



Aile Öngörülemezliği ile Yeme Tutumları Arasındaki İlişkide Kendini Eleştirinin Aracılık Rolü

The Mediating Role of Self-Criticism in the Relationship Between Family Unpredictability and Eating Attitudes

Tuğba UYANIK^[1] Aygül KAKIRMAN MOROĞLU^[2]

Başvuru Tarihi: 29 Mayıs 2024

ÖZ

Kabul Tarihi: 24 Ocak 2025

Çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinde aile öngörülemezliği ile yeme tutumları arasındaki ilişkide kendini eleştirebilme rolünü incelemektir. Çalışmanın örneklem grubunu, 2022-2023 eğitim-öğretim döneminde üniversiteye devam eden 307 üniversite öğrencisi (240 kadın, 67 erkek) oluşturmuştur. Katılımcıların yaş ortalaması 26,27 (SD = 5,21) olarak belirlenmiştir. Öğrencilere kolayda örnekleme yöntemiyle ulaşılmıştır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına göre olup, anketler çevrimiçi olarak toplanmıştır. Çalışmada veri toplama araçları olarak Geçmişe Dönük Aile Öngörülemezliği Ölçeği, Yeme Bozukluğu Değerlendirme Ölçeği, Kendini Eleştirinin Formları ve Kendini Rahatlatma Ölçeği kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon testi ile analiz edilmiştir. Çalışma kapsamında aracılık etkilerinin değerlendirilmesi için Yapısal Eşitlik Modellemesi (SEM) kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda, aile öngörülemezliğinin kendini eleştiri ve yeme tutumlarını pozitif olarak yordadığı belirlenmiştir. Ayrıca, kendini eleştirinin de yeme tutumlarını pozitif yönde yordadığı görülmektedir. Model testi sonucunda, aile öngörülemezliği ile yeme tutumları arasındaki ilişkide kendini eleştirinin kısmi aracılık etkisinin olduğu belirlenmiştir. Elde edilen bulgular, ilgili alan yazını çerçevesinde tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: aile öngörülemezliği, yeme tutumları, kendini eleştiri, yapısal eşitlik modellemesi, genç yetişkinler

Received Date: May 29, 2024

ABSTRACT

Accepted Date: January 24, 2025

The aim of the study was to examine the mediating role of self-criticism in the relationship between family unpredictability and eating attitudes among university students. The sample group consisted of 307 university students (240 females, 67 males) enrolled during the 2022-2023 academic year. The mean age of the participants was 26.27 (SD = 5.21). Participants were recruited using a convenience sampling method, and their participation in the study was voluntary. Data were collected through online questionnaires. The Retrospective Family Unpredictability Scale, Eating Disorder Examination Questionnaire, and Forms of Self-Criticizing/Attacking and Self-Reassuring Scale were used as data collection tools. The relationships between variables were analyzed using the Pearson correlation test. Additionally, Structural Equation Modeling (SEM) was employed to assess the mediation effects. The analyses revealed that family unpredictability positively predicted self-criticism and eating attitudes. Furthermore, self-criticism was found to positively predict eating attitudes. The model test results indicated that self-criticism partially mediated the relationship between family unpredictability and eating attitudes. The findings were discussed within the context of the relevant literature.

Keywords: family unpredictability, eating attitudes, self-criticism, structural equation modeling, young adults

Atıf
Cite

UYANIK, T., & KAKIRMAN MOROĞLU, A. (2025). Aile Öngörülemezliği ile Yeme Tutumları Arasındaki İlişkide Kendini Eleştirinin Aracılık Rolü. *Humanistic Perspective*, 7 (1), 27-47. <https://doi.org/10.47793/hp.1491699>

^[1] Yüksek Lisans | İstanbul Aydın Üniversitesi | İstanbul | Türkiye | ORCID: 0009-0002-7684-8609 | tuyanik@stu.aydin.edu.tr

^[2] Dr. | Bağlı Olduğu Kurum Yok | İstanbul | Türkiye | ORCID: 0000-0002-1293-6709

GİRİŞ

Üniversite yılları, ergenlik döneminin son zamanları ile yetişkinlik döneminin başladığı bir etgeçiş dönemine denk gelmektedir. Ergenlik ve gençlik döneminde, beslenmeye ilişkin riskli davranışlar görülmektedir. Yeme bozukluklarının yüksek oranda 25 yaş öncesinde meydana geldiği ve üniversite döneminde yeme bozukluklarına ilişkin yaygınlığının yüksek olduğu belirtilmektedir (Akdevelioğlu ve Yörüsün, 2019). Yeme bozukluğunun yaygınlığı ile ilgili bulgular değerlendirildiğinde, genel olarak Türkiye’de % 0.8 olduğu belirtilmiştir (Vardar ve Erzenin, 2011). Özellikle üniversite öğrencisi örnekleminde değerlendirildiğinde ise yaygınlığın çok daha yüksek olduğu rapor edilmiştir. Üniversite öğrencilerinin % 21.2’sinin fazla kilolu (21.6 ± 15.9) ve % 17.2’sinin de aşırı zayıf (18.9 ± 9.7) kategorisinde olduğu belirtilmiştir (Şanlier vd., 2008).

Üniversite öğrencilerinde yeme bozukluğunun ve bozulmuş yeme tutumunun obsesif kompulsif belirtiler, bozulmuş beden algısı ve düşük benlik saygısı ile ilişkili olduğu da rapor edilmiştir (Oğuz ve Karlıdere, 2022). Fairburn ve arkadaşları (2003), yaptıkları çalışmada yeme bozukluklarını ergenlik çağında görülebilen, beslenme alışkanlıkları, beden görünümü veya ağırlığı ve bedene ilişkin bu durumları kontrol etmeye ilişkin düşüncelerde ve yeme davranışında bazı bozukluklarla ortaya çıkan önemli bir psikiyatrik bozukluk olarak tanımlamışlardır. Telch ve arkadaşları (2001) çalışmalarında, yeme bozukluklarını beden ve beden ağırlığına yoğunlaşmış, düşünce ve yeme davranışlarında çeşitli sorunların olduğu, genelde kronik bir şekilde devam eden, tedaviye yüksek oranda yanıt alınamayan, düzelmeye olduğu kişilerde ise tekrar görülme durumunun çok olduğu ve genellikle ölümlerle sona erebilen ciddi bir psikiyatrik bozukluk grubu olarak tanımlamışlardır (Sapmaz-Yurtsever ve Tekinsav-Sutcu, 2018). Akdevelioğlu ve Yörüsün’ün (2019) çalışması, 25 yaş altındaki ergenler ve genç yetişkinlere odaklanarak bu yaş grubunda yeme bozukluklarının yaygın olduğunu belirtmiştir. Telch ve arkadaşları (2001)’nin tıknircasına yeme bozukluğu için uyarlanmış Diyalektik Davranışçı Terapiyi değerlendirdikleri çalışmalarında grup DBT ve bekleme kontrol listesi karşılaştırıldığında tedavi edilen kişilerin kontrol listesinde olan kişilere göre tıknircasına yeme ve yeme patolojilerinde önemli farklılaşmalar tespit ettikleri, Fairburn ve arkadaşları (2003)’nin yeme bozukluklarında devamlılığa sebep olan süreçleri inceledikleri, yeme bozukluklarının sürdürülmesine ilişkin yeni bir transdiagnostik teori önerdikleri araştırmalarda da ergenlikten yetişkinliğe kadar geniş bir yaş aralığını kapsayan örneklem üzerinde çalışmalar gerçekleştirmişlerdir. Bu çalışmalardan farklı olarak bu çalışmanın örneklemini 18 ile 51 yaş arasındaki katılımcılardan oluşmaktadır.

Yeme tutumunun bozulması ile kişilerde anoreksiya nervoza, bulimia nervoza, tıknircasına yeme sendromu ve gece yeme sendromu gibi rahatsızlıkları içinde barındıran yeme bozuklukları ortaya çıkmaktadır. Yeme bozukluklarının temel özellikleri arasında kendini şişman

olarak algılamak, duygusal karmaşa durumunda aşırı yemek yemek, ağırlığının artmasından ve şişmanlamaktan korkmak ile zayıflamak için yoğun bir istekle ilişkili vücut imajı rahatsızlığı yer almaktadır (Akdevelioğlu ve Yörüsün, 2019). Kadioğlu ve Ergün (2015) genç ve ergenlerde yeme bozukluklarının meydana gelmesindeki faktörün, yeme tutumunun özellikle bu yaşlarda farklı etkenlerden etkilenmesi olarak görüldüğünü belirtmektedir. Yeme tutumlarında etkisi olan etkenler içerisinde aile dinamikleri (Cordioli vd., 2003), sosyal ve kültürel normlar (McCabe vd., 2006), cinsel travmalar (Fonseca vd., 2002), biyolojik ve genetik etkenler bulunmaktadır (Siyez ve Uz-Bas, 2006).

