



RESEARCH ARTICLE / ARAŞTIRMA YAZISI

The Mediating Role of Emotion Regulation Difficulties in the Relationship Between Eating Attitudes and Depressive Symptoms

Yeme Tutumları ve Depresyon Belirtileri İlişkisinde Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Aracı Rolü

Pınar Cevizci¹, Miray Akyunus²

Abstract:

Emerging adulthood, which coincides with the transition period between late adolescence and early adulthood, is a risky period in the development of psychopathologies due to its developmental characteristics. Emotion regulation difficulties are one of the psychological factors that play a role in the development and maintenance of co-occurring psychopathologies such as depression and eating disorders. The current study, which was conducted during the coronavirus pandemic, it was aimed to examine the mediating role of difficulty in emotion regulation in the relationship between risky eating attitudes and depressive symptoms in emerging adults. The research sample consists of 371 people, 227 women and 144 men, between the ages of 18-25. Beck Depression Inventory, Difficulties in Emotion Regulation Scale, and Eating Attitudes Test-Short Form were used for data collection. The data were collected online, during the coronavirus pandemic. The results of the simple mediation model test showed that the direct effect of eating attitudes on depression symptoms was not significant, but the indirect effect was. Accordingly, eating attitudes were not directly associated with depressive symptoms, but it leads an increase in depressive symptoms through increasing the emotion regulation difficulties. The effects of gender and body mass index, which were included in the mediation model to control the effect on depression symptoms, were not significant. Findings of the study indicated that risky eating attitudes in emerging adults lead to increase in emotion regulation difficulties, which in turn lead to increase in depressive symptoms. The findings and their clinical implications are discussed in the light of the relevant literature.

Keywords: Eating Attitudes, Depression, Emotion Regulation, Emerging Adulthood

* This study was produced from the first author's master's thesis.

¹Clinical Psych, Bude Psychotherapy Center, İstanbul-Turkey, pinarcevizci@yahoo.com, Orcid; 0000-0002-3968-6068

²Assist. Prof., Bahçeşehir University, Department of Psychology, İstanbul-Turkey, makyunus@gmail.com, Orcid; 0000-0002-8999-7075.

Address of Correspondence/Yazışma Adresi: Pınar Cevizci, Bude Psychotherapy Center, İstanbul-Turkey, E-mail: pinarcevizci@yahoo.com

Date of Received/Geliş Tarihi: 14.11.2021, **Date of Revision/Düzeltilme Tarihi:** 24.04.2022, **Date of Acceptance/Kabul Tarihi:** 26.09.2022, **Date of Online Publication/Çevrimiçi Yayın Tarihi:** 06.12.2022

Citing/Referans Gösterimi: Cevizci, P. & Akyunus, M. (2022). The Mediating Role of Emotion Regulation Difficulties in the Relationship Between Eating Attitudes and Depressive Symptoms, *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry & Psychology*, 4(4): 332-339

© 2022 The Author(s). Published by Cyprus Mental Health Institute / Cyprus Turkish Journal of Psychiatry and Psychology (www.ktpjppdergisi.com). This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 license which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, provided the original work is properly cited and is not used for commercial purposes. <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Öz:

Geç ergenlik ve erken yetişkinlik dönemi arasındaki geçiş dönemine denk gelen beliren yetişkinlik dönemi, gelişimsel özellikleri dolayısıyla psikopatolojilerin gelişmesinde riskli bir dönemdir. Depresyon ve yeme bozuklukları gibi eş zamanlı görülebilen psikopatolojilerin gelişiminde ve sürmesinde rol oynayan psikolojik faktörlerden biri ise duygu düzenleme güçlüğüdür. Koronavirüs salgın döneminde yürütülen mevcut çalışmada, beliren yetişkinlerde riskli yeme tutumları ile depresif belirtiler ilişkisinde duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolü incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma örneklemini, 18-25 yaş aralığında 227 kadın 144 erkek toplam 371 kişi oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Beck Depresyon Envanteri, Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği ve Yeme Tutum Testi Kısa Formu kullanılmıştır. Veriler, koronavirüs salgını döneminde çevrimiçi olarak toplanmıştır. Basit aracılık model testi sonuçları, yeme tutumlarının depresyon belirtileri üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olmadığını, ancak dolaylı etkisinin anlamlı olduğunu göstermiştir. Buna göre, yeme tutumları depresyon belirtilerindeki artış ile doğrudan ilişkili değilken, duygu düzenleme güçlüğü'ndeki artış aracılığıyla depresyon belirtilerindeki artışa yol açmaktadır. Depresyon belirtileri üzerindeki etkisi kontrol edilmek üzere aracılık modeline dahil edilen cinsiyet ve beden kitle endeksinin etkisi anlamlı değildir. Araştırmanın bulguları, beliren yetişkinlerde riskli yeme tutumlarının, duygu düzenleme güçlüklerindeki artışa, bunun da depresif belirtilerdeki artışa yol açtığını göstermiştir. Bulgular ve klinik doğurguları ilgili alanyazın ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yeme Tutumları, Depresyon, Duygu Düzenleme, Beliren Yetişkinlik

Giriş

Arnett (2000), endüstrileşmenin etkisiyle demografik yapıda görülen değişikliklerin etkisiyle yetişkinliğe geçiş emarelerinin daha erken yaşlardan ziyade yirmili yaşların sonlarına doğru belirdiğini savunmuştur. Buna göre Arnett, ergenlik ile yetişkinlik arasındaki 18-25 yaş aralığını "beliren yetişkinlik" (emerging adulthood) olarak adlandırılan yeni bir dönem olarak tanımlamıştır. Beliren yetişkinliğin, fiziksel gelişimin halen sürdüğü ve bu gelişimin ruhsal gelişimi de etkilemeye devam ettiği bir dönem olduğu söylenebilir. Bu dönemin, kimlik arayışı, arada kalmışlık, istikrarsızlık, kendine odaklanma gibi döneme özgü özellikleri bu dönemdeki bireyleri olumsuz yaşantılara ve bunların yarattığı stres ve olumsuz duygulanımlara daha yatkın hale getirmektedir (Schulenberg ve Zarret, 2006). Bu yönleriyle beliren yetişkinlik dönemi, fiziksel, ruhsal ve sosyal bağlamda gelişimin hala devam ettiği bir gelişim dönemi olması nedeniyle, çeşitli psikopatolojilerin ve psikolojik belirtilerin ortaya çıkmasında veya sürdürülmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Arnett, Žukauskienė ve Sugimura, 2014; Schulenberg ve Zarret, 2006). Alanyazında, beliren yetişkin olarak tanımlanan bireylerin, herhangi bir yaş grubuna kıyasla en yüksek depresyona yakalanma olasılığına sahip olduğu belirtilmiştir (Kuehner, 2017; Klearman, 1988; Aktaran Kuwabara, Van Voorhees, Gollan ve Alexander, 2007).

