., Jáuregui-Lobera, I., Barajas-Iglesias, B., Serrano-Troncoso, E., Garcia-Argibay, M., & Santed-Germán, M. Á. (2021). Attachment to parents and friends and body dissatisfaction in adolescents with eating disorders. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 26(1), 154-166.
- Lattimore, P.J., Wagner, H.L., & Gowers, S. (2000). Conflict avoidance in anorexia nervosa: An observational study of mothers and daughters. *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association*, 8(5), 355-368.
- Latzer, Y., Hochdorf, Z., Bachar, E., & Canetti, L. (2002). Attachment style and family functioning as discriminating factors in eating disorders. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 24(4), 581-599.
- Lofrano-Prado, M.C., Prado, W.L., Barros, M.V.G., & de Souza, S.L. (2015). Eating disorders and body image dissatisfaction among college students. *ConScientiae Saúde*, 14(3), 355-362.
- Maner, F. ve Aydın, A. (2007). Bulimiya nervozada psikososyokültürel etmenler. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 20(1), 25-37.
- Marcelli, D., & Braconnier, A. (1992). *Psychopathologie de l'adolescent* (3. Baskı). Paris: Masson.
- Morrison, J. (2016). *DSM-5'i kolaylaştırın: 'Klinisyenler için tanı rehberi*. (H.U. Kural, Çev.). Ankara: Nobel Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 2014).
- Neumark-Sztainer, D.R., Wall, M.M., Haines, J.I., Story, M.T., Sherwood, N.E., & Van den Berg, P.A. (2007). Shared risk and protective factors for overweight and disordered eating in adolescents. *American Journal of Preventive Medicine*, 33(5), 359-369.
- Newbold, P., Carlson, W., & Thorne, B. (2010). *Statistics for business and economics* (8. Baskı). London: Pearson Yayınevi.
- Ogden, J. (2016). *Sağlık psikolojisi* (Health psychology: A textbook) (5. Baskı). (G. Dirik, Çev. Ed.). Ankara: Nobel Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 1996).
- Oğur, S., Aksoy, A. ve Selen, H. (2016). Üniversite öğrencilerinin yeme davranışı bozukluğuna yatkınlıkları: Bitlis Eren Üniversitesi örneği. *Bitlis Eren Üniversitesi Fen Bilimleri Dergisi*, 5(1), 14-26.
- Oktan, V. ve Şahin, M. (2010). Kız ergenlerde beden imajı ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2), 543-556.
- Oral, N. ve Şahin, N.H. (2008). Yeme tutum bozukluğunun kişilerarası şemalar, bağlanma, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke ile ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(62), 37-48.
- Orzolek-Kronner, C. (2002). The effect of attachment theory in the development of eating disorders: Can symptoms be proximity-seeking?. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 19(6), 421-435.

- O'Shaughnessy, R., & Dallos, R. (2009). Attachment research and eating disorders: A review of the literature. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 14(4), 559-574.
- Öyekcin, D.G., Şahin, E.M. ve Aldemir, E. (2018). Psychiatric co-morbidity and attachment styles in obese adults: A comparative study with healthy volunteers. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 21(4), 326-333.
- Özkan, Y. (2017). *Ergenlerde sosyal görünüş kaygısı ile duygusal yeme arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özmen, D., Çetinkaya, A.Ç., Ergin, D., Şen, N. ve Erbay, P.D. (2007). Lise öğrencilerinin yeme alışkanlıkları ve beden ağırlığını denetleme davranışları. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6(2), 98-105.
- Özteke-Kozan, H.İ. ve Hamarta, E. (2017). Beliren yetişkinlikte beden imgesi: Bağlanma ve sosyal görünüş kaygısının rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(48), 63-81.
- Öztürk, Y. ve Yücel, B. (2019). *Yeme bozukluklarında kişilerarası ilişkiler psikoterapisi*. N. Aydın ve O. Omay (Ed.). Kişilerarası ilişkiler psikoterapisi içinde (19-24), Ankara: Türkiye Klinikleri.
- Ramacciotti, A., Sorbello, M., Pazzagli, A., Vismara, L., Mancone, A., & Pallanti, S. (2001). Attachment processes in eating disorders. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 6(3), 166-170.
- Sarıbal, İ. (2017). *Kişilerarası ilişkilerin, duygu düzenleme gücünün ve kaygının bağlanma stilleri ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sevinçer, G.M. ve Konuk, N. (2013). Emosyonel yeme. *Journal of Mood Disorders*, 3(4), 171-178.
- Sharpe, T.M., Killen, J.D., Bryson, S.W., Shisslak, C.M., Estes, L.S., Gray, N., Crago, M., & Taylor, C.B. (1998). Attachment style and weight concerns in preadolescent and adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 23(1), 39-44.
- Suldo, S.M., & Sandberg, D.A. (2000). Relationship between attachment styles and eating disorder symptomatology among college women. *Journal of College Student Psychotherapy*, 15(1), 59-73.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örnekleme üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Tanofsky-Kraff, M., Cohen, M.L., Yanovski, S.Z., Cox, C., Theim, K.R., Keil, M., Reynolds, J.C., & Yanovski, J.A. (2006). A prospective study of psychological predictors of body fat gain among children at high risk for adult obesity. *Pediatrics*, 117(4), 1203-1209.
- Tarhan, N. (2009). *Makul çözüm: Aile içi iletişim rehberi* (11. Baskı). İstanbul: Timaş Yayınları.