Holtom-Viesel ve Allan, (2014), yeme bozuklukları için başlatıcı ve/veya sürdürücü olarak değerlendirilen etken olarak yaşantısal süreçler olarak değerlendirilen ebeveynlik biçimlerini öne sürmüştür. Yeme bozukluklarının gelişiminde olumsuz ebeveynlik deneyimlerinin ve ebeveynlerin olumsuz değerlendirilmesinin etkisinin olduğunu belirtilmektedir (Tetley vd., 2014). Aile ilişkileri, aile sistemi ve aile ortamının yeme bozuklukları ile arasındaki ilişkiyi araştırırken akla ilk gelen kavram ebeveynlik olmuştur (Polivy ve Herman, 2002). Ebeveynlik kavramının yeme bozukluklarının meydana gelmesinde ve bu bozukluğun devam etmesinde etkili olduğu düşünülmektedir. Yeme bozukluklarının ortaya çıkmasında ailevi etkenler tek başına nedensel bir etki değil; fakat biyolojik veya yaşantısal yatkınlık etkenlerine bir ek olarak bozukluğun meydana gelmesinde etken olabilmektedir. Çocuğun hisleri, düşünceleri ve davranışlarını yönlendirme ile ilişkili olan psikolojik kontrol, bozulan yeme örüntüleri ile bağlantılı olarak ebeveynlere dair özelliklerindedir. Yeme bozukluklarının ortaya çıkmasındaki etkili faktörlerden olan aile ilişkileri ve ebeveyn faktörlerinde aile öngörülemezliğinin etkisi bulunmaktadır (İmamoğlu ve Bilge, 2021).

Aile öngörülemezliği; ailedeki kişilerin beraber yaptıkları rutin faaliyetlerin görece sayısının daha az olması, ailedeki bireylerin birbirleri ile arasındaki duygusal paylaşımın sınırlı düzeyde olması ve tutarlı olmayan disiplin uygulamaları ile ilişkilidir (Yıldırım, 2016). Battaloğlu (2022), çalışmasında aile öngörülemezliğini; fizyolojik ve duygusal doyum, ebeveynlerin disiplin tutumları, maddi konular, yemeğe ilişkin düzen ile ilişkili olarak değerlendirmektedir. Fiziksel-duygusal doyumda öngörülemezlik, çocuğun duygusal ve fizyolojik ihtiyaçlarının yerine getirilmesinde gerçekleşen istikrarsızlıktır. Anne-baba disiplin tutumu hakkında öngörülemezlik ise ebeveynlerin koyduğu kurallar ve bu kuralları gerçekleştirilmesindeki tutarsızlıktır. Maddi konularda öngörülemezlik, ailedeki üyelerin temel ihtiyaçlarının yerine getirilmesinde gerekli olan finansal kaynakların düzenli olmamasını ifade etmektedir. Yemek düzenindeki öngörülemezlik, birlikte yemek yenilen kişilerin ve yemek saatlerinin hakkındaki belirsizlik ile ilgilidir.

Aile öngörülemezliğine ilişkin araştırmalarda, aile üyelerinin ve çocukların psikolojik sağlımlıkları arasında bağlantısı olan, duygusal veya davranışsal sorunlara maruz kalan çocukların ebeveynleri ile duygusal veya davranışsal sorunlarla karşılaşmayan çocukların ebeveynleri kıyaslandığında daha yüksek düzeyde aile öngörülemezliği olduğu tespit edilmiştir (Yıldırım, 2016). Haudek ve arkadaşları (1999) hayatın erken yıllarında anne-babanın çocuğa karşı gösterdikleri ilginin, bakımın, yakınlık, şefkat ve çocuğun taleplerinin karşılanmasındaki yetersizliğin, yeme bozukluklarının oluşumunda risk unsuru olarak değerlendirmektedir. Yeme bozukluklarında bağlanma biçimi ve aile işlevselliğini değerlendiren bir çalışmada, yeme bozukluğu tanısı olan kişilerin kontrol grubuyla kıyaslandığında daha az güvenli, daha fazla kaygılı ve kaçınan bağlanma stiline sahip oldukları tespit edilmiştir. Bu bulguların yanında yeme bozukluğu tanısı alanların ailelerinde kontrol grubundaki ailelere göre, daha iç içe geçmiş, ifadelerini daha az dışavuran ayrıca kişisel büyüme konusunda daha az yüreklendirici aileler oldukları görülmüştür (Kömürcü ve Ertürk, 2019).

Laiberté ve arkadaşları (1999), yeme bozuklukları ile aile ikliminin arasındaki ilişkiyi gösteren bir çalışmada, aile ikliminin, genel olarak var olan çatışma, bağlılık, dışavurumculuk gibi aile süreçlerinden daha özel olarak ilişkili olduğu saptanmıştır (Kömürcü ve Ertürk, 2018). Latzer ve arkadaşları (2009) yaptıkları çalışmada alanyazınla paralel şekilde, yeme bozukluğu tanısı olan çocukların özerkliklerinin ebeveynleri tarafından daha kısıtlanmış bir biçimde olduğu, çocuklara ebeveynleri tarafından daha katı bir şekilde rehberlik edildiği ve büyümeyi engelleyecek şekilde içsel kaynaklarının kullanımında davrandıkları görülmüştür .

Düzensiz ve özellikle de aile öngörülemezliğine sahip bir ailesi olan çocukların, öngörülemezlikle ilgili şemalar ve inançlar geliştirmeleri beklenmektedir. Bu çocukların şemaları; dünyanın düzensiz, dengesiz bir yer olduğu ve insanların güvenilmez olduğu yönündedir. Bebeğin ihtiyaçlarının ebeveyn tarafından tutarlı olmayan şekilde karşılanması veya kontrolü dışındaki hayat olayları sebebiyle gelişen öngörülemezlik şeması; kişinin ilişkiler, olaylar ve geleceğe dair düşüncelerini etkilemektedir ve kişinin risk algısı, öfkesi, güveni, öz yeterliliği gibi özelliklerini etkilemektedir (Ross, 2006). Kişinin çocukluğunda yaşadığı bu tutarsız ve öngörülemeyen süreçlerin yeme bozukluğu, madde kullanımı, risk alma davranışları, depresyon, anksiyete vb. ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (İmamoğlu ve Bilge, 2022). Aynı zamanda, yeme bozukluğu olan kişilerin, olmayanlara kıyasla, daha çok duygu durum bozukluğu, beden kaygısı ve kendini eleştirme davranışı gösterdikleri belirtilmiştir (Steiger vd., 1991).

Aile öngörülemezliği ile yeme tutumları arasındaki ilişkide çok çeşitli faktörlerin aracı rolünün olduğu düşünülmektedir. Gerçekleştirilecek bu çalışmada, aile öngörülemezliği ile yeme tutumları arasındaki ilişkide kendini eleştirinin aracılık rolünün incelenmesi hedeflenmiştir. Kendini eleştiri kavramı, Freud'un (1993) Yas ve Melankoli eserinde şu şekilde yer bulmaktadır;

«..Son derece acı verici bir reddedilme, dış dünyaya ilginin kesilmesi, sevme yetisinin kaybı, bütün etkinliklerin ketlenmesi ve tüm özsaygının, kendini suçlama ve kendini yermede ifade bulan ve hezeyanlı bir cezalandırılma beklentisine yol açan bir seviyeye düşmesi..». Horney (1937) kendini eleştiri kavramını nevroz ve benlik teorisi incelemelerinde ele almış, nevrotik kişilikte ideal benlik ile değersizleştiren benlik arasında bir çatışma olarak incelenmiştir.

Alanyazın incelendiğinde kendini eleştiri kavramı hakkında çeşitli tanımlamalar ve çalışmalara ulaşılmaktadır. Gilbert ve Irons (2005) kendini eleştiriye bireyin, kendisi ile var olan ilişkisinde benliğinin bir kısmını suçlu olarak gördüğü hatta bu kısımdan nefret ettiği bir yapı olarak kendini eleştiriye tanımlamaktadır. Gilbert (2007) yaptığı başka bir çalışmada kendini eleştirinin bireye ait içsel süreçleri, duyguları, davranışları, fiziki görünümleri, kişilik ve entellektüel nitelikleri gibi farklı özellikleri için negatif tutum, öz-yargılama ve öz- değerlendirme biçimine ait durumlar olduğunu belirtmiştir.