Bir gelişim dönemi olarak beraberinde getirdikleriyle, beliren yetişkinlik döneminde olmanın depresyon belirtileri geliştirme bakımından riskli olarak nitelenebilecek bir faktör olduğu düşünülebilir (Arnett, 2002). Örneğin, Kuwabara ve arkadaşları (2007) tarafından yürütülen nitel araştırmada, beliren yetişkinler depresif özdeşimler kurduklarını, bir başka deyişle kendilerini depresif olarak tanımladıklarını, sağlık güvencesi ve finansal destek yetersizliğinin karmaşıklığını yaşadıklarını, akrabalarından ve ailelerinden yabancılaşma ve beklemedikleri gelişimsel kilometre taşlarına ulaşmada başarısızlık hissettiklerini bildirmişlerdir. Bu bulguları destekler biçimde yapılan başka bir boylamsal araştırmada ise, eğitim düzeyi bakımından fark görülmeksizin beliren yetişkinlik ve öncesi yaş aralığında bulunan bireylerin

depresif belirti düzeyinde artışlar görülmüş, bu yaş aralığının depresyon başlangıcı için ve depresyona karşı savunmasızlığı incelemek için kritik bir dönem olabileceği ileri sürülmüştür (Hankin ve ark., 1998). Benzer şekilde, Nelson ve Barry (2005) 18-25 yaş arası üniversite öğrencileriyle yürüttükleri çalışmada katılımcıların çok küçük bir oranının kendilerini yetişkin olarak algıladığını ve bu küçük grubun daha az depresif belirti gösterdiğini belirtmişlerdir.

Bu gelişim dönemindeki önemli sayıda insanı etkileyen bir başka psikopatoloji de yeme bozukluğudur (Potterton, Richards, Allen ve Schmidt, 2020). Beliren yetişkinlerde yeme bozukluğu belirtilerini inceleyen Gonidakis, Lemonoudi, Charilia ve Varsou (2018), araştırmalarında yeme bozukluğu belirtilerinin kadınlarda daha fazla görülmesine karşın, her iki cinsiyette de beliren yetişkinlik özelliklerinden biri olan kimlik keşfinin yeme bozukluğu belirtileriyle en yüksek ilişkiyi gösteren faktör olduğunu ifade etmişlerdir. Bireyin beslenme ve yemeye ilişkin düşünceleri olarak tanımlanan yeme tutumları yelpazesinde yer alan riskli yeme tutumları da erken müdahale edilmediğinde fiziksel ve ruhsal sağlık için önemli bir tehdit olarak görülmektedir (Lask ve Bryant-Waugh, 1999). Beliren yetişkinlik dönemini kapsayan yaş gruplarında yürütülen ulusal ve uluslararası çalışmalarda riskli yeme tutumu ile depresyon arasında pozitif ilişki bulunmuştur (Örn., Santos, Richards, ve Bleckley, 2007; Tayfur ve Evrensel, 2020). Presnell, Stice, Seidel ve Madeley (2009) tarafından gerçekleştirilen 8 yıllık boylamsal araştırmada da depresif belirtiler ve yeme tutumlarının karşılıklı olarak birbirlerini yordadıklarını ortaya konmuş, yeme tutumlarından veya depresif belirtilerden herhangi birine yönelik yürütülen önleme çalışmalarının diğeri için de etkili olacağı öne sürülmüştür. Bilişsel teorinin de varsaydığı üzere yeme tutumlarının; yeme, ağırlık ve beden şekli ile ilgili olumsuz benlik inançlarının altında yatan varsayımlara dayanmakta olduğu ifade edilmektedir (Cooper, 2006). Bu inançların değerlendirilmesi için geliştirilen 'Yeme Tutum İnanç Ölçeği' kullanılarak yeme bozukluğu risk grubu örneklemini ile yürütülmüş ulusal bir çalışmada kendini kabul, başkaları tarafından kabul ve yemek yeme üzerindeki kontrol inançlarının bozulmuş yeme tutumları ile pozitif

yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği bulunmuştur (Karakose ve Durak, 2021). Ayrıca, beliren yetişkinlerde riskli yeme tutumları ve beden memnuniyetsizliğinin sıklıkla bir arada görüldüğü bilinmektedir (Asberg ve Wagaman, 2010). Örneğin, Rawana, McPhie ve Hassibi'nin (2016) beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerle yürüttükleri çalışmaları, yeme ve kilo ile ilişkili bozuklukların ve yeme kısıtlamasının depresyon ile pozitif yönde, beden memnuniyetinin ise negatif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Dolayısıyla beliren yetişkinlerde riskli yeme tutumları ve depresif belirtiler ilişkisini incelerken araya karışan bileşenlerden biri de bireylerin bedenlerinin ve kilolarının bu ilişkiye olan etkisi olabilir. Çünkü bedenlerinden memnun olan beliren yetişkinlerin daha az riskli yeme tutumu bildirdiği (Marta-Simões ve Ferreira, 2020), beden memnuniyetsizliğinin klinik olmayan örneklerde de riskli yeme için temel etkenlerden biri olduğu (Cooley ve Toray, 2001) ve bireylerin bedenlerinden memnun olmadıklarında daha depresif oldukları belirtilmektedir (Rawana ve ark., 2016).

