

Yeme Tutumları Üzerinde Çocukluk Çağı Travmalarının Rolü: Yalnızlık, Sosyal İzolasyon Ve Zihinselleştirme Perspektifleri

Tuğba ÖZ*

Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi,
Türkiye tugba.oz@stu.fsm.edu.tr
<https://orcid.org/0000-0001-8767-0418>

Gaye SALTUKOĞLU

Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi,
Türkiye gsaltukoglu@fsm.edu.tr
<https://orcid.org/0000-0002-6249-6246>

ÖZ

Yeme davranışı kişinin yaşam deneyimleri sonucunda oluşturduğu tutumlardan olumlu veya olumsuz etkilenen davranış biçimidir. Yeme bozuklukları ise bozulmuş yeme davranışları ve çarpıtılmış beden algısıyla kendini gösteren psikiyatrik bozukluklar grubunda yer almaktadır. Yeme bozukluklarının gelişiminde çocukluk çağı kötü muamelelerin önemli rol oynadığı belirtilmektedir. Bu açıdan erken dönem olumsuz yaşam olaylarının yeme tutumlarına etkisinin, ilerleyen yaşam dönemlerinde ortaya çıkabilecek bozulmuş yeme davranışlarının anlaşılmasına ve önlenmesine yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Aynı zamanda çocukluk çağında deneyimlenen olumsuz yaşantıların yetişkinlik dönemindeki herkesin yeme davranışlarını olumsuz etkilemediği düşünüldüğünde, hangi değişkenlerin yeme bozukluklarının oluşumunda daha fazla etkisi olduğunun anlaşılması önemli görülmektedir. Bu doğrultuda çocukluk çağında yaşanan olumsuz olayların yeme bozuklukları ile ilişkisinde zihinselleştirme, yalnızlık ve sosyal izolasyonun bu ilişkiyi nasıl etkilediğini literatürde yer alan bilgiler doğrultusunda incelemek önem arz etmektedir.

Anahtar Kelimeler: travma, zihinselleştirme, yalnızlık, sosyal izolasyon, yeme tutumu.

Makalenin geliş tarihi: 17/05/2023 - Makalenin kabul tarihi: 03/08/2023

*Sorumlu Yazar: Tuğba ÖZ

DOI: 10.17932/IAU.ASD.2015.007/asd_v09i3002

The Role Of Childhood Traumas On Eating Attitudes: Perspectives Of Loneliness, Social Isolation And Mentalization

ABSTRACT

Eating behavior is a form of behavior that is positively or negatively affected by attitudes formed as a result of life experiences. Eating disorders are a group of psychiatric disorders characterized by impaired eating behaviors and distorted body perception. It is stated that childhood maltreatment plays an important role in the development of eating disorders. In this perspective, it is thought that the effect of early adverse life events on eating attitudes may help to understand and

prevent impaired eating behaviors that may occur later in life. At the same time, considering that negative experiences experienced in childhood do not negatively affect the eating behaviors of everyone in adulthood, it is important to understand which variables have more influence on the formation of eating disorders. In this regard, it is important to examine how mentalization, loneliness and social isolation affect the relationship between childhood adverse events and eating disorders in line with the information in the literature.

Keywords: *trauma, mentalization, loneliness, social isolation, eating attitude.*

GİRİŞ

İnsanların belirli yaşam olayları sonucunda doğrudan deneyimlenerek oluşturdukları tutumların güçlü bir şekilde var olduğu ve bu tutumlar ile tutarlı olacak şekilde davranışta bulunma olasılıklarının daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Regan ve Fazio, 1977:30). İnanç, duygu, davranış, kişisel ve çevresel faktörler yiyeceklere karşı yeme tutumlarını oluşturabilir (Kitiş ve Cebirbay, 2022:1).

Yeme bozuklukları kişinin yeme davranışlarında ve beden görünümünde meydana gelen bozukluklarla birlikte kişiyi fiziksel ve ruhsal olarak zorlayan psikiyatrik bozukluklar arasında değerlendirilmekte (Dalhoff ve ark., 2019:10; Hay ve ark., 2014:978) ve aşırı veya yetersiz gıda alımı gibi yeme alışkanlıklarındaki bozulma olarak tanımlanmaktadır (Rikani ve ark., 2013:157). DSM-5'te beslenme ve yeme bozuklukları pika, geri çıkarma (geviş getirme), kaçınan/kısıtlı yiyecek alımı, anoreksiya nevroza, bulimia nervoza, tıkanırcasına yeme bozukluğu, tanımlanmış diğer beslenme ve yeme bozuklukları ve tanımlanmamış beslenme ve yeme bozuklukları şeklinde sınıflandırılmıştır (Amerikan Psikiyatri Birliği [APA], 2014:171-176). Yeme bozuklukları yüksek ölüm oranları, yaşam kalitesi ve fiziksel hastalıklar bakımından yüksek düzeyde olumsuz sonuçlar ile ilişkilendirilmektedir (van Hoeken ve Hoek, 2020:526).

Pika, besin değeri olmayan ve/veya besin olmayan maddeleri yeme olarak tanımlanmakta (APA, 2014:171), bu sendromunun oluşumunda risk etmenleri olarak psikolojik, ailevi, gelişimsel, davranışsal ve/veya biyolojik etmenlerin yer aldığı görülse de yaygın olarak kabul edilen kanı, ihtiyaç duyulan besin maddelerinin karşılanamamasından dolayı kişinin bu ihtiyacı karşılamak için gıda dışı maddelere yönelmesiyle oluşmasıdır (Gümüş ve ark., 2020:939). Kişinin yediği şeyleri çıkarması olarak tanımlanan geri çıkarma bozukluğu, kusma eyleminden farklıdır. Geri çıkarmada işlem herhangi bir çaba olmadan gerçekleşir yani yiyecek veya sıvı ağza geri dönmeden önce herhangi bir rahatsızlık yaşanmamaktadır. Ayrıca öğürme olmadığından dolayı kusma eyleminden farklı olarak ruminasyon süreci genellikle sessizdir ve çevredekiler tarafından kolayca fark edilmez (Halland, 2019:388-389). Kaçınan/kısıtlı yiyecek alımı bozukluğu ise ağırlık ve beden görünümü ile ilgili endişe olmaksızın, kişinin sürekli olarak yiyeceklerden kaçınması ve bunun sonucunda ciddi kilo vermesi ile sonuçlanan bozuk yeme davranışlarını içermekte (APA, 2014:172), önemli besin eksikliğinden dolayı kişinin enteral beslenme ihtiyacı ve psikososyal işlevsellikte belirgin bir düşüş görülmektedir