Vaillant (1997) kendini eleştirinin, suçluluk, utanç, endişe gibi bazı duyguları önlemek amacıyla kullanılan savunma mekanizmalarından olduğunu iddia etmektedir. Kendini eleştiri hakkında çalışma yapan Shahar (2015) ise bireyin kendine karşı performansı konusunda yoğun isteklerinin varlığı ve bu isteklerin yerine gelmemesi halinde bireyin kendine yönelik olarak düşmanlık ve aşağılama hissetmesine sebebiyet veren kalıcı bir örüntü olarak tanımlamaktadır. Shahar ve arkadaşları (2012) çalışmalarında, kendini eleştirinin; bireyin kendine yönelik olarak katı bir şekilde eleştirme veya cezalandırmaya yönelik tutumunun olduğunu ve bireyin kendisine olan bu tutumunun, kendi yaşamının farklı parçalarında çeşitli problemlere sebebiyet verdiğini tespit etmişlerdir. Bu çalışma ile paralel şekilde Falconer ve arkadaşları (2015) çalışmalarında kendini eleştirinin, farklı ruh sağlığı problemlerine zemin hazırlayan ve bu problemlerin tekrarlamasına sebebiyet veren psikolojik etmenlerden olduğundan bahsedilmiştir. Blatt (2004) kendilerine aşırı bir şekilde eleştiride bulunan kişilerin bu durumda olmalarının sebebinin kısıtlayıcı, kontrolcü, çocuğun özgür hareket etmesini engelleyen ve reddeden ebeveynler olduğunu ve bu kişilerin durumunda bireylerde kendilik algısının oluşmasını engellediğini ifade etmiştir. Kendini eleştirinin yeme bozukluğu (Dunkley ve Grilo, 2007), travma sonrası stres bozukluğu (Cox vd., 2004), duygudurum bozuklukları (Holle ve Ingram, 2008) ve sosyal kaygı bozuklukları (Iancu vd., 2015) gibi çeşitli psikolojik bozukluklarla ilgili olduğu saptanmıştır. Bu makalede, üniversite öğrencilerinde aile öngörülemezliği ile yeme tutumları arasındaki ilişkide kendini eleştirinin aracılık rolünün araştırılması hedeflenmiştir.

Bu çalışmada aracı değişken olarak özellikle kendini eleştiri incelenmiştir; çünkü kendini eleştirinin bireylerin duygusal ve davranışsal tepkilerini derinlemesine etkileyen bir unsur olduğu alanyazında sıkça vurgulanmaktadır. Aile öngörülemezliğinin bireyde oluşturduğu olumsuz etkilerin, kendini eleştiri mekanizması aracılığıyla yeme tutumlarına yansiyebileceği

düşünülmektedir. Özellikle, kendini eleştirinin çocukluk döneminde ebeveyn tutumlarıyla şekillenmesi, bu değişkenin aile öngörülemezliği ve yeme tutumları arasındaki ilişkide kilit bir rol oynayabileceğini düşündürmektedir. Kendini eleştirinin aracılık rolünü inceleyen çalışmalarda, bu değişkenin psikolojik problemler üzerindeki güçlü etkisi gözlenmiştir. Örneğin; Dunkley ve Grilo'nun (2007) çalışmaları yeme bozuklukları ve kendini eleştirinin ilişkisini doğrulamaktadır. Benzer şekilde, Cox ve arkadaşları (2004) kendini eleştirinin travma sonrası stres bozukluğuna katkıda bulunan bir etmen olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgular doğrultusunda, aile öngörülemezliğinin etkilerinin kendini eleştiri aracılığıyla yeme tutumlarına yansımalarının anlamlı bir açıklama sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu çalışmada, aşağıdaki hipotezler test edilmiştir:

1. Üniversite öğrencilerinin aile öngörülemezliği düzeyleri yeme tutumları düzeylerini pozitif yönde yordamaktadır.
2. Üniversite öğrencilerinin kendini eleştiri düzeyleri yeme tutumları düzeylerini pozitif yönde yordamaktadır.
3. Üniversite öğrencilerinin aile öngörülemezliği düzeyleri ile yeme tutumları düzeyleri arasındaki ilişkide kendini eleştirinin kısmi aracılık etkisi vardır.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Araştırma, üniversite öğrencilerinde aile öngörülemezliği ile yeme tutumları arasındaki ilişkide kendini eleştirinin aracılık rolünü incelemek amacıyla ilişkisel tarama modeline göre yapılmıştır.

Çalışma Grubu

Çalışmaya 2022-2023 eğitim öğretim döneminde üniversiteye devam eden toplam 307 katılımcı (240 kadın ve 67 erkek) dahil edilmiş olup, katılımcıların yaş ortalaması 26,27 (SD = 5,21) olarak belirlenmiştir. Bu araştırmaya 2022-2023 eğitim-öğretim döneminde üniversiteye devam eden, yaş ortalaması 26,27 (SD = 5,21) olan toplam 307 katılımcı (%78,2'si kadın, %21,8'i erkek) dâhil edilmiştir. Katılımcıların yaş dağılımı incelendiğinde, %40,1'i 25 yaş altı, %41,4'ü 25-29 yaş aralığında ve %18,6'sı ise 30 yaş ve üzerindedir. Medeni durumlarına göre katılımcıların %65,1'inin herhangi bir ilişkisi bulunmazken, %17,9'u evli, %16,6'sı ilişkisi olan ve %0,3'ü boşanmış bireylerden oluşmaktadır. Çalışma durumları incelendiğinde, katılımcıların %44,6'sı tam zamanlı çalıştığını, %46,3'ü çalışmadığını ve %9,1'i yarı zamanlı çalıştığını belirtmiştir. Yaşanılan yere göre katılımcıların %58,6'sı ailesiyle, %13'ü arkadaşlarıyla, %17,6'sı partneri/eşiyle, %10,7'si ise yurt gibi ortamlarda kaldığını ifade etmiştir. Son olarak, anne-baba

ilişki durumuna bakıldığında katılımcıların %85,7'sinin anne-babası evli ve birlikte yaşarken, %5,2'sinin boşanmış ve ayrı yaşadığı, %8,8'inin ebeveynlerinden birinin vefat ettiği ve %0,3'ünün anne-babası evli olsa da ayrı yaşadığı görülmüştür.

Öğrencilere kolayda örnekleme yöntemiyle ulaşılmıştır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına göre olup, anketler çevrimiçi olarak toplanmıştır. Veri toplama işlemleri 2023 Ocak-2023 Şubat tarihleri arasında tamamlanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Geçmişe Dönük Aile Öngörülemezliği Ölçeği. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Oktay ve Uluç (2019) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin orijinal hali Ross ve McDuff (2008) tarafından öz bildirim yoluyla aile öngörülemezliğini değerlendirmek için geliştirilmiştir. Ölçekte Beşli Likert Ölçeği ile puanlanmakta olan toplam 28 madde bulunmaktadır. Ölçekte anne disiplini, baba disiplini, anne bakımı, baba bakımı, finansal öngörülemezlikler ve öğünler olmak üzere 6 alt ölçek bulunmaktadır (Oktay ve Uluç, 2019). Geçmişe Dönük Aile Öngörülemezliği Ölçeğinin Türkçe uyarlamasında tüm ölçek için .87, alt ölçekler için .62 ile .85 arasında güvenilirlik değerleri bulunmuştur (Oktay ve Uluç, 2019). Ölçeğin klinik olmayan örneklemlerde kullanımı ile ilgili bir kısıtlama belirtilmemiştir, dolayısıyla ölçek klinik olmayan örneklemlerde de kullanılabilir. Mevcut çalışmada ölçeğe ilişkin Cronbach alpha iç tutarlık katsayısının tüm alt boyutlar kapsamında .73 ile .88 arasında değiştiği belirlenmiştir.

Yeme Bozukluğu Değerlendirme Ölçeği. Yücel ve arkadaşları (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek Fairburn ve Beglin (1994) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek kısıtlayıcı yeme, tıknırcasına yeme, kilo endişesi, beden şekli endişesi ve yeme endişesi olmak üzere beş alt boyuttan ve 28 maddeden oluşmaktadır. Tıknırcasına yeme alt boyutu dışındaki alt boyutlar 6'lı Likert tipi ile değerlendirilmektedir. Alt ölçeklerden alınan puanların toplanması ile birlikte ölçeğe ait puan hesaplanmaktadır, ölçekten alınan yüksek puanlar ise patolojiye işaret emektedir. Yücel ve arkadaşları (2011) tarafından yapılan çalışmada ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .93 olarak bulunmuştur. Ölçeğin üniversite öğrencileri örneğinde de geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu belirtilmiştir (Ergüney-Okumuş ve Sertel-Berk, 2020). Ölçeğin klinik olmayan örneklemlerde kullanımı ile ilgili bir kısıtlama belirtilmemiştir, dolayısıyla ölçek klinik olmayan örneklemlerde de kullanılabilir. Mevcut çalışmada ölçeğe ilişkin Cronbach alpha iç tutarlık katsayısının tüm alt boyutlar kapsamında .78 ile .92 arasında değiştiği belirlenmiştir.

Kendini Eleştirinin Formları ve Kendini Rahatlatma Ölçeği. Bellur ve arkadaşları (2021) tarafından Türkçe'ye uyarlaması gerçekleştirilmiştir. Ölçek Gilbert ve arkadaşları (2004) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek işlerin kötü gittiği zamanlarda kişinin ne düşündüğünü ve nasıl

tepki verdiğini derecelendirmeye yönelik kullanılan 22 maddelik ve 5'li Likert tipi ile derecelendirilen bir araçtır. Ölçek 3 alt boyuttan oluşmaktadır ve bu alt boyutlar; yetersiz benlik boyutu, nefret edilen benlik boyutu ve kendine güven alt boyutudur. Ölçekte kendine güven boyutu ters puanlanmaktadır; dolayısıyla ölçekten alınan puanların artması kendini eleştiri düzeyinin de arttığı anlamına gelmektedir. Mevcut çalışmada ölçeğe ilişkin Cronbach alpha iç tutarlık katsayısının tüm alt boyutlar kapsamında .68 ile .85 arasında değiştiği belirlenmiştir.