Depresyon ve yeme bozuklukları gibi birçok psikopatolojinin gelişiminde ve sürmesinde rol oynayan önemli faktörlerden biri duygu düzenleme güçlükleridir (Cole ve diğerleri, 1994; Gross ve Munoz, 1995; Joormann ve D'Avanzato, 2010; Mennin, Holaway, Fresco, Moore ve Heimberg, 2007). Berkling, Wirtz, Svaldi ve Hofmann (2014) 5 yıllık boylamsal bir çalışmanın sonucunda, duygu düzenlemedeki güçlüklerin depresyon gelişimine katkıda bulunabileceğini, uyarlanabilir duygu düzenleme becerilerini sistematik olarak geliştiren müdahalelerin ise depresif belirtileri önlemeye ve tedavi etmeye yardımcı olabileceğini öne sürmüşlerdir. Bu konuda yapılan başka bir çalışmada ise Ehring, Fischer, Schnülle, Bösterling ve Tuschen-Caffier (2008) depresyon sona erdikten sonra bile duygu düzenleme güçlüklerinin devam edebileceğini belirtmişlerdir. Ehring ve arkadaşlarına göre, kişide var olan duygu düzenleme gücüğü depresyon için yakınlıkta rol oynayabilir.

Duygu düzenleme güçlükleri ve yeme tutumları ilişkisini inceleyen çalışmalara da alanyazında rastlamak mümkündür (Örn., Racine ve Horvath, 2018; Yurtsever ve Sütçü, 2017). Örneğin, bireylerin duygu deneyimleme alanındaki esneksizliklerinin yeme bozukluğunu sürdüren faktörler arasında yer aldığı belirtilmektedir (Fairburn, Cooper ve Shafran, 2003). Yeme bozukluğu tanısı olan bireylerin ise işlevsel olmayan duygu düzenleme yöntemlerini kullandığı, ayrıca yeme tutumunun kendisini duygu düzenleme aracı olarak kullanabildikleri; yeme tutumlarının deneyimledikleri duygulardan etkilenebildiği veya riskli yeme tutumlarının duygu düzenleme becerisini etkileyebileceği belirtilmektedir (Aldao, Nolen-Hoeksema ve Schweizer, 2010; 2011; Racine ve Horvath 2018; Sinclair-McBride ve Cole, 2017; Stice, Nemeroff ve Shaw, 1996; Stice, 2002). Benzer şekilde, Koole (2009) yeme ve duygu düzenlemenin karşılıklı olarak birbirini etkileyebileceğine değinmiştir. Svaldi, Gripenstroh, Tuschen-Caffier ve Ehring (2012) ise, klinik örnekleme yeme bozukluklarında duygu düzenleme gücüğünü inceledikleri çalışmada, duygu düzenleme gücüğünün bir tanıya özgü olmaktan ziyade tanılar arası bir risk faktörü veya sürdürücü faktör olabileceğini öne sürmüşlerdir. Buna ek olarak, yeme patolojilerinin temel bileşenlerinden birinin olumsuz duygular olduğu, olumsuz duygulanımla yeme patolojisi arasında dinamik bir ilişki olduğu ifade edilmiştir (Goss ve Allan, 2009). Hatta riskli yemenin ardından da olumsuz duygulanımlar

görülebileceği (Houazene, Leclerc, O'Connor ve Aardema, 2021) ve riskli yeme tutumlarının duygu düzenlemede gücüğünü arttırabileceği belirtilse de, duygu düzenleme ve riskli yeme tutumları ilişkisi hala aydınlatılmayı beklemektedir (Sinclair-McBride ve Cole, 2017).

Son yıllarda, Koronavirüs (Covid-19) salgını nedeniyle beliren yetişkinlerin yeme tutumlarının olumsuz yönde etkilendiği belirtilmektedir. Bu süreçte beliren yetişkinlerin, başa çıkma için daha fazla ve daha dürtüsel yediği, diğer yandan genel iştahta belirgin derecede azalma bildirdikleri, yeme bozukluğu belirtilerinin tetiklendiğini veya ortaya çıktığını bildirdikleri belirtilmektedir (Simone ve ark., 2021). Salgın döneminde depresyon görülme yaygınlığının da küresel düzeyde yedi kat arttığı bulunmuştur (Bueno-Notivol ve ark., 2021).

Koronavirüs salgın döneminde yürütülen mevcut çalışmada, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde, riskli yeme tutumları ile depresif belirtiler ilişkisinde duygu düzenleme gücüğünün aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Bu aracılık modelinde, cinsiyet ve beden kitle indeksinin etkisi istatistiksel olarak kontrol edilmiştir.

Yöntem

Katılımcılar

Arnett'in (2000) beliren yetişkinlik tanımı kapsamında katılımcıların 18-25 yaş aralığında olmaları çalışmanın işleme kriteridir. Dışlama kriteri ise hali hazırda psikolojik tedavi alıyor olmak veya psikiyatrik ilaç kullanıyor olmaktır. Araştırmaya katılan 448 katılımcının verisi üzerinden dışlama kriterlerinin uygulanması ve uç değer analizi hesaplamalarından sonra, katılımcı sayısı 371 olarak son halini almıştır. 18-25 yaş aralığındaki (Ort.= 20.93, SS= 2.10) katılımcıların 227'si (% 61.2) kadın, 144'ü (% 38.8) erkektir. Sosyodemografik özelliklerine göre katılımcıların 366'sı (% 98.7) evli, 5'i (% 1.3) bekar, 90'ı (% 24.2) lise ve daha düşük eğitim düzeyine sahip, 263'ü (% 70.9) üniversite mezunu, 18'i (% 4.9) yüksek lisans mezunudur. Son olarak beden kitle indeksi açısından katılımcıların 59'u (% 15.9) zayıf, 246'sı (% 66.3) normal, 54'ü (% 14.6) fazla kilolu ve 12'si (% 3.2) obez kategoridedir.

Veri Toplama Araçları

Sosyodemografik Bilgi Formu: Katılımcıların yaş, cinsiyet, boy, kilo, eğitim durumu, psikiyatrik tedavi ve ilaç kullanımının varlığı gibi bilgilerinin sorulduğu Sosyodemografik Bilgi Formu araştırmacılar tarafından düzenlenmiştir.

Beck Depresyon Envanteri (BDE): Depresyon belirtilerinin düzeyini ölçmek amacıyla Aaron T. Beck ve arkadaşları (1961) tarafından geliştirilen ölçektir (Aktaran Hisli, 1989). Ülkemizde Hisli (1989) tarafından Türkçeye uyarlanan Beck Depresyon Envanteri 21 maddeden oluşmakta olup, 4'lü likert tipi puanlamaya sahiptir. BDE'den alınabilecek toplam puan 0-63 arasında değişmektedir ve toplam puanın yüksekliği depresif belirtilerin şiddetindeki yükselmeyi göstermektedir (Hisli, 1989). Hisli (1989) geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını hem psikiyatri polikliniği hastalarıyla hem de üniversite öğrencileriyle gerçekleştirmiştir. Üniversite öğrencileriyle yürütülen çalışma sonuçlarına göre iki yarım test güvenilirliği katsayısı .74 olarak bulunmuştur. BDE'nin geçerliği için yararlanılan MMPI depresyon alt ölçeği ile arasındaki korelasyon .50 olarak bulunmuştur.