(APA, 2014:173; Coglan ve Otasowie, 2019:94). Tıkanırçasına yeme bozukluğu ise yeme davranışında kontrolün olmadığı, aç olmadığı halde yemek yenmesi ve yeme ataklarında hızlı yeme davranışlarının görüldüğü tıkanırçasına yeme bozukluğunda insanlar bu davranışlarından dolayı kendilerini suçlu, üzgün ve/veya depresif hissedebilirler (APA, 2014:176; Salvia ve ark., 2023:9). Anoreksiya nervozada kişinin gelişimsel olarak değerlendirildiğinde beklenen kilo sınırının altından olmasına karşı kilo almaktan aşırı derecede korkması ve bundan dolayı tekrarlı kısıtlayıcı yeme davranışları görülmektedir. Bulimiya nervosa da ise belirli bir süre içinde çok büyük miktarda yiyecek tüketmek, yeme davranışı üzerinde kontrolü kaybetme hissi ile tekrarlayan tıkanırçasına yeme ve sonrasında kusma, müshil kullanımı gibi tekrarlayan telafi edici davranışlarda bulunma olarak tanımlanmaktadır (APA, 2014:173-175).

Yeme tutumları ve yeme bozuklukları ile ilgili yapılan literatür çalışmalarında düşük benlik saygısı (Güneş ve Çalık, 2015:402; Mora ve ark., 2017:558), depresyon (Sander ve ark., 2021:7) ve stresli yaşam olayları (Lie ve ark., 2021:9) yeme bozukluklarına neden olabilecek risk faktörleri arasında gösterilmektedir. Yeme tutumlarında meydana gelen bozulmaların (örneğin, hiçbir şey yememe, tıkanırçasına yeme veya yedikten sonra kusma) yaşanan zorlayıcı yaşam olaylarıyla ilgili duygu ve düşüncelerden kaçmayı kolaylaştırmada güçlü bir etkiye sahip olduğu ve bu durumun hem yeme bozukluğunun hem de başa çıkmakta zorlanılan yaşantıların etkisinin sürdürülmesine neden olduğu ifade edilmektedir (Trottier ve MacDonald, 2017:3).

Çocukluk çağında yaşanan olumsuz yaşam olaylarının artan stres düzeyi ile ilişkili olduğu (Zhong ve ark., 2020:5) ve bu yaşam olaylarının bozulmuş yeme davranışlarına neden olabilecek önemli bir stres faktörü olduğu belirtilmektedir (Molendijk ve ark., 2017:11). Ayrıca travma sonucunda artan uyarılmışlık seviyesi kişinin yaşadıklarını olumsuz şekilde zihinselleştirmesine sebep olduğundan daha olumsuz düşünme ve olayları gerçekçi bir şekilde yorumlayamama gerçekleşebilir (Bateman ve ark., 2023:283). Zihinselleştirme becerisinde yaşanan bu bozukluklar sonucunda çarpıtılmış düşüncelerden dolayı yaşanan kaygı, öfke, utanç, suçluluk, iğrenme ve/veya korku duygularıyla baş edebilmek için kaçınma davranışlarının kullanılma riski artabilir (Bateman ve ark., 2023:279). Zihinselleştirme yeteneğinin gelişmesi sonucunda birey hem kendi hem de ilişki kurduğu kişinin zihinsel süreçleri hakkında daha güvenilir bilgi edineceği için güvene dayalı ilişki kurmanın kolaylaşacağı belirtilmektedir (Jensen ve ark., 2021:4). Bu bilgiler çerçevesinde bozulmuş yeme davranışları ile çocukluk çağı travmaları (Groth

ve ark.,2019:444; Sjögren ve ark.,2023:6), zihinselleştirme (Bateman ve ark., 2023:298; Gagliardini ve ark., 2020:9), yalnızlık (Levine, 2012:254; Cortés-García ve ark., 2022:1683) ve sosyal izolasyon (Sepulveda ve ark.,2008:7; Uzunian ve Vitalle, 2015:3505) arasındaki ilişki literatürde yer alan çalışmalar doğrultuda incelenmiş ve yeme davranışlarıyla ilgili olan bu değişkenlerin bir arada olduğu bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bundan dolayı bu çalışmada çocukluk çağında yaşanan olumsuz deneyimlerin yeme tutumları üzerindeki etkisinde yalnızlık, sosyal izolasyon ve zihinselleştirme becerilerinin olası katkıları belirlenmeye çalışılmıştır.

Çocukluk Çağı Kötü Muamele Ve Yeme Tutumları

Çocukluk çağı kötü muamele, bir ebeveyn, bakım veren veya yetişkin tarafından 18 yaşından küçük bir çocuğa yönelik ölüm, ciddi fiziksel veya duygusal zarar veya cinsel istismar ile sonuçlanan herhangi bir davranışı olarak tanımlanmaktadır (Austin ve ark., 2020:1). Dünya Sağlık Örgütü'ne göre (2022) çocukluk çağı kötü muamele sonuçları arasında erken dönem beyin gelişiminde bozulmalar, ciddi yaralanmalar, yaşanan kötü muamele sonrası stres ve bağışıklık sisteminin bozulması, anksiyete, depresyon, cinsel yolla bulaşan hastalıklar, alkol ve/veya uyuşturucu madde bağımlılığı görülebileceği gibi bilişsel ve akademik performansın da olumsuz olarak etkilendiği belirtilmektedir. Çocukluk çağı kötü muamele kapsamında istismar ve ihmal kavramlarını değerlendirebiliriz. İhmal bakım verenler tarafından çocukların barınma, yiyecek, giyecek, sağlık ve duygusal destek gibi temel ihtiyaçları yeterince karşılanmadığında ortaya çıkma ihtimali olan ve/veya çıkan zararlar çocuğun karşı karşıya kalmasıdır (WHO, 1999). Çocuk istismarında fiziksel istismar, çocuğa kasıtlı olarak zarar verme girişimi sonucunda bedensel zarara uğraması veya şiddetli fiziksel cezaya maruz kalması (Kemoli ve Mavindu, 2014:256), cinsel istismar çocuğun yetişkin tarafından reşit olmayan çocuğu cinsel haz, uyarılma ya da cinsel doyum sağlamak için kullanılması (Sánchez-Meca ve ark., 2011:68) ve duygusal istismar, sürekli eleştiri, tehdit ve/veya reddetme gibi davranışlarla çocuğun duygusal gelişimini olumsuz etkileyen yaklaşım biçimi (Çelik ve ark., 2018:702) olarak tarif edilebilir.