Verilerin Analizi

Veri toplama ve çözümleme işlemleri SPSS 26.0 ile yapılmıştır ve %95 güven düzeyinde çalışılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon testi ile analiz edilmiştir. Çalışma kapsamında aracılık etkilerinin değerlendirilmesi için Yapısal Eşitlik Modellemesi kullanılmıştır. Model testinde iki aşamalı yöntem tercih edildiği için önce ölçme modeli daha sonra yapısal model testi gerçekleştirilmiştir. Uyum iyiliği kriterlerine göre, χ^2/Sd oranının 2'nin altında olması iyi, 5'in altında olması kabul edilebilir uyumu gösterir. GFI, CFI ve TLI değerlerinin 0.90 ve üzeri kabul edilebilir, 0.95 ve üzeri iyi uyum belirtir. SRMR değerinin 0.08'in altında olması iyi uyumu, 0.10'un altında olması kabul edilebilir uyumu işaret eder. RMSEA değerinin 0.06'nın altında olması iyi, 0.08'in altında olması kabul edilebilir uyumu gösterir. RMSEA'nın güven aralığı üst sınırının 0.10'un altında olması da gereklidir.

Etik Onay

Araştırmanın veri toplama aşamadan önce gerekli etik izinler alınmıştır. Araştırma İstanbul Aydın Üniversitesi Etik Komisyonu'nun 02.03.2023 tarihli ve 2023/02 sayılı kararıyla uygun bulunmuştur (E-88083623-020-81038).

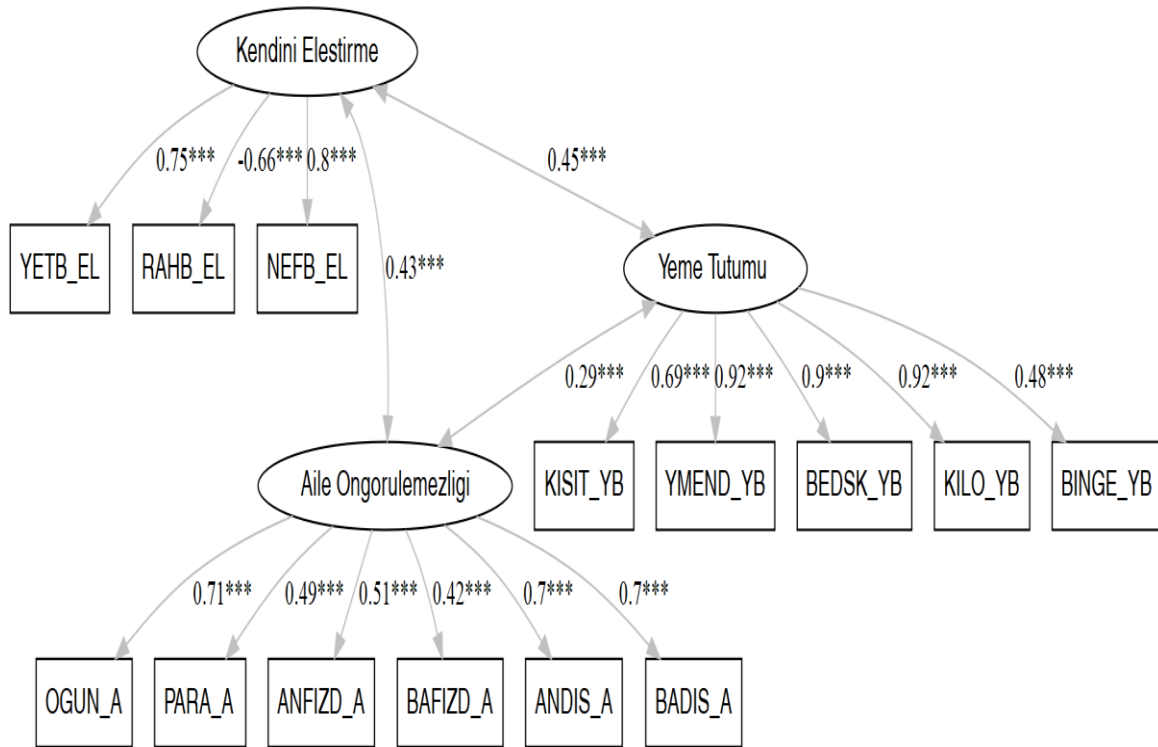
BULGULAR

Ön Bulgular

Araştırmanın bu aşamasında, çalışma kapsamında elde edilen ölçümlere ilişkin dağılımın değerlendirilmesi basıklık ve çarpıklık değerleri ile yapılmıştır. Analiz sonuçlarında, basıklık değerlerinin 0.042 ile 1.287 arasında; çarpıklık değerlerinin ise -.119 ile .980 arasında değiştiği belirlenmiştir. Elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde, verilerin normalden sapma göstermediği ifade edilebilir. Çalışmada ölçek puanları hesaplanmış ve puanların normal dağılıma uygunluğunun belirlenmesi için basıklık ve çarpıklık katsayıları incelenmiştir. Ölçeklerden elde edilen basıklık ve çarpıklık değerlerinin +3 ile -3 arasında olması normal dağılım için yeterli görülmektedir (Groeneveld ve Meeden, 1984; Moors, 1986; Hopkins ve Weeks, 1990; De Carlo, 1997). Ölçek puanlarından elde edilen çarpıklık ve basıklık değerleri +3 ile -3 arasında olduğu için normallik sağlanmış olup analizlerde parametrik olan test teknikleri kullanılmıştır.

Ölçme Modelinin Test Edilmesi. Araştırma kapsamında test edilmek üzere geliştirilen modelde örtük değişkenler olarak, Yeme Tutumları, Kendini Eleştiri ve Aile Öngörülemezliği belirlenmiştir. Her bir örtük değişkenin gözlenen değişkeni olarak, ilgili ölçme araçlarından elde edilen ortalama puanlar atanmıştır. Gözlenen değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyon Analizi ile değerlendirilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 1’de verilmiştir.

Hipotez modele ilişkin ölçme modeli test edilmiş, analiz sonucunda modelin veri ile iyi uyum gösterdiği belirlenmiştir. Ölçme modeli test edildiğinde elde edilen uyum iyiliği değerleri, χ^2/Sd (242.49/74) = 3.28, $p = .001$, GFI=.98, CFI = .98, TLI = .98, SRMR = .070, RMSEA=.090 (RMSEA için güven aralığı= .070-.090) şeklinde ve kabul edilebilir düzeydedir. Analiz sonucunda elde edilen standardize edilmiş yol katsayıları ve örtük değişkenler arası ilişkiler Şekil 1’de verilmiştir.



Şekil 1. Ölçme modeli sonuçları, standardize edilmiş yol katsayıları

Not. * $p < .05$. ** $p < .01$, *** $p < .001$

Ölçme modeli sonuçlarına göre, aile öngörülemezliği örtük değişkeni ile yeme tutumu örtük değişkeni arasında orta düzeyde pozitif yönde ($r = .29$, $p < .01$); aile öngörülemezliği örtük değişkeni ile kendini eleştirme örtük değişkeni arasında orta düzeyde pozitif yönde ($r = .43$, $p < .01$) ve kendini eleştirme örtük değişkeni ile yeme tutumu örtük değişkeni arasında orta düzeyde pozitif yönde ($r = .45$, $p < .01$), istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki olduğu belirlenmiştir.

Tablo 1*Ortalama, standart sapma ve korelasyon değerleri*

Variable	M	SS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. OGUN_A	2.01	0.74													
2. PARA_A	1.80	0.75	.55**												
3. ANFIZD_A	2.27	0.92	.39**	.17**											
4. BAFIZD_A	2.98	1.02	.29**	.22**	.53**										
5. ANDIS_A	2.57	1.01	.39**	.23**	.45**	.19**									
6. BADIS_A	2.64	1.03	.37**	.31**	.27**	.44**	.48**								
7. KISIT_YB	1.36	1.55	.19**	.08	.02	-.05	.14*	.08							
8. YMEND_YB	0.89	1.05	.30**	.21**	.11*	.04	.22**	.22**	.67**						
9. BEDSK_YB	1.94	1.59	.19**	.08	.10	.09	.23**	.18**	.63**	.74**					
10. KILO_YB	1.71	1.47	.22**	.08	.08	.07	.18**	.17**	.66**	.75**	.90**				
11. BINGE_YB	1.59	2.56	.15**	.17**	.05	.00	.15**	.15**	.35**	.56**	.40**	.42**			
12. YETB_EL	2.01	0.90	.13*	.10	.07	.10	.29**	.24**	.12*	.30**	.43**	.36**	.11*		
13. RAHB_EL	2.24	0.85	-.16**	-.11	-.23**	-.18**	-.09	-.17**	-.12*	-.28**	-.35**	-.28**	-.13*	-.53**	
14. NEFB_EL	1.09	0.91	.25**	.27**	.17**	.08	.28**	.30**	.15**	.35**	.35**	.28**	.22**	.60**	-.50**