Mevcut çalışmada gerçekleştirilen güvenirlik analizi sonucuna göre iç tutarlık kat sayısı .85 olarak bulunmuştur.

Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği (DDGÖ):

Duygu düzenlemede yaşanan güçlüklerin değerlendirilmesi amacıyla Gratz ve Roemer (2004) tarafından geliştirilmiştir. Orijinal adı "Difficulty in Emotion Regulation Scale (DERS)" olan ölçek Türkçe literatürde Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği (DDGÖ) veya Duygu Düzenlemede Zorluklar Ölçeği şeklinde de geçmektedir. DDGÖ 36 maddeli ve 5'li Likert tipi derecelendirmeli bir yapıya sahiptir. Ölçekten alınan puanların yükselmesi, duygu düzenleme konusunda yaşanan güçlüğün şiddetinin yükselmesine işaret etmektedir. 6 boyutlu yapıya sahip olan ölçeğin toplam puanı ile duygu düzenlemede yaşanan genel güçlük değerlendirilebilir (Gratz ve Roemer, 2004). Ölçeğin orijinali için Cronbach Alpha iç güvenirlik katsayısı .93 olmakla beraber, alt ölçeklerin katsayıları .80 ile .89 arasında değişmektedir. Test-tekrar test korelasyon katsayısı ise .88 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışması Rugancı ve Gençöz (2010) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe formunun iç tutarlılık katsayısı .94 olarak bulunmuştur. Alt boyutların iç tutarlılık kat sayıları ise .75 ile .90 arasında değişmektedir. Test- tekrar test katsayısı .83 olup, iki yarım test katsayısı .95'tir. Ölçeğin Türkçe geçerlik çalışmasında Kısa Semptom Envanteri (KSE) ile arasındaki korelasyon katsayısı .62 olarak bildirilmiştir (Rugancı, 2008).

Mevcut çalışmanın verileriyle yürütülen güvenirlik analizi sonucuna göre tüm ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı .94 olarak bulunmuştur.

Yeme Tutum Testi Kısa Formu (YTT-26): Bu form riskli yeme tutumlarının araştırılması amacıyla Garner ve Garfinkel (1979) tarafından geliştirilmiş olan Yeme Tutum Testi-40'ın, 26 soruluk kısa formudur (Garner, Olmstad, Bohr ve Garfinkel, 1982). Yeme Tutum Testi-26'nın A bölümünde demografik bilgileri içeren 7 adet soru, B bölümünde yeme alışkanlıklarıyla ilgili 26 adet soru ve C bölümünde ise yeme davranışlarıyla ilgili 5 adet soru yer almaktadır. Sadece B bölümü maddelerinin puanlandığı 6'lı likert tipi derecelendirmeye sahip olan ölçek, mevcut yeme patolojisinin değerlendirilmesini sağlamaktadır (Ergüney-Okumuş ve Sertel-Berk, 2019). Artan puanlar yeme tutumunun bozulduğu anlamına gelmektedir ve ölçeğin kesme puanı 20'dir. Ölçeğin orijinal çalışmasında anoreksiya nervoza tanıli örnekleme diyet yapma, bulimiya ve yeme meşguliyetiyle yemeyi kontrol etme olmak üzere 3 faktörlü bir yapı bildirilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı sağlıklı kontrol grubunda .83,

anoreksiya nervoza tanıli grupta ise .90 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin Türkçe uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması Ergüney-Okumuş ve Sertel-Berk (2019) tarafından üniversite öğrencisi örneklemeyle yapılmış olup, YTT-26'nın yeme meşguliyeti, kısıtlama ve sosyal baskı olarak adlandırılan üç faktörlü bir yapı ortaya koyduğu belirtilmiştir. Yeme Tutum Testi-26'nın geçerliği için yürütülen analizlerde Yeme Tutum Testi-40, Yeme Bozukluğu Değerlendirme Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri faktörleri ile arasında pozitif yönde korelasyonlar bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılığı için toplam puan ve faktörlerinin katsayıları sırasıyla .84, .85, .76, ve .62 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test güvenirliği ise toplam puan ve faktörler için sırasıyla .78, .78, .69 ve .80 olarak bulunmuştur.

Mevcut çalışmanın veri setiyle yapılan güvenirlik analiz sonucuna göre tüm ölçek için iç tutarlılık kat sayısı .77 olarak bulunmuştur.

İşlem

Araştırmanın yürütülmesine dair etik kurul onayı Işık Üniversitesi Etik Kurulu'ndan alınmıştır (Tarih: 25.01.2021, Sayı: 552). İzin alınmasını takiben veri toplama işlemi Ocak 2021'de başlamış, Şubat 2021'de sona erdirilmiştir. Çalışmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırmanın duyurusu çeşitli sosyal medya hesaplarında ve mail gruplarında paylaşılarak potansiyel katılımcılara ulaştırılmıştır. Bilgilendirilmiş onam formu ve ölçekler çevrimiçi ortamda katılımcılara sunulmuş, veriler internet üzerinde oluşturulan formlar aracılığıyla toplanmıştır.

Bulgular

İçleme kriterlerini karşılayan 390 katılımcı için analizler yapılmadan önce veri setindeki uç değerlerin belirlenmesi için değişkenlerin Z puanları hesaplanarak, puanları -3.29 ile +3.29 arasında bulunmayan katılımcıların veri setinden çıkarılmasıyla araştırmanın analizlerine 371 katılımcı ile devam edilmiştir. Ayrıca, normal dağılım varsayımını sağlamak için değişkenlerin çarpıklık (skewness) ve basıklık (curtosis) değerleri incelenmiş olup değerlerin -2 ile +2 arasında olduğu görülmüştür. Histogram grafiklerinin de incelenmesi ile değişkenlerin normal dağılım gösterdiği desteklenmiştir.

Araştırma değişkenlerinin betimleyici istatistikleri Tablo 1.'de, değişkenler arasındaki Pearson korelasyon katsayıları ise Tablo 2.'de sunulmuştur.