Çocukluk çağında yaşanan stresli yaşam olayları düşünüldüğünde çocukluk çağı kötü muameleden söz edebiliriz. Erken dönem olumsuz yaşam olaylarının ilerleyen dönemlerde yeme bozuklukları ile ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur (Molendijk ve ark., 2017:11; Tunç, 2019:211). Çocukluk çağı travmaları ve yeme bozukluklarına dair yapılan meta analiz çalışmaları sonucunda çocukluk çağı istismarının hem bulimia nervosa hem de tikanırçasına

yeme bozukluğu ile pozitif ilişkili olduğu (Caslini ve ark., 2016:84), yeme bozukluğu olan ve çocuklukta kötü muameleye maruz kalan kişilerin, yeme bozukluğunun başlangıcının daha erken bir yaşta olduğu, daha sık tıkanırmasına yeme ve kusma eylemlerinin olduğu (Molendijk ve ark., 2017:10) sonucuna ulaşılmıştır. Çocuk, ergen ve yetişkinlerden oluşan örneklem grubuyla yapılan çalışmada kişilerin sahip olduğu yeme davranışlarındaki bozulmalar hem yaşa hem de yeme bozukluğu kriterlerine göre değerlendirilmiş ve gruplandırılmıştır. Katılımcıların çocukluk çağında yaşamış olduğu zorlayıcı yaşam deneyimleri görüşmeler sonucunda tanımlanmış ve gruplandırılmıştır. Bu gruplandırma sonucunda katılımcıların cinsel travma (cinsel temas, okşama, tecavüz ve ensest ilişki vb.) ve diğer travmatik yaşam olaylarının (zorbalık, kaza, kayıp ve diğer) ne düzeyde olduğu değerlendirilmiş ve yeme bozukluğuna sahip hastaların yarısından çoğunun en az bir zorlayıcı yaşam olayı yaşadığı bildirilmiştir (Tellús ve ark., 2021:9).

Çocuklukta yaşanan duygusal istismarın yetişkin kadınlardaki tıkanırmasına yeme bozukluğu ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bu ilişkide duygusal istismarın cinsel veya fiziksel istismardan daha önemli rol oynadığı (Feinson ve Hornik-Lurie, 2016:5), çocukluk döneminde yaşanan fiziksel veya cinsel istismarın kişilerin ileriki dönemde çeşitli yeme veya kilo ile ilgili sorunlar açısından yüksek risk grubunda oldukları ayrıca ebeveynlerden babanın iletişim veya çocuk ile geçirdiği zaman açısından yetersiz algılanmasının ve ebeveynlerin düşük eğitim seviyesine sahip olmasının bu sorunlar ile ilişkili olduğu belirtilmiştir (Johnson ve ark., 2002:399).

Yaşanılan travmanın hangi gelişim döneminde meydana geldiğini göz önüne alınarak yapılan çalışmada hem çocukluk ve hem de yetişkinlik döneminde travma yaşayan kişiler ile hiç travma yaşamamış, sadece çocuklukta veya sadece yetişkinlikte travma yaşamış kişiler arasında tıkanırmasına yeme, besin alınımını kısıtlama ve bedenlerinden memnun olmama durumları açısından bir fark bulunmazken, aşırı yeme olmadan çıkarma davranışı açısından ilk grubun daha riskli bir grup olduğu ifade edilmiştir (Vidaña ve ark., 2020:5).

Zihinselleştirme Ve Yeme Tutumları

Zihinsel durumların kişilerin davranışlarını etkilediği inancından yola çıkan zihinselleştirme, kişinin düşünce, duygu, istek ve arzular açısından hem kendi eylemlerini hem de diğer insanların eylemlerini anlama yeteneği olarak tarif edilebilir. Diğer insanların davranışlarını zihinsel süreçleri göz önüne alarak anlamaya çalışmak somut verilere bakarak hareket etmekten daha zor görülmektedir. Bu açıdan zihinselleştirme kapasitesi kişiden kişiye farklılık

göstermektedir (Bateman ve Fonagy, 2016:4). Bu farklılığın diğer nedeni zihinselleştirme kapasitesi hayal gücüne dayalı olmasından dolayıdır. Çünkü diğer insanların zihinlerinden tam olarak ne olabileceğini bilemeyeceğimizden dolayı davranışlarını anlamlandırmamız için ne düşünüyor veya hissediyor olabileceklerini hayal etmemiz gerekir (Fonagy ve Target, 2006:544). Özellikle duygusal olarak stresli durumlarla karşı karşıya kaldığımızda veya kendimizi bu durumlara karşı anlam veremediğimiz tepkiler verirken bulduğumuzda deneyimlerimizi anlamak için zihinselleştirme becerisine gereksinim duyarız (Bateman ve Fonagy, 2016:4-5).

Erken çocukluk döneminde olumsuz yaşantılar deneyimleyen ve/veya bakım verenlerle güvenli bağlanma gerçekleştiremeyen çocukların kendini düzenleme kapasitesinin gelişimini destekleyen bakım verenden mahrum kaldıkları için zihinselleştirme becerilerinin tam anlamıyla gelişmediği ve ilerleyen dönemlerde zorluk yaşayabilecekleri ifade edilmektedir (Rothschild-Yakar ve ark., 2010:502; Smits ve ark., 2022:16). Anoreksiya tanısı almış ve olumsuz aile ortamında büyüyen kişilerle yapılan çalışmada düşük zihinselleştirme becerisinin yeme bozukluklarının oluşmasında bir risk faktörü olarak görüldüğü diğer yandan yüksek zihinselleştirme becerisinin bu anlamda koruyucu bir faktör olabileceği belirlenmiştir. Ayrıca daha düşük zihinselleştirme becerisi kişinin fiziksel görünümüyle daha çok ilgilenmesi ve daha zayıf görünme isteğiyle ilişkilendirilirken, kişinin bedenine dair gerçek olmayan düşüncelere karşı yüksek zihinselleştirme becerisinin koruyucu olduğu belirtilmiştir (Rothschild-Yakar ve ark., 2010:506). Yeme bozukluğu tanısı almış kişilerde bozulmuş yeme davranışlarını, kişilerin hem kendi hem de diğerlerinin zihinsel durumlarını anlamada zorluk yaşamaları ve bu durumdan kaynaklanan kişiler arası zorlukların üstesinden gelmek için kullandıkları ifade edilmektedir (Sacchetti vd., 2019:9-19).