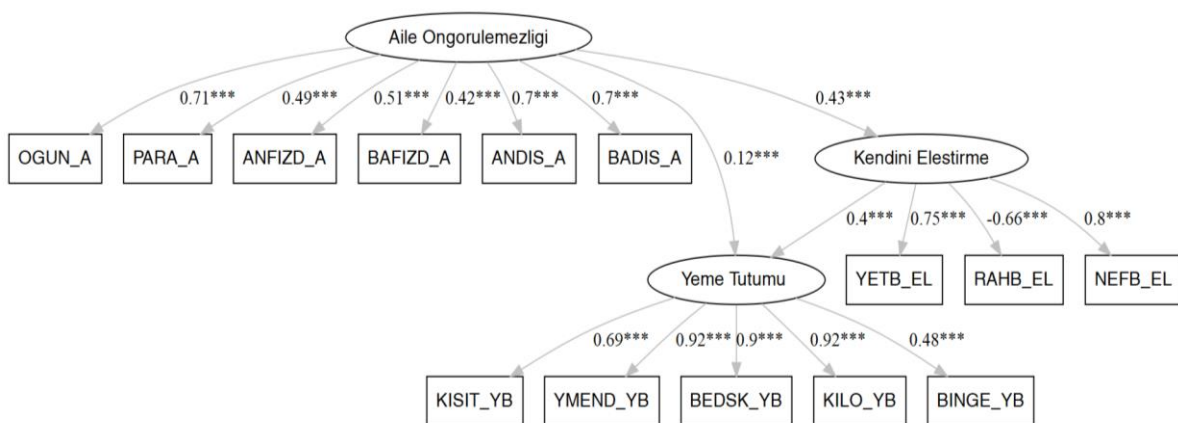
Not. * p < .05. ** p < .01. ** **OGUN_A:** Geçmişe Dönük Aile Öngörülemezliği Ölçeği Öğünler alt boyutu, **PARA_A:** Geçmişe Dönük Aile Öngörülemezliği Ölçeği Finansal Öngörülemezlikler alt boyutu, **ANFIZD_A:** Geçmişe Dönük Aile Öngörülemezliği Ölçeği Anne Fiziksel Duyusal Doyum alt boyutu, **BAFIZD_A:** Geçmişe Dönük Aile Öngörülemezliği Ölçeği Baba Fiziksel Duyusal Doyum alt boyutu, **ANDIS_A:** Geçmişe Dönük Aile Öngörülemezliği Ölçeği Anne Disiplin alt boyutu, **BADIS_A:** Geçmişe Dönük Aile Öngörülemezliği Ölçeği Baba Disiplin alt boyutu, **KISIT_YB:** Yeme Bozukluğu Değerlendirme Ölçeği Kısıtlayıcı Yeme alt boyutu, **YMEND_YB:** Yeme Bozukluğu Değerlendirme Ölçeği Kısıtlayıcı Yeme alt boyutu, **BEDSK_YB:** Yeme Bozukluğu Değerlendirme Ölçeği Beden Şekli Endişesi alt boyutu, **KILO_YB:** Yeme Bozukluğu Değerlendirme Ölçeği Kilo Endişesi alt boyutu, **BINGE_YB:** Yeme Bozukluğu Değerlendirme Ölçeği Tıknırcasına Yeme alt boyutu, **YETB_EL:** Kendini Eleştirinin Formları ve Kendini Rahatlatma Ölçeği Yetersiz Benlik alt boyutu, **RAHB_EL:** Kendini Eleştirinin Formları ve Kendini Rahatlatma Ölçeği Kendine Güven alt boyutu, **NEFB_EL:** Kendini Eleştirinin Formları ve Kendini Rahatlatma Ölçeği Nefret Edilen Benlik alt boyutu.

Model Testi

Yeme Tutumu, Kendini Eleştirme ve Aile Öngörülemezliği örtük değişkenleri arasındaki yordama etkilerinin değerlendirilmesi için ve Aile Öngörülemezliği ile Yeme Tutumu arasındaki ilişkide Kendini Eleştirinin aracılık etkisinin belirlenmesi için Yapısal Eşitlik Modellemesi kapsamında model testi yapılmıştır. Yapısal model test edildiğinde elde edilen uyum iyiliği değerleri, χ^2/Sd (242.49/74) = 3.28, $p = .001$, GFI=.98, CFI = .98, TLI = .98, SRMR = .070, RMSEA=.086 (RMSEA için güven aralığı= .074-.098) şeklinde ve kabul edilebilir düzeydedir. Analiz sonucunda elde edilen standardize edilmiş yol katsayıları ve örtük değişkenler arasındaki yordama etkileri Şekil 2’de verilmiştir.

Model sonuçlarına göre, aile öngörülemezliğinin kendini eleştirmeyi ($\beta = .43$, $p < .01$) ve yeme tutumunun ($\beta = .12$, $p < .01$) pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı, aynı zamanda kendini eleştirinin de yeme tutumunun ($\beta = .40$, $p < .01$) pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Aile öngörülemezliğinin yeme tutumu üzerindeki yordama etkisinin aracı değişkenin olmadığı durumda, ($\beta = .29$, $p < .01$) olduğu belirlenmiştir. Ancak, bu ilişki aracı değişkenin modele eklenmesi ile ($\beta = .12$, $p < .01$) düzeyine düşse de hala istatistiksel olarak anlamlı olmaya devam etmektedir. Sonuç olarak aile öngörülemezliği ile yeme tutumu arasındaki ilişkide kendini eleştirinin kısmi aracılık etkisinin olduğu belirtilebilir.

Ayrıca modele ilişkin Bootstrapping analizi 1000 örneklemlilik model ile gerçekleştirilmiştir. Analiz sonucunda Aile Öngörülemezliği ile Yeme Tutumu arasındaki dolaylı etkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir [.128 - .143]. Sonuç olarak Aile Öngörülemezliği ile Yeme Tutumu arasındaki ilişkide kendini eleştirinin kısmi aracılık etkisinin anlamlı olduğu ifade edilebilir.



Şekil 2. Yapısal model sonuçları, standardize edilmiş yol katsayıları

Not. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Tablo 2

Modelde Yer Alan Örtük ve Gözlenen Değişkenlere İlişkin Standardize Edilmiş Yol Katsayıları, Standardize Edilmemiş Yol Katsayıları, Standart Hata, t Değerleri

Örtük Değişken	Gözlenen Değişken	<i>b</i>	S.H.	<i>T</i>	<i>p</i>	β
Aile Öngörülemezliği	OGUN_A	1.00	0.00			0.71
Aile Öngörülemezliği	PARA_A	0.70	0.09	7.98	0.00	0.49
Aile Öngörülemezliği	ANFIZD_A	0.89	0.10	9.01	0.00	0.51
Aile Öngörülemezliği	BAFIZD_A	0.82	0.09	8.63	0.00	0.42
Aile Öngörülemezliği	ANDIS_A	1.36	0.13	10.27	0.00	0.70
Aile Öngörülemezliği	BADIS_A	1.38	0.13	10.30	0.00	0.70
Yeme Tutumu	KISIT_YB	1.00	0.00			0.69
Yeme Tutumu	YMEND_YB	0.90	0.03	30.55	0.00	0.92
Yeme Tutumu	BEDSK_YB	1.33	0.04	33.21	0.00	0.90
Yeme Tutumu	KILO_YB	1.25	0.04	33.08	0.00	0.92
Yeme Tutumu	BINGE_YB	1.15	0.04	32.68	0.00	0.48
Kendini Eleştirme	YETB_EL	1.00	0.00			0.75
Kendini Eleştirme	RAHB_EL	-0.82	0.07	-11.72	0.00	-0.66
Kendini Eleştirme	NEFB_EL	1.07	0.08	12.84	0.00	0.80

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinde aile öngörülemezliği ile yeme tutumları arasındaki ilişkide kendini eleştirinin aracılık rolü araştırılmıştır. Bu çalışmada aile öngörülemezliğinin ve kendini eleştirinin yeme tutumlarındaki bozulmayı pozitif olarak yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Aynı zamanda aile öngörülemezliğinin kendini eleştirmeyi de pozitif yönde yordadığı belirlenmiştir. Aracılık testi sonucunda, aile öngörülemezliği ile yeme tutumlarındaki bozulma arasındaki ilişkide kendini eleştirmenin kısmi aracılık etkisinin olduğu belirlenmiştir. Çalışmanın tüm değişkenlerini birlikte inceleyen bir başka çalışma olmamakla birlikte literatürde değişkenleri ayrı ayrı inceleyen çalışmalar olduğu görülmüştür.