- Tasca, G.A., Kowal, J., Balfour, L., Ritchie, K., Virley, B., & Bissada, H. (2006). An attachment insecurity model of negative affect among women seeking treatment for an eating disorder. *Eating Behaviors, 7*(3), 252-257.
- Tasca, G., Taylor, D., Bissada H., Ritchie, K., & Balfour, L. (2004). Attachment predicts treatment completion in an eating disorders partial hospital program among women with anorexia nervosa. *Journal of Personality Assessment, 83*(3), 201-212.
- Taube-Schiff, M., Van Exan, J., Tanaka, R., Wnuk, S., Hawa, R., & Sockalingam, S. (2015). Attachment style and emotional eating in bariatric surgery candidates: The mediating role of difficulties in emotion regulation. *Eating Behaviors, 18*, 36-40.
- Toker, D.E. ve Hocoğlu, Ç. (2009). Yeme bozuklukları ve aile yapısı: Bir gözden geçirme. *Düşünen Adam, 22*(1-4), 36-42.
- Topham, G.L., Hubbs-Tait, L., Rutledge, J.M., Page, M.C., Kennedy, T.S., Shriver, L.H., & Harrist, A.W. (2011). Parenting styles, parental response to child emotion, and family emotional responsiveness are related to child emotional eating. *Appetite, 56*(2), 261-264.
- Tozzi, F., Sullivan, P.F., Fear, J.L., McKenzie, J., & Bulik, C.M. (2003). Causes and recovery in anorexia nervosa: The patient's perspective. *International Journal of Eating Disorders, 33*(2), 143-154.
- Troisi, A., Massaroni, P., & Cuzzolaro, M. (2005). Early separation anxiety and adult attachment style in women with eating disorders. *British Journal of Clinical Psychology, 44*(1), 89-97.
- Tuncay, B. (2017). *11-14 yaş grubu çocukların beslenme bilgi düzeyleri ve DEBQ ile yeme bozukluklarının belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Tunç, P. (2019). Yeme tutumunun, ebeveyn bağlanma tarzları ve vücut kitle indeksi ile ilişkisinin araştırılması. *Journal of the Human & Social Science Researches, 8*(4), 2728-2753.
- Tunç, P. (2020). Çocukluk çağı travması ile bozulmuş yeme tutumları ilişkisinde ebeveyn bağlanmanın düzenleyici rolünün incelenmesi. *Turk J Child Adolesc Ment Health, 27*(2), 75-84.
- Turan, S., Poyraz, C. A., & Özdemir, A. (2015). Tıkınırcasına yeme bozukluğu. *Psikiyatride Guncel Yaklasimler, 7*(4), 419-435.
- Turner, H.M., Rose, K.S., & Cooper, M.J. (2005). Parental bonding and eating disorder symptoms in adolescents: The meditating role of core beliefs. *Eating Behaviors, 6*(2), 113-118.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2021). *İstatiklerle gençlik: 2020*. tuik.gov.tr, Erişim tarihi: 12.08.2021.
- Ulaş, B., Uncu, F., Üner, S. (2013). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinde olası yeme bozukluğu sıklığı ve etkileyen faktörler. *İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 2*, 15-22.

- Uskun, E. ve Şabaplı, A. (2013). Lise öğrencilerinin beden algıları ile yeme tutumları arasındaki ilişki. *TAF Prev Med Bull*, 12(5), 519-528.
- Ünlü, G., Aras, Ş., Güvenir, T., Büyükgebiz, B. ve Bekem, Ö. (2006). Yeme reddi olan çocukların annelerinde kişilik bozuklukları, depresyon ve anksiyete belirtileri ve aile işlevleri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 15-17.
- Vardal, E. ve Batıgün, A. D. (2017). Bağlanma stilleri ve yeme tutumu arasındaki ilişkide gestalt temas biçimlerinin aracı rolü. *Türk Psikoloji Yazıları*, 20(39), 14-23.
- Wertheim, E.H., & Paxton, S.J. (2012). *Body image development-adolescent girls*. T.F. Cash (Org.). In Encyclopedia of body image and human appearance, Oxford: Elsevier, Vol 1, 187-193.
- White, S., Reynolds-Malear, J.B., & Cordero, E. (2011). Disordered eating and the use of unhealthy weight control methods in college students: 1995, 2002, and 2008. *Eating Disorders*, 19(4), 323-334.
- World Health Organization (2005). *Nutrition in adolescence: Issues and challenges for the health sector: Issues in adolescent health and development*.
- Yokuşoğlu, Ç. (2018). *Yeme bozukluğu tanısı almış ve almamış bireylerde beden imgesi ve beden memnuniyetsizliğinin sosyokültürel yordayıcıları*. Uzmanlık Tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Yurtsever, S.S. ve Sütcü, S.T. (2017). Algılanan ebeveynlik biçimleri ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların ve duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 32(80), 20-37.
- Yücel, B., Polat, A., İkiz, T., Düşgor, B.P., Elif Yavuz, A. ve Sertel-Berk, O. (2011). The Turkish version of the eating disorder examination questionnaire: reliability and validity in adolescents. *European Eating Disorders Review*, 19(6), 509-511.
- Zachrisson, H.D., & Kulbotten, G.R. (2006). Attachment in anorexia nervosa: An exploration of associations with eating disorder psychopathology and psychiatric symptoms. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 11(4), 163-170.
- Zachrisson, H.D., & Skårderud, F. (2010). Feelings of insecurity: Review of attachment and eating disorders. *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of The Eating Disorders Association*, 18(2), 97-106.