Zihinselleştirme bakış açısıyla yeme bozuklukları kişinin öz düzenleme ve duygulanım düzenlemede yaşadığı zorluklardan kaynaklanmaktadır. Yeme bozukluğu olan kişilerde yeterli öz düzenlemenin olmaması, kişinin kendini yetersiz, etkisiz ve kontrolden çıkmış hissetmesine neden olabilir. Bu kişiler baş edemedikleri olumsuz duyguları bastırmak için aşırı yeme, aç kalma ve/veya kusma gibi kendi kendilerini uyanan faaliyetlerle buldukları düşünülebilir. Bu açıdan bozulmuş yeme davranışları duyguları ve diğer içsel yaşantıları daha anlamlı bir şekilde organize etmeye yönelik yanlış yönlendirilmiş girişimler olarak görülebilir (Robinson ve ark., 2019:5-17). Yeme bozukluğu olan hastalar ilişki güçlükleri ve beden algılarına dair

tekrarlayıcı olumsuz düşüncelere karşı savunmasız görülmektedir. Benlik ve başkaları hakkındaki bu düşünceler duygusal ve ilişkisel ihtiyaçların daha rahat ve farklı ifade edilmesine izin vermeyen davranış ve düşüncelere neden olmaktadır. Zihinselleştirme temelli terapötik yaklaşımlarda semptomlara odaklanıldığı kadar bozulmuş zihinselleştirme becerilerine, öz düzenleme ve duygu düzenleme becerilerine odaklanılmaktadır (Kelton-Locke, 2016: 338-340- 341).

Yalnızlık, Sosyal İzolasyon Ve Yeme Tutumları

Yalnızlık, kişilerarası ilişkilerde yaşanan eksiklik olarak ifade edildiği gibi fiziksel olarak tek olma durumundan kaynaklanan bir duygu olmadığı ayrıca yaşanan bu duygunun temelinin sosyal ilişkilerdeki yetersizlikten ve algılanan doyum düzeyinin düşük oluşundan kaynaklandığı ifade edilmektedir (Ayan, 2017:88; Buluş, 1997:83).

Yalnızlık veya özellikle duygusal açıdan zorlayan sorunlarla karşılaşıldığında uygun stratejileri kullanmada güçlük yaşayan kişilerin yalnızlık düzeyleri ile beslenme şekilleri arasındaki ilişki beslenmenin, fizyolojik, sosyolojik ve psikolojik açıdan önemli olduğu düşünüldüğünde çok daha önemli hale gelmektedir (Cengiz ve ark., 2020:8; Richard ve ark., 2017:11). Kendilerini yalnız hisseden kişiler düşük benlik değerleri ve dünyayı olumsuz algılamaları nedeniyle hem başkalarına hem de kendi içsel açlık dürtülerine de yabancılaşırlar. Yiyecek duygusal bir nitelik kazanır ve yalnızlık da dahil olmak üzere diğer duyguları uyuşturmak için kullanılır (Levine, 2012:243). Ayrıca yeme bozukluğu tanısı almış kişilerin depresyon ve yalnızlık düzeylerinin kontrol grubuna oranla daha yüksek olduğu, bu kişilerde aşırı ve duygusal yeme ile ilgili sorunlara daha sık rastlandığı belirlenmiştir (Makri ve ark., 2022:150).

Sosyal ilişkilerde, yaşanan travmatik deneyimler, kişilerin daha az ilişki içinde olduklarını hissetmelerine neden olacağından dolayı hissedilen yalnızlık düzeyinin daha yüksek olacağı belirtilmiştir. Ayrıca yeme bozukluğu olan bazı kişiler, etkileşim içinde oluşan durumları bazen yanlış yorumlayabilir ve bu durum sosyal etkileşimlerini etkileyebilir ve yeme davranışlarının bozulma riskini arttırabilir (Levine, 2012:249). Üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmada öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin depresyon riskini arttırdığı bu durumun ise yeme bozukluğunda belirleyici olduğu belirlenmiştir. Erkek öğrencilerde yalnızlık düzeyleri daha yüksek çıkarken kız öğrencilerin bozulmuş yeme davranışları gösterme düzeyleri daha yüksektir (Yıldırım ve ark., 2018:272).

Sosyal izolasyon kişinin sahip olduğu sosyal çevrede yaşadığı sosyal bağlantılarının nesnel olarak yetersizliğini ifade etmektedir. Kişilerin algıladığı sosyal destek çok yönlüdür, kişisel ilişkileri ve toplulukla bağlantı içinde olmayı içerir. Kişisel olarak kurulan ilişkiler, karşılıklı iletişim ve önemli hissetmek için önemli görülmektedir. Yaşanılan toplulukla bağlantı içinde olma aidiyet duygusunu beslediği gibi topluma katılım, katkıda bulunma ve fikirlerle ilişki kurma fırsatlarını da sağlamaktadır. Sosyal anlamda bu bağlantıları sağlayamayan kişilerin fiziksel, bilişsel ve/veya duygusal anlamda zorluk yaşadığı, geniş sosyal desteğe sahip kişilerin izole olma düzeylerinin daha düşük olduğu belirtilmektedir (Czaja ve ark., 2021:2-3).

Sosyal izolasyon durumlarında kişilerin fiziksel aktiviteleri, uyku düzenleri gibi normal yaşan rutinlerinin aksayabileceği, bu durumun kişilerin beslenme alışkanlıklarını olumsuz etkileyebileceği ve sağlıksız yiyecekleri tercih edebilecekleri görülmektedir (Dos Santos Quaresma ve ark., 2021:6). Ayrıca yalnızlık hisseden kişilerin sosyal olarak izole olan kişilere göre öz düzenlemede daha çok zorlandıkları ve bundan dolayı daha sağlıksız yiyecekler tercih ettikleri belirlenmiştir (Saine ve Zhao, 2020:5).

Sosyal izolasyon ve yeme davranışları arasındaki ilişkide olumsuz duygulanımın etkili olduğu, olumsuz duygulanım hisseden kişilerin sosyal olarak izole edildiklerini hissettikleri ve/veya kendilerini izole ettikleri ve bundan dolayı tıkanırcasına yeme davranışında bulunabilecekleri ifade edilmiştir (Mason ve ark., 2016:98). Kendilerini yalnız olarak ifade eden kadın katılımcılarla yapılan çalışmada katılımcıların duygularını düzenlemede zorluk yaşadıkları ve bu zorluğun bulimia nevroza ve tıkanırcasına yeme bozukluğu için tetikleyici olabileceği ve semptomları artırabileceği görülmüştür (Southward ve ark. 2013:511).

Klinik gözlemler sonucunda kişilerin travmatik bir yaşantıdan sonra kişilik özelliklerinin, kişilerin ihtiyaçlarını öne sürmekte güçlük çekmesinin ve benlik saygısının azalmasının yalnızlık ve izolasyon düzeyini arttırabileceğini ve yeme bozukluğu olan kişilerin bu anlamda normalden daha fazla sosyal desteğe ihtiyaç duydukları belirlenmiştir (Stewart, 2004:189).