Aile öngörülemezliği ile ilgili literatür incelendiğinde; yetişilen ailenin bireylerin ihtiyaçlarını karşılama, aile içindeki tutarlılık ve öngörülebilirlik alanlarında yetersiz olmasının çeşitli ruh sağlığı sorunlarını ve psikolojik belirtileri oluşturduğuna dair araştırmalar bulunmaktadır (Asbury vd., 2005; Craddock, 2001; Cummins vd., 1999; Ramos vd., 2005). Aile içerisindeki süreçlerde; aile içi ilişkiler, paylaşımlar, anne ve babanın özellikleri ile çocuğa karşı olan yaklaşımları çocukların geleceğini etkilemektedir. Aşırı koruyucu veya mesafeli ilişkiler kuran, duygusal olarak uzaklığı tercih eden ebeveynlerin çocukları farklı şekillerde yeme davranışlarını geliştirebilmektedir. Bazı ailelerin çocukları ise kendilerini yalnız, reddedilmiş hissederek ailelerinin onları anlayamadıklarını düşünerek fiziksel özellikleri üzerinden kendilerini kanıtlama ve onay almaya çalışabilirler. Yeme davranışları, ebeveyn-çocuk ilişkisinin ve çocuğun duygusal durumunun duyarlı bir göstergesidir (Konstantellou vd., 2022; Toker ve Hocaoğlu, 2009). Ross ve Gill (2002) yaptıkları çalışmada, üniversite öğrencisi kadınlar

örnekleminde, ailedeki tutarsız disipline maruz kalma ile yeme bozukluğu belirtileri arasında ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Aynı çalışmada, tutarsız disiplin ile genel kaygı düzeyi arasında da ilişki olduğu rapor edilmiştir. Bir başka çalışmada da, ebeveynlerin belirsizliğe tahammülsüzlüğü ile onların çocuklarına ne düzeyde anlayışla bakım verdikleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Çalışmada belirsizliğe tahammülsüz ebeveynlerin yeme bozukluğuna daha katı bir şekilde yaklaştıkları, dolayısıyla çocuklarının terapisine destekleyici nitelikte olmayan davranışlar sergiledikleri belirlenmiştir (Konstantellou vd., 2022). Benzer şekilde başka bir çalışmada, aile ilişkilerini çatışmalı ve iletişime kapalı bir şekilde algılamanın yeme bozukluğu belirtilerini tüm aile üyeleri için arttırabileceği belirtilmiştir (Dallos ve Denford, 2008). Sonuç olarak aile içi dinamiklerin, belirsizliğin ve kişiler arası ilişkilerin yeme bozukluğu belirtilerini arttırabileceği ifade edilebilir. Çalışmada elde edilen bulgulara göre aile öngörülemezliğinin üniversite öğrencilerinde yeme tutumlarını pozitif olarak etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde aile öngörülemezliği, ebeveyn tutumları, bağlanma ile yeme tutumları hakkında gerçekleştirilen çalışmalar ile örtüşmektedir. Yeme bozukluğu tanısı olan kişilerin birçoğunun aile öyküleri ele alındığında, sorunlu aile ilişkileri öne çıkmaktadır; bu kişiler ebeveynlerini uzak ve reddedici olarak tanımlamaktadırlar. Ailelerinde yakın ilişkilerin olduğunu; fakat bu ilişkilerin sorunlu olduğunu göstermektedir (Toker ve Hocaoğlu, 2009).Yapılan başka bir çalışma ergen ve erişkin yeme bozukluğu olan hastaların ailelerinin işlevlerinin sağlıklı olduğunu göstermektedir (Ünlü vd., 2006). Kuğu ve arkadaşlarının (2002) yaptığı bir araştırmada yeme bozukluğu olan ergenlerin sağlıklı işlevlere sahip ailelerin çocukları olduğu tespit edilmiştir. Başka bir çalışmada, ergenlerin aile işlevleri puanları ile yeme tutum puanları arasında pozitif yönde ilişki olduğu görülmüştür (Günaydın ve Kumcağız, 2020).

Olumsuz çocukluk yaşantılarının yeme bozukluğu belirtileri ile ilgili birçok tutarlı çalışma sonucu bulunmaktadır. Erken olumsuz çocukluk deneyimlerinin kişilerarası ve kişisel kaynaklarla olumsuz bir şekilde ilişkili olduğu belirtilmiştir (Vartanian vd., 2014). Yeme bozuklukları ile aile ilişkilerindeki bozulma, ters yönlü de olabilmektedir. Kroplewski ve arkadaşları (2019) yaptıkları çalışma sonuçları, yeme bozuklukları riski taşımayan kişilerin aile işlevselliğini daha olumlu değerlendirdiğini ve tüm benlik saygısı boyutlarında daha yüksek değerlere sahip olduğunu göstermektedir. Ayrıca, benlik saygısı boyutları, aile işlevselliği ile yeme bozuklukları arasındaki ilişkide aracı rol oynamaktadır. Benzer şekilde başka bir çalışmada da erken yaşam çevresel belirsizliğinin, özellikle tehdit edici ortamlar ve düşük sosyal destek koşullarında aşırı yeme ile ilişkilendirilebileceğini göstermektedir (Lou vd., 2020). Bu çalışmalar, olumsuz çocukluk yaşantılarının yeme bozukluğu belirtileri üzerinde önemli bir etkisi olduğunu ve bu etkinin kişilerarası ve kişisel kaynaklar aracılığıyla gerçekleştiğini göstermektedir. Aile işlevselliği ve benlik saygısı, yeme bozuklukları riskini belirleyici faktörlerdir. Çevresel belirsizlik ve düşük sosyal destek, özellikle tehdit edici ortamlarda, aşırı yeme ile ilişkilidir. Sonuç olarak,

yeme bozukluklarının önlenmesi ve tedavisinde aile ilişkilerini ve benlik saygısını güçlendirmek kritik öneme sahiptir.

Bu bilgilerin yanında literatürde aile işlevleri ve yeme tutumları arasındaki etkinin pozitif olduğuna dair bilgilerle çelişen araştırmalarda mevcuttur. Siyez ve Uz-Bas (2006)üniversiteli bireylerle, Töker'in (2008) sağlık meslek yüksekokulu öğrencileri ile gerçekleştirdikleri araştırmalarda, yeme bozukluğu ile aile işlevleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Değişkenlerden biri olan kendini eleştiriye ilişkin literatür incelendiğinde Chang (2008), kendine karşı olumsuz eleştirel düşünce, inanç ve atıfların; çeşitli ruh sağlığı sorunlarının gelişiminde ve süreklilik kazanmasında önemli bir etken olduğunu belirtmektedir. Falconer ve arkadaşları (2015) ise yüksek düzeydeki kendini eleştiri sonucunda çeşitli ruh sağlığı sorunlarına zemin hazırlandığını ve bu sorunların tekrar ortaya çıkmasına neden olan en önemli psikolojik süreçlerden biri olduğuna dikkat çekmişlerdir. Yapılan son çalışmalar, kendini eleştiri kavramının alt boyutlarının da (yetersiz benlik ve nefret eden benlik) farklı ruh sağlığı sorunlarına yol açabileceğini göstermektedir.

Bu çalışmanın birtakım sınırlılıkları bulunmaktadır. Araştırmada kullanılan ölçeklerin öz bildirim dayalı olması ve katılımcıların kendini gizleme veya savunma amacıyla soruları yanıtlı ve çarpıtılmış bir şekilde yanıtlamalarına sebep olmuş olabilir. Ölçeklerin geçmişe dönük yaşantılar içerdiğinden verilen cevaplarda yanlılık unsuru olabileceği dikkate alınmalıdır. Gelecekte yapılacak çalışmalarda ölçeklerdeki yanlılığı engellemek ve güvenilirliği arttırmak için ebeveynlerle de paralel sorular sorarak çalışmak yararlı olabilir. Katılımcı grubun yaş grupları ve cinsiyetini de homojen olarak dağıtmak ve daha geniş katılımlı bir çalışma grubu oluşturmanın da faydalı olabileceği düşünülmektedir. Çalışmanın bir diğer sınırlılığı ise herhangi bir tanı ölçütü olmaksızın genel bir örnekleme yürütülmüş olmasıdır. Benzer değişkenler ile klinik tanıli örneklemlerde elde edilecek sonuçlar daha açıklayıcı bulgular elde edilmesine yardımcı olabilir. Çalışmanın sınırlılıklarından birisi de örnekleme cinsiyet dağılımıdır. İlgili alanyazında cinsiyetin yeme tutumundaki bozulmada ve yeme bozukluklarında önemli bir faktör olabileceği birçok çalışmada rapor edilmiştir (Striegel-Moore vd., 2009). Mevcut çalışmada ise, %22 erkek ve %78 kadın katılımcı bulunmaktadır. Dolayısıyla benzer modellerin hem erkek hem de kadın örneklemlerinde karşılaştırmalı olarak test edilmesinin ilgili alanyazına önemli katkı sağlayabileceği ifade edilebilir.