Tablo 1: Betimleyici İstatistikler

	\bar{X}	SS	Varyans	Ranj	Min	Max
BKİ	22.14	3.56	12.69	19.00	15.62	34.63
BDE	11.27	7.55	57.05	36.00	0.00	36.00
DDGÖ	89.17	24.47	599.10	123.00	39.00	162.00
YTT-26	13.89	8.93	79.9	46.00	.00	46.00

Not: BKİ= Beden Kitle İndeksi, BDE= Beck Depresyon Envanteri, DDGÖ= Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği, YTT-26= Yeme Tutum Testi Kısa Formu

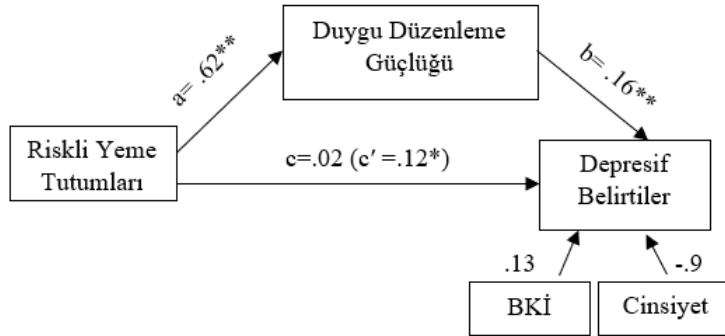
Tablo 2: Ölçek toplam puanları arasındaki korelasyon değerleri

Değişkenler	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
(1) Cinsiyet	-						
(2) BKİ	.31*	-					
(3) BDE	-.04	.04	-				
(4) Anne EKRÖ	.07	.05	.23*	-			
(5) Baba EKRÖ	.04	.04	.18*	.45*	-		
(6) DDGÖ	.01	-.01	.53*	.28*	.22*	-	
(7)YTT-26	-.20	.13*	.16*	.04	-.01	.21*	-

Not: BKİ= Beden Kitle İndeksi, BDE= Beck Depresyon Envanteri, EKRÖ = Ebeveyn Kabul Red Ölçeği, DDGÖ= Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği, YTT-26= Yeme Tutum Testi Kısa Formu *p < .01

Korelasyon analizleri sonucunda duygu düzenleme güçlüğünün hem depresif belirtiler hem de riskli yeme tutumları değişkenleri ile pozitif yönlü ilişkili olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde pozitif yönlü ilişkili olduğu görülen riskli yeme tutumları ve depresif belirtiler arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüklerinin aracı rolünü incelemek amacıyla Hayes (2018) tarafından SPSS için geliştirilen PROCESS makro eklentisinin 4 numaralı modeli test edilmiştir. Cinsiyet ve BKİ değişkenlerinin

bağımlı değişken (depresif belirtiler) üzerindeki etkileri, ortak değişken (covariate) olarak modele eklenmeleri ile kontrol edilmiştir. Bulgular, Bootstrap yöntemiyle orijinal veriden elde edilen 5000 yeni örnekleme ve % 95 güven aralığında hesaplanarak değerlendirilmiştir. Bu yöntemde güven aralığı değerlerinin alt ve üst değerleri arasında '0' değerinin görülmemesi ile anlamlı etkinin varlığı sonucuna ulaşılmaktadır (MacKinnon, Lockwood ve Williams, 2004). Bulgular Tablo 3'te yer almaktadır.

Şekil 1. Duygu Düzenleme Güçlüğü Aracılığında Riskli Yeme Tutumları ve Depresif Belirtiler İlişisinin Standardize Edilmemiş Regresyon Katsayıları

*p<.01,**p<.001

Riskli yeme tutumları ve depresif belirtiler ilişkisi için test edilen modelin anlamlı olduğu (Bkz. Tablo 3) ve riskli yeme tutumlarının duygu düzenleme güçlüğü aracılığıyla depresif belirtilerde % 29 varyans açıkladığı görülmüştür [F(3,367) = 40.91, p < .001]. Şekil 1.'de gösterildiği gibi riskli yeme tutumlarının duygu düzenleme güçlüklerini pozitif yönde, (a yolu; $\beta = .62$, SH = .15, t = 4.28, p < .001 CI [.34, .91]), duygu düzenleme güçlüklerinin de depresif belirtileri pozitif yönde yordadığı bulunmuştur (b yolu; $\beta = .16$, SH = .01, t = 11.7, p < .001 CI [.14, .19]). Sonuç

değişkeni üzerindeki etkisi kontrol edilmek üzere modelde ortak değişken olarak alınan cinsiyet ve BKİ etkisi anlamlı değildir. Bu modelde riskli yeme tutumlarının depresif belirtiler üzerinde doğrudan etkisi anlamlı bulunmazken (c' yolu; $\beta = .02$, SH = .04, t = .57, p = .57, CI [-.06, .10]), toplam etkisinin (c yolu; $\beta = .12$, SH = .05, t = 2.72, p = .007, CI [-.04, -.21]) ve duygu düzenleme güçlüğü aracılığındaki dolaylı etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür (Bkz. Tablo 3).

Tablo 3: Duygu Düzenleme Güçlüğü Aracılık Modeli Analizine Yönelik Bootsrap Sonuçları

Dolaylı Etki	Standardize Edilmemiş Etkiler		%95 Güven Aralığı Değerleri	
	B	Standart Hata	Düşük (LLCI)	Yüksek (ULCI)
Duygu Düzenleme Güçlüğü	.10	.02	.06	.15