SONUÇ

Travmatik yaşantıların yeme bozukluklarının oluşmasındaki rolü (Molendijk ve ark., 2017:11; Tunç, 2019:205), yaşanan olumsuz travmatik olayların zihinselleştirme becerilerinin gelişimine olumsuz etkisi (Bateman ve Fonagy, 2019:85), zihinselleştirmedeki eksikliğin yeme bozukluklarının oluşumunda

risk faktörü olabileceği (Rothschild-Yakar ve ark., 2010:502) ve yalnızlığın zihinselleştirme becerilerine olumsuz etkisi (Ciccarelli ve ark., 2022:13) literatürde yer almaktadır. Yeme tutumlarını olumsuz etkileyebilecek değişkenlerin belirlenmesi ve düzenlenmesi ilerleyen süreçte yeme bozukluklarının önlenmesinde önemli bir rol üstlenebilir.

Yeme davranışının kişilerin deneyimlerinden etkilendiği ve çocukluk döneminde yaşanan olumsuz olayların ilerleyen yaşlarda bozulmuş yeme davranışlarına yol açabileceği vurgulanmaktadır (Bou Khalil ve ark., 2020:8). Ancak, çocukluk çağı kötü deneyimlerin her bireyin yeme tutumlarını olumsuz etkilemediği ve diğer değişkenlerin de yeme bozukluklarının oluşumunda katkısı olabileceği belirtilmektedir (Tunç, 2020:76). Erken dönemde yaşanan olumsuz yaşam olayların yeme tutumlarına etkisinde aracı olabilecek değişkenlerin belirlenmesinin, ilerleyen yaşam dönemlerinde ortaya çıkabilecek yeme bozukluklarının anlaşılmasına ve önlenmesine yardımcı olabileceği düşünülmektedir (Barakat ve ark., 2023: 20; Groth ve ark., 2019:451; Levine, 2021:147).

Zihinselleştirme becerisinin gelişiminde çocukluk deneyimleri önemlidir. Erken çocukluk döneminde yaşanan olumsuz deneyimler içsel çalışan modelleri olumsuz etkiler ve bu durum stresli yaşam olaylarında zihinselleştirme becerilerini kullanmayı zorlaştırır (Wagner-Skacel ve ark., 2022:10). Ayrıca bu dönemde yaşanan olumsuz olaylar yetişkinlik döneminde başkalarına güven duyma ve duygusal bağ kurma gibi yetenekleri olumsuz etkileyebileceği için bu durum yetişkinlik döneminde kişilerin yalnız ve izole hissetme düzeylerini arttırabilir (Landry ve ark., 2022:6). Bozulmuş yeme davranışının gelişiminde duygu düzenleme gücü ve yalnızlığın önemli bir rolü olduğu bu kişilerin hissettikleri olumsuz duyguları düzenlemek için sağlıklı yeme davranışlarına başvurdukları belirtilmektedir (Tatsi ve ark., 2019:50). Zihinselleştirme becerisinin gelişmesi için atılacak adımlar, erken dönem yaşanan travmatik deneyimler sonucunda yaşanan olumsuz deneyimlerin etkisinin zayıflamasına ve sönmesine yardımcı olabilir (Wagner-Skacel ve ark., 2022:11).

Yeme bozukluğu olan bireylerin daha yüksek düzeyde güvenli bağlanma ile ilgili zorluk yaşadıkları ve zihinsel durumları düzenleyememe gibi durumlar gözlenmiştir (Kelton-Locke, 2016:338; Rothschild-Yakar ve ark., 2013:515). Jewell ve ark., (2015:368) tarafından yapılan derleme çalışmasında incelenen 15 çalışmanın 14'ünde çocukluk ve ergenlik dönemindeki yeme patalojisi ve güvensiz bağlanma arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Bu çalışma sonucunda klinik ve klinik olmayan örneklerle yapılan çalışmalara

göre zihinselleştirmenin bozulmuş yeme davranışlarıyla ilgili olabileceğine değinilmiştir (Jewell ve ark., 2015:370). Çocukluk çağında kötü muameleye maruz kalmış kişilerin güvenli bağlanma geliştiremedikleri ve yakın ilişki kurma düzeylerinin daha düşük olduğu ayrıca bu durumu yaşayan bazı kişilerin daha depresif olabileceği, kendine güvensiz hale gelebileceğini ve ilişkilerinde daha fazla sıkıntı yaşayabileceğini belirtilmektedir (Shabab ve ark., 2021:11). Erken çocukluk deneyimlerinde zorlayıcı olaylarla karşılaşmış kişilerin diğer kişilere oranla yalnız yaşamaya daha eğilimli oldukları ve diğer insanlara duyulan güven eksikliği nedeniyle de hem yakın ilişki kurma hem de sosyal ilişkilerin gelişimi negatif olarak etkilenmektedir (Heer ve ark., 2022:9). Zihinselleştirme temelli tedavilerde psikopatolojinin gelişim nedenlerine, çocuk-bakım veren arasında oluşan bağlanma stiline, duygu düzenleme ve benlik kavramının nasıl geliştiğine odaklanılmaktadır (Kelton-Locke, 2016:339). Literatürde yer alan bilgiler ışığında yeme bozuklukları ile ilgili yapılan çalışmalarda, bozuk zihinselleştirme becerilerine odaklanma önemli bir temel oluşturabilir.

Sonuç olarak, yeme bozukluklarının daha çok ergenlik ve genç erişkinlik döneminde ortaya çıktığı görüldüğünden (Breton ve ark., 2022:2; Smink ve ark., 2012:412; Tavolacci ve ark., 2015:412; Tunç, 2020:76;) dolayı bu yaş grubundaki katılımcılarla yapılacak ilişkisel ve/veya deneysel çalışmaların olası yeme bozukluklarının önlenmesinde önemli bir rol oynayabileceği anlaşılmaktadır. Aracı değişkenlerin belirlenmesi ve yeme davranışları üzerindeki etkisinin anlaşılması, ileride oluşabilecek yeme bozukluklarının gelişimindeki etkisini belirlemek açısından önemli görülmektedir (Düzen ve Bıkmaz, 2019:631). Ayrıca yeme bozukluğu tedavisinde önerilen terapi yöntemlerinin kullanıldığı ve bu çalışmada bahsedilen değişkenlerin de dahil edilerek klinik ve klinik olmayan örneklerle yapılacak çalışmaların, yeme bozukluklarının oluşumuna ve olası müdahalelerin anlaşılmasına katkı sunacağı düşünülmektedir.

Yazar katkısı:

Tuğba Öz : Araştırma tasarımı, literatür tarama, veri toplama, makale yazımı
Gaye Saltukoğlu: Eleştirel inceleme, danışmanlık

Yazarlar arasında çıkar çatışması yoktur.