Araştırma bulguları doğrultusunda üniversiteler ve danışmanlık merkezlerinin, öğrencilere yönelik aile öngörülemezliği ve yeme tutumları konularında farkındalık programları düzenleyerek, bireysel ve grup terapileri ile kendini eleştiri düzeylerini anlamlandırmaya, azaltmaya yönelik destek sağlamanın önemi görülmektedir. Ailelere yönelik eğitim programları,

ebeveynlerin çocuklarına karşı daha öngörülebilir ve destekleyici olmalarını hedeflemelidir. Gelecekteki araştırmalar, farklı örneklem gruplarında ve boylamsal olarak tekrarlanarak bulguların genellenebilirliğini artırmalıdır. Üniversitelerde yeme tutumları ve kendini eleştiri konusunda öğrencilere yönelik destek programları geliştirilmeli ve derinlemesine çalışmayı sağlayan psikodinamik yaklaşımlar, bilişsel davranışçı terapi ile mindfulness temelli yaklaşımlar gibi psikolojik müdahaleler yeme tutumlarını olumlu yönde etkilemek için kullanılmalıdır. Eğitim politikaları şekillendirilirken aile öngörülemezliği ve öğrencilerin yeme tutumları dikkate alınarak okullarda ve üniversitelerde ruh sağlığı hizmetlerinin güçlendirilmesi sağlanmalıdır. Toplum sağlığı kampanyaları, aile öngörülemezliği ve yeme bozuklukları konusunda bilinç oluşturmayı hedeflemeli ve erken müdahale fırsatlarını artırmalıdır. Bu öneriler, çalışmanın bulgularını daha işlevsel ve uygulanabilir hale getirecektir.

KAYNAKÇA

- Akdevelioğlu, Y., & Yörüsün, T. Ö. (2019). Üniversite öğrencilerinin yeme tutum ve davranışlarına ilişkin bazı faktörlerin incelenmesi. *Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 19–28.
- Asbury, K., Wachs, T. D., & Plomin, R. (2005). Environmental moderators of genetic influence on verbal and nonverbal abilities in early childhood. *Intelligence*, 33(6), 643–661. <https://doi.org/10.1016/j.intell.2005.03.008>
- Battaloğlu, S. (2022). *Yaygın kaygı bozukluğu belirtileri ile aile öngörülemezliği, duyu düzenleme ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkilerin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Bellur, Z., Alpay, E. H., & Aydın, A. (2021). Reliability and validity of the Turkish version of forms of self-criticizing/attacking and self-reassuring scale (FSCRS) in clinical and non-clinical samples. *Current Psychology*, 1-12. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01408-0>
- Blatt, S. J. (2004). *Experiences of depression: Theoretical, clinical, and research perspectives*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10749-000>
- Chang, E. C. (2008). *Self-criticism and self-enhancement: Theory, research, and clinical implications*. American Psychological Association.
- Cordioli, A. V., Heldt, E., Bochi, D. B., Margis, R., Basso de Sousa, M., Tonello, J. F., Manfro, G. G., & Kapczinski, F. (2003). Cognitive-behavioral group therapy in obsessive-compulsive disorder: A randomized clinical trial. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 72(4), 211–216. <https://doi.org/10.1159/000070785>
- Cox, B. J., MacPherson, P. S., Enns, M. W., & McWilliams, L. A. (2004). Neuroticism and self-criticism associated with posttraumatic stress disorder in a nationally representative sample. *Behaviour Research and Therapy*, 42(1), 105–114. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(03\)00105-0](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(03)00105-0)
- Craddock, A. E. (2001). Family system and family functioning: Circumplex model and FACES IV. *Journal of Family Studies*, 7(1), 29–39. <https://doi.org/10.5172/jfs.7.1.29>
- Cummins, J. R. C., Ireland, M., Resnick, M. D., & Blum, R. W. (1999). Correlates of physical and emotional health among Native American adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 24(1), 38–44. [https://doi.org/10.1016/S1054-139X\(98\)00063-9](https://doi.org/10.1016/S1054-139X(98)00063-9)
- Dallos, R., & Denford, S. (2008). A qualitative exploration of relationship and attachment themes in families with an eating disorder. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 13(2), 305–322. <https://doi.org/10.1177/1359104507088349>
- DeCarlo, L. T. (1997). On the meaning and use of kurtosis. *Psychological Methods*, 2(3), 292.
- Dunkley, D. M., & Grilo, C. M. (2007). Self-criticism, low self-esteem, depressive symptoms, and over-evaluation of shape and weight in binge eating disorder patients. *Behaviour Research and Therapy*, 45(1), 139–149. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2006.01.017>
- Ergüney-Okumuş, F. E., & Sertel-Berk, H. Ö. (2020). Yeme Tutum Testi Kısa Formunun (YTT-26) üniversite örnekleminde Türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi. *Psikoloji Çalışmaları / Studies in Psychology*, 33, 57–78. <https://doi.org/10.26650/SP2019-0039>
- Fairburn, C. G., Cooper, Z., & Shafran, R. (2003). Cognitive behaviour therapy for eating disorders: A “transdiagnostic” theory and treatment. *Behaviour Research and Therapy*, 41(5), 509–528.

- Falconer, C. J., King, J. A., & Brewin, C. R. (2015). Demonstrating mood repair with a situation-based measure of self-compassion and self-criticism. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 88(4), 351–365. <https://doi.org/10.1111/papt.12056>
- Fonseca, H., Ireland, M., & Resnick, M. D. (2002). Familial correlates of extreme weight control behaviors among adolescents. *International Journal of Eating Disorders*, 32(4), 441-448.
- Freud, S. (1993). Yas & melankoli. (Çev: R. Uslu ve O.E. Berksun). *Kriz Dergisi*, 1(2), 98-103.
- Gilbert, P., Clarke, M., Hempel, S., Miles, J. N., & Irons, C. (2004). Criticizing and reassuring oneself: An exploration of forms, styles and reasons in female students. *British Journal of Clinical Psychology*, 43(1), 31-50. <https://doi.org/10.1348/014466504772812959>
- Gilbert, P. (2007). The evolution of shame as a marker for relationship security: A biopsychosocial approach. In J. L. Tracy, R. W. Robins, & J. P. Tangney (Eds.), *The self-conscious emotions: Theory and research* (pp. 283–309). The Guilford Press.
- Gilbert, P., & Irons, C. (2005). Focused therapies and compassionate mind training for shame and self-attacking. In P. Gilbert (Ed.), *Compassion: Conceptualisations, research and use in psychotherapy* (pp. 263–325). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203003459>
- Günaydın, M., & Kumcağız, H. (2020). Investigation of eating behavior in adolescents in terms of family functions. *Journal of Psychiatric Nursing*, 11(3), 212–219. <https://doi.org/10.14744/phd.2020.45762>
- Groeneveld, R. A., & Meeden, G. (1984). Measuring skewness and kurtosis. *Journal of the Royal Statistical Society Series D: The Statistician*, 33(4), 391-399.
- Haudek, C., Rorty, M., & Henker, B. (1999). The role of ethnicity and parental bonding in the eating and weight concerns of Asian-American and Caucasian college women. *International Journal of Eating Disorders*, 25(4), 425–433. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-108X\(199905\)25:4](https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-108X(199905)25:4)
- Holle, C., & Ingram, R. (2008). On the psychological hazards of self-criticism. In *Self-criticism and self-enhancement: Theory, research, and clinical implications* (pp. 55–71). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11624-004>
- Holtom-Viesel, A., & Allan, S. (2014). A systematic review of the literature on family functioning across all eating disorder diagnoses in comparison to control families. *Clinical Psychology Review*, 34(1), 29–43. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2013.10.005>
- Hopkins, K. D., & Weeks, D. L. (1990). Tests for normality and measures of skewness and kurtosis: Their place in research reporting. *Educational and Psychological Measurement*, 50(4), 717-729.
- Horney, K. (1937). *The neurotic personality of our time*. Norton.
- Iancu, I., Bodner, E., & Ben-Zion, I. Z. (2015). Self-esteem, dependency, self-efficacy and self-criticism in social anxiety disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 58, 165–171. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2014.11.018>
- İmamoğlu, A. H., & Bilge, Y. (2021). Borderline kişilik özellikleri çerçevesinde aile öngörülemezliği, benlik belirginliği ve savunma mekanizmalarının incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 37(89), 67–80. <https://doi.org/10.31828/tpd1300443320200911m000040>
- Kadıoğlu, M., & Ergün, A. (2015). Üniversite öğrencilerinin yeme tutumu, öz-etkililik ve etkileyen faktörler. *Clinical and Experimental Health Sciences*, 5(2), 96–104. <https://doi.org/10.5455/musbed.20150309011008>