Tartışma

Bu çalışmada riskli yeme tutumları ve depresif belirtiler arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüklerinin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Riskli yeme tutumları ve depresif belirtiler ilişkisi için test edilen modelde riskli yeme tutumlarının depresif belirtiler üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı olmamakla birlikte, duygu düzenleme güçlüğü aracılığıyla gözlemlenen dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Baron ve Kenny'nin geleneksel nedensel adımlar aracılık modelinde (1986), bağımsız ve bağımlı değişkenin ilişkili olması, aracı değişkenin modele eklendiği durumda ise bağımsız ve bağımlı değişken arasındaki ilişkinin zayıflaması gereklidir. Buna karşın, aracılık modeli güncel yaklaşımlarında, bağımsız değişkenin bağımlı değişkene etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı durumlarda da aracılık etkisi bulunabilir (Hayes, 2009). Bu durumda, bağımsız değişken bağımlı değişken ile doğrudan ilişkili olmasa dahi aracı değişkenin varlığında dolaylı olarak ilişki gösterebilir. Mevcut araştırma, Hayes'in öne sürdüğü modern aracılık modeli ve bu modelin istatistiksel olarak test edilmesi için geliştirdiği yöntem kullanılarak yürütülmüştür. Çalışmanın bulgularına göre, beliren yetişkinlerin riskli yeme tutumları depresif belirtilerde artışla doğrudan ilişkili değildir, ancak riskli yeme, duygu düzenleme güçlüğünü artırarak depresif belirtilerdeki artışı yordamaktadır. Bu hususta alanyazın incelendiğinde, araştırmalarda çoğunlukla riskli yeme davranışının (Örn., Mennin ve diğerleri, 2007; Mills, Newman, Cossar ve Murray, 2015) veya depresyonun (Gonçalvez ve ark., 2019) duygu düzenleme güçlüğünün bir sonucu olduğu modellere rastlanmıştır. Oysaki alanyazında duygu düzenlemenin de yeme tutumları ve depresyondan etkilenebileceğini gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Stice, Nemeroff ve Shaw'un (1996) yeme tutumlarının duygu düzenleme aracı veya girişimi olarak kullanılabileceğini öne sürdüğü görülmüştür. Benzer şekilde, Deaver, Miltenberger, Smyth, Meidinger ve Crosby (2003), tıknırcasına yemenin uygulananın düzenlenmesinde bir işlevi olduğunu ve olumsuz duygulanım yaşandığında anlık rahatlama sağlayabileceğini belirtmişlerdir. Duygu düzenleme stratejilerinin ise, depresif duygu durumunun süresini ve şiddetini etkilediği (Joormann ve D'Avanzato, 2010) ve depresyon sona erse bile duygu düzenleme güçlüğünün devam edebileceği bildirilmektedir (Ehring ve ark., 2008). Bunlara ek olarak, riskli yeme tutumları ve depresyonun risk faktörlerini inceleyen çeşitli çalışmalarda duygu düzenleme güçlüğünün aracı rolü gösterilmiştir (Örn., Malik, Wells ve Wittkowski, 2015; Mills ve ark., 2015; Yurtsever ve Sütçü, 2017). Bununla birlikte alanyazında, riskli yeme tutumları ve depresif belirtiler ilişkisine duygu düzenleme güçlüğünün aracılık ettiği bir modeli konu alan çalışmaya saptanabildiği kadarıyla ulaşılamamıştır.

Yukarıda da belirtildiği üzere, duygu düzenleme güçlüğü depresyon ve riskli yeme tutumları ile ilişkili görülmele beraber, birçok modelde psikopatolojilerin duygu düzenleme güçlüğünün "sonucu" olduğu öne sürülmüştür (Aldao ve ark., 2010; Cole ve ark., 1994; Gross ve Munoz, 1995; Mennin ve ark., 2007). Riskli yeme tutumu da psikopatoloji (örn., yeme bozuklukları) ile ilişkili bir değişken olduğundan (Neumark-Sztainer ve ark., 2006; Shisslak, Crago ve Estes, 1995), duygu düzenleme güçlüğünü ve bir diğer psikopatoloji değişkeni olan depresyonu yordayan bir faktör olarak bir modelde yer alması tercih edilmemiş olabilir. Ancak alanyazın

tarandığında olumsuz duygu deneyimleyen bireylerin başa çıkma aracı olarak riskli yeme davranışı gösterdiği (Fairburn, Cooper ve Shafran, 2003; Stice, 2002), riskli yeme davranışlarının akabinde de olumsuz duygulanımda artış görüldüğü (Houazene ve ark., 2021) olumsuz duygulanımı düzenlemede güçlük çekmenin ise depresif duygu durumuna neden olduğu (Cole ve ark., 1994; Gross ve Munoz, 1995) "döngüsü" farklı çalışmalarla desteklenmiştir. Ayrıca, depresyon belirtileri, duygu düzenleme ve yeme tutumları gibi farklı psikolojik belirtilerin birbirini karşılıklı olarak etkilemesi veya tetiklemesi söz konusudur (Koole, 2009; Presnell ve ark., 2009; Sinclair-McBride ve Cole, 2017). Bu çerçevede, riskli yeme tutumlarının kişide zaten var olan duygu düzenleme güçlüğünü artırabileceği (Racine ve Horvath, 2018), bunun da depresif belirtileri artırabileceği düşünülebilir. Diğer bir deyişle, duygu düzenleme güçlüğü ve riskli yeme tutumu ilişkisi tek yönlü değil döngüsel olabilir ki, bu da depresif belirtileri tetikleyebilir. Alanyazında dile getirilen yeme patolojileri ve depresyon eş tanısı için mevcut araştırmanın bulgularının anlam ifade edebileceği düşünülmektedir.

Mevcut çalışma sınırlılıkları çerçevesinde değerlendirilmelidir. İlk olarak, araştırmanın örneklem yapısı ve katılımcı sayısından kaynaklı sınırlılıklardan söz edilebilir. Araştırmanın örneklem yapısı incelendiğinde, katılımcıların büyük çoğunluğunun kendisini orta gelir düzeyinde olarak algıladığı göze çarpmaktadır. Katılımcıların BKİ değerleri incelendiğinde katılımcıların çoğunluğunun DSÖ sınıflandırmasına göre normal kabul edilen BKİ değer aralığında olduğu görülmektedir. Katılımcılar riskli yeme tutumlarına göre incelendiğinde ise büyük çoğunluğun riskli yeme tutumuna sahip olmadığı görülmüştür. Farklı demografik ve kişisel özellikler gösteren bireylerin araştırma örnekleminde dengeli biçimde temsil edilememiş olması bulguların genellenebilirliğini sınırlamaktadır. Ayrıca, katılımcıların cinsiyet dağılımı da dengeli değildir ve cinsiyet farklılıkları yalnızca biyolojik cinsiyet bağlamında ele alınmıştır. İkinci olarak, yöntemsel sınırlılıklardan söz etmek mümkündür. Nicel araştırma yöntemi ile yürütülen bu çalışmada kullanılan ölçeklerin öz bildirime dayalı olması sınırlılık kabul edilebilir. Ergüney-Okumuş, Baykal, Devenci ve Karakose (2018) ülkemizde yeme bozuklukları hastalık deneyimin anlaşılması ve etkin tedavi yöntemlerinin geliştirilmesi için erkek vakaların da dahil edildiği geniş örneklemler ve karma desenli araştırmalar yürütülmesini önermektedir. Ayrıca, katılımcıların bilgi paylaşımında (boy, kilo bilgisi, yeme tutumu değerlendirmesi vb.) sosyal arzulanırlık da etkili bir durum olabilir. Son olarak, kesitsel deseni dolayısıyla bu çalışmanın bulguları kesin bir nedensel çıkarımda bulunmayı mümkün kılmamaktadır. İleride yürütülecek çalışmaların bu kısıtlılıklar dahilinde daha geniş örneklem grubu ile karma desenli ve boylamsal yürütülmesi önerilmektedir.