KAYNAKLAR

Amerikan Psikiyatri Birliği. (2014). Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı. Beşinci Baskı (DSM- 5), Tanı ölçütleri başvuru el kitabı'ndan, (E. Köroğlu, çev.) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

Austin, A. E., Lesak, A. M., & Shanahan, M. E. (2020). Risk and protective factors for child maltreatment: a review. *Current Epidemiology Reports*, 7(4), 334-342. <https://doi.org/10.1007/s40471-020-00252-3>

Ayan, A. (2017). Yalnızlık ve utangaçlık düzeyinin özyeterlik ve öfke kontrolü üzerine etkisi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(1), 87-108. <https://doi.org/10.18037/ausbd.415657>

Barakat, S., McLean, S.A., Bryant, E., Le, A., National Eating Disorders Research Consortium, Touyz, S., & Maguire, S. (2023). Risk factors for eating disorders: findings from a rapid review. *Journal of Eating Disorders*, 11(8), 1-31. <https://doi.org/10.1186/s40337-022-00717-4>

Bateman, A. W., & Fonagy, P. (2016). *Mentalization-based treatment for personality disorders: A practical guide*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/med:psych/9780199680375.001.0001>

Bateman, A. W. & Fonagy, P. (Ed.). (2019). *Handbook of mentalizing in mental health practice* (2. baskı).

American Psychiatric Publishing, Inc.

Bateman, A., Fonagy, p., Campbell, C., Luyten, P., & Debbané, M. (2023). *Cambridge Guide to Mentalization- Based Treatment (MBT)*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781108896054>

Bou Khalil, R., Sleilaty, G., Richa, S., Seneque, M., Iceta, S., Rodgers, R., Alacreu-Crespo, A., Maimoun, L., Lefebvre, P., Renard, E., Courtet, P., & Guillaume, S. (2020). The impact of retrospective childhood maltreatment on eating disorders as mediated by food addiction: A cross-sectional study. *Nutrients*, 12(10), 1-13. <https://doi.org/10.3390/nu12102969>

Breton, É., Dufour, R., Côté, S. M., Dubois, L., Vitaro, F., Boivin, M., Tremblay, R. E., & Booij, L. (2022). Developmental trajectories of eating disorder symptoms: A longitudinal study from early adolescence to young adulthood. *Journal of Eating Disorders*, 10(84), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s40337-022-00603-z>

Buluş, M. (1997). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 3, 82- 90.

Caslini, M., Bartoli, F., Crocamo, C., Dakanalis, A., Clerici, M., & Carrà, G. (2016). Disentangling the Association Between Child Abuse and Eating Disorders. *Psychosomatic Medicine*, 78(1), 79-90. <https://doi:10.1097/psy.0000000000000233>

Cengiz, B., Ayar, D., Arkan, G., & Bektaş, İ. (2020). Hemşirelik Öğrencilerinin Sosyal, Duygusal Yalnızlık Düzeyleri ve Yeme Davranışlarının İncelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 13(1), 2-9.

Ciccarelli, M., Nigro, G., D'olimpio, F., Griffiths, M. D., Sacco, M., Pizzini, B., & Cosenza, M. (2022). The associations between loneliness, anxiety, and problematic gaming behavior during the COVID-19 pandemic: The mediating role of mentalization. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 10(1), 1- 21. <https://doi.org/10.13129/2282-1619/mjcp-3257>

Coglan, L., & Otasowie, J. (2019). Avoidant/restrictive food intake disorder: what do we know so far? *BJPsych Advances*, 25(02), 90-98. <https://doi:10.1192/bja.2018.48>

Cortés-García, L., Rodríguez-Cano, R., & von Soest, T. (2022). Prospective associations between loneliness and disordered eating from early adolescence to adulthood. *International of Journal Eating Disorders*, 55(12), 1678-1689. <https://doi.org/10.1002/eat.23793>

Czaja, S. J., Moxley, J. H., & Rogers, W. A. (2021). Social support, isolation, loneliness, and health among older adults in the PRISM randomized controlled trial. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-14. <https://doi: 10.3389/fpsyg.2021.728658>

Çelik, F. G. H., & Hocoğlu, Ç. (2018). Çocukluk Çağı Travmaları: Bir Gözden Geçirme. *Sakarya Tıp Dergisi*, 8(4), 695-711. <https://doi:10.31832/smj.454535>

Dalhoff, A. W., Romero Frausto, H., Romer, G., & Wessing, I. (2019). Perceptive body image distortion in adolescent anorexia nervosa: Changes after treatment. *Frontiers in Psychiatry*, 10, 1-20. <https://doi:10.3389/fpsyg.2019.00748>

Dos Santos Quaresma, M. V., Marques, C. G., Magalhães, A. C. O., & dos Santos, R. V. T. (2021). Emotional eating, binge eating, physical inactivity, and vespertine chronotype are negative predictors of dietary practices during

COVID-19 social isolation: A cross-sectional study. *Nutrition*, 90, 1-9. [https://doi: 10.1016/j.nut.2021.111223](https://doi.org/10.1016/j.nut.2021.111223)

Düzen, A., & Bıkmaz, P. S. (2019). Bağlanma ve yeme bozuklukları: Bir derleme çalışması. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(36), 624-636. <http://dx.doi.org/10.16990/SOBIDER.4941>

Feinson, M. C., & Hornik-Lurie, T. (2016). “Not good enough:” Exploring self-criticism’s role as a mediator between childhood emotional abuse & adult binge eating. *Eating Behaviors*, 23, 1-6. [https://doi:10.1016/j.eatbeh.2016.06.005](https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2016.06.005)

Fonagy, P., & Target, M. (2006). The Mentalization-focused approach to self pathology. *Journal of Personality Disorders*, 20(6), 544-576. [https://doi:10.1521/pedi.2006.20.6.54](https://doi.org/10.1521/pedi.2006.20.6.54)

Gagliardini, G., Gullo, S., Tinozzi, V., Baiano, M., Balestrieri, M., Todisco, P., Schirone, T. & Colli, A. (2020). Mentalizing subtypes in eating disorders: A latent profile analysis. *Frontiers Psychology*, 11, 1-13. [https://doi: 10.3389/fpsyg.2020.564291](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.564291)

Groth, T., Hilsenroth, M., Boccio, D., & Gold, J. (2019). Relationship between trauma history and eating disorders in adolescents. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 13, 443-453. [https://doi:10.1007/s40653-019-00275-z](https://doi.org/10.1007/s40653-019-00275-z)

Gümüş, Ç., Alver, E., & Körpe, H. (2020). “Bir sosyal sorumluluk örneği: Pika sendromunun tanıtılmasına yönelik hazırlanan dergi i lanı tasarımları”. *İdil*, 70, 937-947. [https://doi: 10.7816/idil-09-70-03](https://doi.org/10.7816/idil-09-70-03)

Güneş, F. E., & Çalık, K. B. T. (2015). The relationship between eating attitude and behaviors with self-esteem of the university students. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 16(6), 397-404. [https://doi:10.5455/apd.170412](https://doi.org/10.5455/apd.170412)