Tüm sınırlılıklarına karşın, Koronavirüs pandemi süreci ve karantina uygulamalarının, bireylerin depresif belirtiler düzeylerini, duygu düzenleme güçlüklerini ve yeme tutumlarını etkileyebileceği düşünüldüğünde, bu araştırmanın pandemi sürecindeki bireylerin bu konulardaki deneyimlerini ve bu değişkenlerin ilişkilenebileceğini ortaya koyması açısından önemli olabilir.

Araştırmanın bulguları çerçevesinde, beliren yetişkinlerde riskli yeme tutumlarının, duygu düzenleme güçlüklerini artırarak depresif belirtileri de artırdığı gösterilmiştir. Buna göre, riskli yeme tutumları gösteren beliren yetişkinlik çağındaki gençlerde, duygu düzenleme güçlüğüne yönelik müdahalelere öncelik verilmesi depresif belirtileri önleme ve azaltma açısından etkili olabilir.

Beyannameleler

Etik Onay ve Katılma İzni

Araştırmanın insan katılımcılarla yürütülmesi için etik kurul izni Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı Etik Kurul Alt Komisyonu'ndan alınmıştır. Katılımcılara, araştırmaya katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğuna ilişkin Bilgilendirilmiş Onam Formu sunulmuştur.

Yayın İzni

Uygulanamaz.

Veri ve Materyallerin Mevcudiyeti

Mevcut çalışma sırasında kullanılan ve/veya analiz edilen veri kümeleri, makul talep üzerine ilgili yazardan temin edilebilir.

Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan eder.

Finansman

Uygulanamaz.

Yazar Katkıları

PC araştırma ana fikrinin önerilmesi, verilerinin toplanması, analiz edilmesi ve makale yazımını gerçekleştirmiştir. MA araştırma tasarımının oluşturulması, verilerin analizi ve makale içeriğinin revize edilmesinde katkı sağlamıştır. Tüm yazarlar makalenin son halini okumuş ve onaylamıştır.

Kaynaklar

- Aker, S., Şahin, M. K. ve Oğuz, G. (2019). Sexual myth beliefs Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S. ve Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 217-237.
- Arnett J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 19(55), 469-480.
- Arnett, J. J. (2002). The psychology of globalization. *American Psychologist*, 57(10), 774.
- Arnett, J. J., Žukauskienė, R. ve Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: Implications for mental health. *The Lancet Psychiatry*, 1(7), 569-576.
- Asberg, K. K. ve Wagaman, A. (2010). Emotion regulation abilities and perceived stress as predictors of negative body image and problematic eating behaviors in emerging adults. *American Journal of Psychological Research*, 6(1), 193-2017.
- Baron, M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Berking, M., Wirtz, C. M., Svaldi, J. ve Hofmann, S. G. (2014). Emotion regulation predicts symptoms of depression over five years. *Behaviour Research and Therapy*, 57, 13-20.
- Bueno-Notivol J, Gracia-García P, Olaya B, Lasheras I, López-Antón, R. ve Santabárbara J. (2021). Prevalence of depression during the COVID-19 outbreak: A meta-analysis of community-based studies. *International Journal of Clinical Health Psychology*, 21(1):100196.
- Cole, P. M., Michel, M. K. ve Teti, L. O. D. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 73-102.
- Cooper, M. J. (2006). Beliefs and their relationship to eating attitudes and depressive symptoms in men. *Eating Behaviors*, 7(4), 423-426.
- Cooley, E. ve Toray, T. (2001). Body image and personality predictors of eating disorder symptoms during the college years. *International Journal of Eating Disorders*, 30(1), 28-36.
- Deaver, C. M., Miltenberger, R. G., Smyth, J., Meidinger, A. M. Y. ve Crosby, R. (2003). An evaluation of affect and binge eating. *Behavior Modification*, 27(4), 578-599.
- Ehring, T., Fischer, S., Schnülle, J., Bösterling, A. ve Tuschen-Caffier, B. (2008). Characteristics of emotion regulation in recovered depressed versus never depressed individuals. *Personality and Individual Differences*, 44(7), 1574-1584.
- Ergüney Okumuş, F. E., Başer Baykal, N., Deveci, E. ve Karakose, S. (2018). Yeme Bozukluğu Vakalarında Hastalık Yaşantısı ve Grup Süreci: Nitel Bir Çalışma. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 2(4), 307-318.
- Ergüney-Okumuş, F. E. ve Serter-Berk, H. Ö. (2020). Yeme Tutum Testi Kısa Formunun (YTT-26) Üniversite örnekleminde Türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 40(1), 57-78.
- Fairburn, C. G., Cooper, Z. ve Shafran, R. (2003). Cognitive behaviour therapy for eating disorders: A "transdiagnostic" theory and treatment. *Behaviour research and therapy*, 41(5), 509-528.
- Garner, D. M., Olmsted, M. P., Bohr, Y. ve Garfinkel, P. E. (1982). The Eating Attitudes Test: Psychometric features and clinical correlates. *Psychological Medicine*, 12(4), 871-878.
- Gonçalves, S. F., Chaplin, T. M., Turpyn, C. C., Niehaus, C. E., Curby, T. W., Sinha, R. ve Ansell, E. B. (2019). Difficulties in emotion regulation predict depressive symptom trajectory from early to middle adolescence. *Child Psychiatry and Human Development*, 50(4), 618-630.
- Gonidakis, F., Lemonoudi, M., Charila, D. ve Varsou, E. (2018). A study on the interplay between emerging adulthood and eating disorder symptomatology in young adults. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 23(6), 797-805.
- Goss, K. ve Allan, S. (2009). Shame, pride and eating disorders. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 16(4), 303-316.
- Gratz, K. L. ve Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 415-4.
- Gross, J. J. ve Muñoz, R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2(2), 151-164.
- Hankin, B. L., Abramson, L. Y., Moffitt, T. E., Silva, P. A., McGee, R. ve Angell, K. E. (1998). Development of depression from preadolescence to young adulthood: emerging gender differences in a 10-year longitudinal study. *Journal of Abnormal Psychology*, 107(1), 128.