Halland, M. (2019). Ruminationsyndrome. *Current Opinion in Gastroenterology*, 35(4), 387-393. [https://doi:10.1097/mog.0000000000000549](https://doi.org/10.1097/mog.0000000000000549)

Hay, P., Chinn, D., Forbes, D., Madden, S., Newton, R., Sugenor, L., Touyz, S., & Ward, W. (2014). Royal Australian and New Zealand college of psychiatrists clinical practice guidelines for the treatment of eating disorders. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 48(11), 977-1008. [https://doi:10.1177/0004867414555814](https://doi.org/10.1177/0004867414555814)

Heer, C. de, Bi, S., Finkenauer, C., Alink, L. R. A., & Maes, M. (2022). The

association between child maltreatment and loneliness across the lifespan: a systematic review and multilevel meta-analysis. *Child Maltreatment*, 1-24. <https://doi.org/10.1177/10775595221103420>

Jensen, S. L., Bo, S., & Vilmar, J. W. (2021). What is behind the closed door? A case illustration of working with social isolation in adolescents using Adaptive Mentalizati-Based Integrative Treatment (AMBIT). *Journal of Clinical Psychology*, 77(5), 1189-1204. <https://doi.org/10.1002/jclp.23145>

Jewell, T., Collyer, H., Gardner, T., Tchanturia, K., Simic, M., Fonagy, P., & Eisler, I. (2015). Attachment and mentalization and their association with child and adolescent eating pathology: A systematic review. *International Journal of Eating Disorders*, 49(4), 354-373. <https://doi.org/10.1002/eat.22473>

Johnson, J. G., Cohen, P., Kasen, S., & Brook, J. S. (2002). Childhood adversities associated with risk for eating disorders or weight problems during adolescence or early adulthood. *American Journal of Psychiatry*, 159(3), 394-400. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.159.3.394>

Kelton-Locke, S. (2016). Eating disorders, impaired mentalization, and attachment: Implications for child and adolescent family treatment. *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy*, 15(4), 337-356. <https://doi.org/10.1080/15289168.2016.1257>

Kemoli, A. M., & Mavindu, M. (2014). Child abuse: A classic case report with literature review. *Contemporary Clinical Dentistry*, 5(2), 256-259. <https://doi.org/10.4103/0976-237X.132380>

Kitis, C., & Cebirbay, M. A. (2022). Determination of eating attitude and mindful eating scores of patients in Turkey. *Progress in Nutrition*, 24(1), 1-7. <https://doi.org/10.23751/pn.v24i1.12260>

Landry, J., Asokumar, A., Crump, C., Anisman, H. & Matheson, K. (2022). Early life adverse experiences and loneliness among young adults: The mediating role of social processes. *Frontiers in Psychology*, 13, 1- 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.968383>

Levine, M. P. (2012). Loneliness and Eating Disorders. *The Journal of Psychology*, 146(1-2), 243-257. <https://doi.org/10.1080/00223980.2011.606435>

Levine, M. P. (2021). Prevention of eating disorders: 2020 in review. *Eating Disorders*, 29(2), 134-150. <https://doi.org/10.1080/10640266.2021.1909794>

Lie, S. Ø., Bulik, C. M., Andreassen, O. A., Rø, Ø., & Bang, L. (2021). Stressful life events among individuals with a history of eating disorders: a case-control comparison. *BMC Psychiatry*, 21, 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03499-2>

Makri, E., Michopoulos, I., & Gonidakis, F. (2022). Investigation of loneliness and social support in patients with eating disorders: A case-control study. *Psychiatry International*, 3, 142-157. <https://doi.org/10.3390/psychiatryint3020012>

Mason, T. B., Heron, K. E., Braitman, A. L., & Lewis, R. J. (2016). A daily diary study of perceived social isolation, dietary restraint, and negative affect in binge eating. *Appetite*, 97, 94-100. <https://doi:10.1016/j.appet.2015.11.027>

Molendijk, M. L., Hoek, H. W., Brewerton, T. D., & Elzinga, B. M. (2017). Childhood maltreatment and eating disorder pathology: a systematic review and dose-response meta-analysis. *Psychological Medicine*, 47(8), 1402-1416. <https://doi:10.1017/s0033291716003561>

Mora, F., Fernandez Rojo, S., Banzo, C., & Quintero, J. (2017). The impact of self-esteem on eating disorders.

European Psychiatry, 41, 558. <https://doi:10.1016/j.eurpsy.2017.01.802>

Regan, D. T., & Fazio, R. (1977). On the consistency between attitudes and behavior: Look to the method of attitude formation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 13(1), 28-45. [https://doi:10.1016/0022-1031\(77\)90011-7](https://doi:10.1016/0022-1031(77)90011-7)

Richard, A., Rohrmann, S., Vandeleur, C. L., Schmid, M., Barth, J., & Eichholzer, M. (2017). Loneliness is adversely associated with physical and mental health and lifestyle factors: Results from a Swiss national survey. *PloS one*, 12(7), 1-18. <https://doi:10.1371/journal.pone.0181444>

Rikani, A. A., Choudhry, Z., Maqsood Choudhry, A., Ikram, H., Waheed Asghar, M., Kajal, D., Waheed, A., & Jahan Mobassarrah, N. (2013). A critique of the literature on etiology of eating disorders. *Annals of Neurosciences*, 20(4), 157-161. <https://doi:10.5214/ans.0972.7531.200409>

Robinson, P., Skårderud, F., & Sommerfeldt, B. (2019). *Hunger: Mentalization-Based Treatments for Eating Disorder*. Germany: Springer International Publishing. <https://doi:10.1007/978-3-319-95121-8>