- Hayes, A. F. (2009). Beyond Baron and Kenny: Statistical mediation analysis in the new millennium. *Communication Monographs*, 76, 408–420.
- Hayes, A. F. (2018). Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach (2. Baskı). New York: The Guilford Press.
- Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliği, güvenilirliği. *Psikoloji dergisi*, 7(23), 3-13.
- Houazene, S., Leclerc, J. B., O'Connor, K. ve Aardema, F. (2021). "Shame on you": The impact of shame in body-focused repetitive behaviors and binge eating. *Behaviour Research and Therapy*, 138, 103804.
- Joormann, J. ve D'Avanzato, C. (2010). Emotion regulation in depression: Examining the role of cognitive processes: Cognition & Emotion Lecture at the 2009 ISRE Meeting. *Cognition and Emotion*, 24(6), 913-939.
- Karakose, S. ve Durak, M. (2021). Yeme Bozukluğu Semptomatolojisini Yordamada Olumsuz Temel İnançların ve Baş Etme Stratejilerinin Rolü: Risk Grubu Örnekleme. *Güncel Psikoloji Araştırmaları II içinde (s.:37-54)*. Akademisyen Kitabevi (Ed. Sanberk, İ.), İstanbul, Türkiye.
- Koole, S. L. (2009). The psychology of emotion regulation: An integrative review. *Cognition and Emotion*, 23(1), 4-41.
- Kuehner, C. (2017). Why is depression more common among women than among men?. *The Lancet Psychiatry*, 4(2), 146-158.
- Kuwabara, S. A., Van Voorhees, B. W., Gollan, J. K. ve Alexander, G. C. (2007). A qualitative exploration of depression in emerging adulthood: disorder, development, and social context. *General hospital psychiatry*, 29(4), 317-324.
- Lask, B., & Bryant-Waugh, R. (1999). Prepubertal eating disorders. In N. Piran, M. Levine. ve C. Steiner Adair (Eds.) *Preventing eating disorders*. Philadelphia: Taylor and Francis.
- MacKinnon, D. P., Lockwood, C. M. ve Williams, J. (2004). Confidence limits for the indirect effect: Distribution of the product and resampling methods. *Multivariate Behavioral Research*, 39(1), 99–128.
- Malik, S., Wells, A. ve Wittkowski, A. (2015). Emotion regulation as a mediator in the relationship between attachment and depressive symptomatology: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 172, 428-444.
- Marta-Simões, J. ve Ferreira, C. (2020). Self-to-others and self-to-self relationships: paths to understanding the valence of body image and eating attitudes in emerging adult women. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 25(2), 399-406.
- Mennin, D. S., Holaway, R. M., Fresco, D. M., Moore, M. T. ve Heimberg, R. G. (2007). Delineating components of emotion and its dysregulation in anxiety and mood psychopathology. *Behavior Therapy*, 38(3), 284-302.
- Mills, P., Newman, E. F., Cossar, J. ve Murray, G. (2015). Emotional maltreatment and disordered eating in adolescents: Testing the mediating role of emotion regulation. *Child Abuse & Neglect*, 39, 156-166.
- Nelson, L. J. ve Barry, C. M. (2005). Distinguishing features of emerging adulthood: The role of self-classification as an adult. *Journal of Adolescent Research* 20(2), 242-262.
- Potterton, R., Richards, K., Allen, K. ve Schmidt, U. (2020). Eating disorders during emerging adulthood: A systematic scoping review. *Frontiers in Psychology*, 10, 3062.
- Presnell, K., Stice, E., Seidel, A. ve Madeley, M. C. (2009). Depression and eating pathology: Prospective reciprocal relations in adolescents. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 16(4), 357-365.
- Racine, S. E., & Horvath, S. A. (2018). Emotion dysregulation across the spectrum of pathological eating: Comparisons among women with binge eating, overeating, and loss of control eating. *Eating Disorders*, 26(1), 13-25.
- Rawana, J. S., McPhie, M. L. ve Hassibi, B. (2016). Eating-and weight-related factors associated with depressive symptoms in emerging adulthood. *Eating behaviors*, 22, 101-108.
- Rugancı, R. N. ve Gençöz, T. (2010). Psychometric properties of a Turkish version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Clinical Psychology*, 66(4), 442-455.
- Santos, M., Richards, C. S. ve Bleckley, M. K. (2007). Comorbidity between depression and disordered eating in adolescents. *Eating Behaviors*, 8(4), 440-449.
- Schulenberg, J. E. ve Zarrett, N. R. (2006). Mental Health During Emerging Adulthood: Continuity and Discontinuity in Courses, Causes, and Functions. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 135–172). American Psychological Association.
- Simone, M., Emery, R. L., Hazzard, V. M., Eisenberg, M. E., Larson, N. ve Neumark Sztainer, D. (2021). Disordered eating in a population-based sample of young adults during the COVID 19 outbreak. *International Journal of Eating Disorders*.
- Sinclair-McBride, K. ve Cole, D. A. (2017). Prospective relations between overeating, loss of control eating, binge eating, and depressive symptoms in a school-based sample of adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 45(4), 693-703.
- Stice, E. (2002). Risk and maintenance factors for eating pathology: a meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 128(5), 825.
- Svaldi, J., Griepenstroh, J., Tuschen-Caffier, B. ve Ehring, T. (2012). Emotion regulation deficits in eating disorders: a marker of eating pathology or general psychopathology?. *Psychiatry Research*, 197(1-2), 103-111.
- Tayfur, S. N. ve Evrensel, A. (2020). Investigation of the relationships between eating attitudes, body image and depression among Turkish university students. *Rivista di Psichiatria*, 55(2), 90-97.
- Yurtsever, S. S. ve Sütçü, S. T. (2017). Algılanan Ebeveynlik Biçimleri ile Bozulmuş Yeme Tutumu Arasındaki İlişkide Erken Dönem Uyumsuz Şemaların ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Aracı Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 32(80), 20–37.