- Rothschild-Yakar, L., Waniel, A., & Stein, D. (2013). Mentalizing in self vs. parent representations and working models of parents as risk and protective factors from distress and eating disorders. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 201(6), 510-518. <https://doi:10.1097/nmd.0b013e318294831>
- Rothschild-Yakar, L., Levy-Shiff, R., Fridman-Balaban, R., Gur, E., & Stein, D. (2010). Mentalization and Relationships With Parents as Predictors of Eating Disordered Behavior. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 198(7), 501-507. <https://doi:10.1097/nmd.0b013e3181e526c8>
- Sacchetti, S., Robinson, P., Bogaardt, A., Clare, A., Ouellet-Courtois, C., Luyten, P., bateman, A., & Fonagy, P. (2019). Reduced mentalizing in patients with bulimia nervosa and features of borderline personality disorder: A case-control study. *BMC Psychiatry*, 19(1), 1-12. <https://doi:10.1186/s12888-019-2112-9>
- Saine, R., & Zhao, M. (2020). The asymmetrical effects of emotional loneliness vs. social loneliness on consumers' food preferences. *Food Quality and Preference*, 87, 1-6. <https://doi:10.1016/j.foodqual.2020.104040>
- Salvia, M. S., Ritholz, M. D., Craigen, K. L. E., & Quatromoni, P. A. (2023). Women's perceptions of weight stigma and experiences of weight-neutral treatment for binge eating disorder: A qualitative study. *eClinicalMedicine*, 56, 1-12. <https://doi:10.1016/j.eclinm.2022.101811>
- Sánchez-Meca, J., Rosa-Alcázar, A. I., & López-Soler, C. (2011). The psychological treatment of sexual abuse in children and adolescents: a meta-analysis. *International Journal of Clinical Health Psychology* 11(1), 67-93.
- Sander, J., Moessner, M., & Bauer, S. (2021). Depression, anxiety and eating disorder-related impairment: moderators in female adolescents and young adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5), 2-12. <https://doi:10.3390/ijerph18052779>
- Sepulveda, A.R., Whitney, J., Hankins, M., & Treasure, J. (2008). Development and validation of an Eating Disorders Symptom Impact Scale (EDSIS) for carers of people with eating disorders. *Health Qual Life Outcomes*, 6, 28, 1-9. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-6-28>
- Shahab, M. K., de Ridder, J. A., Spinhoven, P., Penninx, B. W. J. H., Mook-Kanamori, D. O., & Elzinga, B. M. (2021). A tangled start: The link between

childhood maltreatment, psychopathology, and relationships in adulthood. *Child Abuse & Neglect*, 121, 105228. <https://doi:10.1016/j.chiabu.2021.1052>

Sjögren, M., Lichtenstein, M. B., & Støving, R. K. (2023). Trauma experiences are common in anorexia Nervosa and related to eating disorder pathology but do not influence weight-gain during the start of treatment. *Journal of Personalized medicine*, 23(5), 1-11. <https://doi.org/10.3390/jpm13050709>

Smink, F. R. E., van Hoeken, D., & Hoek, H. W. (2012). Epidemiology of eating disorders: Incidence, prevalence and mortality rates. *Current Psychiatry Reports*, 14(4), 406-414. <https://doi:10.1007/s11920-012-0282-y>

Smits, M. L., Luyten, P., Feenstra, D. J., Bales, D. L., Kamphuis, J. H., Dekker, J. J. M., Verheul, R., & Busschbach, J. J. V. (2022). Trauma and outcomes of Mentalization-Based Therapy for individuals with borderline personality disorder. *American Journal of Psychotherapy*, 75(1), 12-20. <https://doi:10.1176/appi.psychotherapy.20210027>

Southward, M. W., Christensen, K. A., Fettich, K. C., Weissman, J., Berona, J., & Chen, E. Y. (2013). Loneliness mediates the relationship between emotion dysregulation and bulimia nervosa/binge eating disorder psychopathology in a clinical sample. *Eating and Weight Disorders- Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 19(4), 509-513. <https://doi:10.1007/s40519-013-0083-2>

Stewart, W. (2004). The role of perceived loneliness and isolation in the relapse from recovery in patients with anorexia and bulimia nervosa. *Clinical Social Work Journal*, 32(2), 185-196. <https://doi:10.1023/B:CSOW.0000024327.55424.a9>

Tatsi, E., kamal, A., Turvill, A., & Holler, R. (2019). Emotion dysregulation and loneliness as predictors of food addiction. *Journal of Health and Social Sciences*, 4(1),43-58. <https://doi:10.19204/2019/mtnd5>

Tavolacci, M. P., Grigioni, S., Richard, L., Meyrignac, G., Déchelotte, P., & Ladner, J. (2015). Eating disorders and associated health risks among university students. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 47(5), 412-420. <https://doi:10.1016/j.jneb.2015.06.009>

Tellús, G. K., Lauritsen, M. B., & Rodrigo-Domingo, M. (2021). Prevalence of various traumatic events including sexual trauma in a clinical sample of patients with an eating disorder. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-10. <https://doi:10.3389/fpsyg.2021.687452>

Trottier, K., & MacDonald, D. E. (2017). Update on psychological trauma, other severe adverse experiences and eating disorders: State of the research and future research directions. *Current Psychiatry Reports*, 19(8), 1-9. <https://doi:10.1007/s11920-017-0806-6>

Tunç, P. (2019). Üniversite Öğrencilerinde çocukluk çağı travması ve yeme tutumları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 11(Suppl 1), 203-219. <https://doi.org/10.18863/pgy.612616>

Tunç, P. (2020). cÇocukluk çağı travması ile bozulmuş yeme tutumları i lişkisinde ebeveyne bağlanmanın düzenleyici rolünün i ncelenmesi. *Turk J Child Adolesc Ment Health*, 27(2), 75-84 <https://doi:10.4274/tjcamh.galenos.2020.03521>

Uzunian, L. G., & Vitale, M. S. de S. (2015). Habilidades sociais: fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20(11), 3495-3508. <https://doi:10.1590/1413-812320152011.18362014>

van Hoeken, D., & Hoek, H. W. (2020). Review of the burden of eating disorders: Mortality, disability, costs, quality of life, and family burden. *Current Opinion in Psychiatry*, 33(6), 521-527. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000641>

Vidaña, A. G., Forbush, K. T., Barnhart, E. L., Mildrum Chana, S., Chapa, D. A. N., Richson, B., & Thomeczek,

M. L. (2020). Impact of trauma in childhood and adulthood on eating-disorder symptoms. *Eating Behaviors*, 39, 1-7. <https://doi:10.1016/j.eatbeh.2020.101426>

Wagner-Skacel, J., Riedl, D., & Lampe, A. (2022). Mentalization and dissociation after adverse childhood experiences. *Scientific Reports*, 12(1), 1-7. <https://doi:10.1038/s41598-022-10787-8>

World Health Organization. (1999). Report of the consultation on child abuse prevention, 29-31 March 1999, WHO, Geneva. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/65900>

World Health Organization. (2022). Child maltreatment. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/child-maltreatment>

Yıldırım, A., Hacıhasanoğlu Aşilar, R., Karakurt, P., Çapık, C., & Kasımoğlu,

N. (2018). Üniversite öğrencilerinde depresif belirti, yalnızlık ve yeme tutumu arasındaki ilişkinin sosyodemografik özelliklerle birlikte incelenmesi. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 12(4), 264-274. <https://doi:10.21763/tjfmpe.462906>

Zhong, X., Ming, Q., Dong, D., Sun, X., Cheng, C., Xiong, G., Li, C., Zhang, X., & Yao, S. (2020). Childhood maltreatment experience influences neural response to psychosocial stress in adults: An fMRI study. *Frontiers Psychology*, 10, 1-9. <https://doi:10.3389/fpsyg.2019.02961>