- Kömürücü, B., & Ertürk, İ. (2019). Family factors in the etiology of eating disorders: A current review. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 3(1), 34-44. <https://doi.org/10.5455/kpd.2602443819112018m000009>
- Konstantellou, A., Sternheim, L., Hale, L., Simic, M., & Eisler, I. (2022). The experience of intolerance of uncertainty for parents of young people with a restrictive eating disorder. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 27(4), 1339-1348. <https://doi.org/10.1007/s40519-021-01256-8>
- Kuğu N, Akyüz G, Doğan O, Erşan E, İzgiç F. (2002). Üniversite öğrencilerinde yeme bozukluklarının yaygınlığı ve yeme bozukluğu olanlarda benlik saygısı, aile işlevleri, çocukluk çağı istismarı ve ihmalinin araştırılması. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi*, 10(3), 255-66.
- Kroplewski, Z., Szcześniak, M., Furmańska, J., & Gójska, A. (2019). Assessment of family functioning and eating disorders – The mediating role of self-esteem. *Frontiers in Psychology*, 10, 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00921>
- Latzer, Y., Lavee, Y., & Gal, S. (2009). Marital and parent-child relationships in families with daughters who have eating disorders. *Journal of Family Issues*, 30(9), 1201-1220. <https://doi.org/10.1177/0192513X09334599>
- Laliberté, M., Boland, F. J., & Leichner, P. (1999). Family climates: Family factors specific to disturbed eating and bulimia nervosa. *Journal of Clinical Psychology*, 55(9), 1021-1040.
- Lou, Y., Niu, G., & Chen, H. (2020). Early life environmental unpredictability and overeating: Based on life history theory. *Acta Psychologica Sinica*, 52(10), 1224-1236. <https://doi.org/10.3724/SP.J.1041.2020.01224>
- McCabe, M. P., Ricciardelli, L. A., Sitaram, G., & Mikhail, K. (2006). Accuracy of body size estimation: Role of biopsychosocial variables. *Body Image*, 3, 163-171.
- Moors, J. J. A. (1986). The meaning of kurtosis: Darlington reexamined. *The American Statistician*, 40(4), 283-284.
- Oğuz, E. G., & Karlıdere, T. (2022). The prevalence and related factors of eating disorders and eating attitudes among Balıkesir university students. *Clinical and Experimental Health Sciences*, 12(3), 636-641. <https://doi.org/10.33808/clinexphealthsci.1002101>
- Oktaç, F., & Uluc, S. (2019). Geçmişe dönük aile öngörülemezliği ölçeğinin Türkçeye uyarlama çalışması. *Social Sciences Studies Journal*, 5(31), 1153-1161. <https://doi.org/10.26449/sssj.1307>
- Polivy, J., & Herman, C. P. (2002). Causes of eating disorders. *Annual Review of Psychology*, 53(1), 187-213. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135103>
- Ramos, M. C., Guerin, D. W., Gottfried, A. W., Bathurst, K., & Oliver, P. H. (2005). Family conflict and children's behavior problems: The moderating role of child temperament. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 12(2), 278-298. https://doi.org/10.1207/s15328007sem1202_6
- Ross, L. T. (2006). *Family unpredictability*. In D. M. Devore (Ed.), *Parent-child relations: New research*. Nova Science Publishers.
- Ross, L. T., & Gill, J. L. (2002). Eating disorders: Relations with inconsistent discipline, anxiety, and drinking among college women. *Psychological Reports*, 91(1), 289-298. <https://doi.org/10.2466/pr0.2002.91.1.289>

- Şanlier, N., Yabancı, N., & Alyakut, Ö. (2008). An evaluation of eating disorders among a group of Turkish university students. *Appetite*, 51(3), 641–645. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2008.05.058>
- Sapmaz-Yurtsever, S. S., & Tekinsav-Sutcu, S. (2018). Algılanan ebeveynlik biçimleri ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların ve duygu düzenleme güçlüğünün aracı rolü. *Turkish Psychological Articles*, 19(37), 19–37.
- Shahar, B., Carlin, E. R., Engle, D. E., Hegde, J., Szepsenwol, O., & Arkowitz, H. (2012). A pilot investigation of emotion-focused two-chair dialogue intervention for self-criticism. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 19(6), 496–507. <https://doi.org/10.1002/cpp.762>
- Shahar, G. (2015). *Erosion*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/med:psych/9780199929368.001.0001>
- Siyez, D. M., & Uz-Bas, A. (2006). Bir grup üniversite öğrencisinin anoreksik yeme tutumları ile aile yapısı arasındaki ilişki. *Yeni Symposium Psikiyatri, Nöroloji ve Davranış Bilimleri Dergisi*, 44(1), 37–43.
- Steiger, H., Puentes-Neuman, G., & Leung, F. Y. K. (1991). Personality and family features of adolescent girls with eating symptoms: Evidence for restrictor/binger differences in a nonclinical population. *Addictive Behaviors*, 16(5), 303–314. [https://doi.org/10.1016/0306-4603\(91\)90023-B](https://doi.org/10.1016/0306-4603(91)90023-B)
- Striegel-Moore, R. H., Rosselli, F., Perrin, N., DeBar, L., Wilson, G. T., May, A., & Kraemer, H. C. (2009). Gender difference in the prevalence of eating disorder symptoms. *International Journal of Eating Disorders*, 42(5), 471–474.
- Telch, C. F., Agras, W. S., & Linehan, M. M. (2001). Dialectical behavior therapy for binge eating disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 69(6), 1061–1065.
- Tetley, A., Moghaddam, N. G., Dawson, D. L., & Rennoldson, M. (2014). Parental bonding and eating disorders: A systematic review. *Eating Behaviors*, 15(1), 49–59. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2013.10.008>
- Toker, D. E., & Hocaoglu, Ç. (2009). Yeme bozuklukları ve aile yapısı: Bir gözden geçirme. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 22(4), 36–42.
- Töker, E. D. (2008). *Karadeniz Teknik Üniversitesi Trabzon Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinde yeme tutumu ve aile yapısı arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Ünlü, G., Aras, Ş., Güvenir, T., Büyükgebiz, B., & Bekem, Ö. (2006). Yeme reddi olan çocukların annelerinde kişilik bozuklukları, depresyon ve anksiyete belirtileri ve aile işlevleri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 15–17.
- Vaillant, L. (1997). *Changing character: Short-term anxiety-regulating psychotherapy for restructuring defenses, affects, and attachment*. Basic Books.
- Vardar, E., & Erzengin, M. (2011). The prevalence of eating disorders (EDs) and comorbid psychiatric disorders in adolescents: A two-stage community-based study. *Turkish Journal of Psychiatry*, 22(4), 1–7.
- Vartanian, L. R., Smyth, J. M., Zawadzki, M. J., Heron, K. E., & Coleman, S. R. M. (2014). Early adversity, personal resources, body dissatisfaction, and disordered eating. *International Journal of Eating Disorders*, 47(6), 620–629. <https://doi.org/10.1002/eat.22313>
- Yıldırım, F. (2016). *Aile öngörülemezliği ve ebeveynleşmenin üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri, öfke tarzları ve obsesif inanışları üzerindeki etkilerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Yucel, B., Polat, A., İkiz, T., Düşgor, B. P., Elif Yavuz, A., & 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. <https://doi.org/10.1002/erv.1104>

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

University years coincide with a transitional period between the late adolescence and the beginning of adulthood. During adolescence and youth, risky behaviors related to nutrition are often observed. Eating disorders predominantly occur before the age of 25, with a high prevalence during university years (Akdevelioglu & Yorusun, 2019). Fairburn et al. (2003) defined eating disorders as significant psychiatric conditions that manifest during adolescence through disruptions in eating habits, body image or weight control behaviors, and related thoughts and eating behaviors. Telch (2001) and Fairburn and Harrison (2003) described eating disorders as a chronic psychiatric condition, often unresponsive to treatment and prone to recurrence, sometimes leading to fatal outcomes (Yurtsever & Sutcu, 2017).

Disturbed eating attitudes can lead to disorders such as anorexia nervosa, bulimia nervosa, binge eating disorder, and night eating syndrome. Key characteristics of eating disorders include perceiving oneself as overweight, excessive eating during emotional turmoil, fear of gaining weight, and a strong desire to lose weight, often linked with body image disturbances (Akdevelioglu & Yorusun, 2019). Kadioğlu & Ergun (2015) noted that eating attitudes during youth and adolescence are influenced by various factors. These include family dynamics (Crowther et al., 2002; Fonseca et al., 2002; Lattimore et al., 2000; Waller et al., 1990; Tozzi et al., 2003), social and cultural norms (Ricciardelli & McCabe, 2003), sexual trauma (Fonseca et al., 2002), and biological and genetic factors (Siyez & Uz Bas, 2009). Viesel & Allan (2014) highlighted parental styles as critical factors in the onset and maintenance of eating disorders.

Family unpredictability, characterized by fewer routine activities, limited emotional sharing, and inconsistent discipline within the family, is another influential factor (Yıldırım, 2016). Battaloglu (2022) described family unpredictability in terms of physiological and emotional satisfaction, parental discipline, financial matters, and meal patterns. Inconsistent emotional and physiological fulfillment, parental disciplinary inconsistencies, irregular financial resources, and uncertainty about meal times and companions contribute to family unpredictability. Research shows that children from unpredictable families exhibit higher emotional and behavioral problems (Yıldırım, 2016).

Self-criticism, another key variable, involves negative attitudes and judgments towards oneself. Gilbert & Irons (2005) defined self-criticism as a relationship where a part of the self is seen as guilty or hateful. Self-criticism is associated with various psychological disorders, including eating disorders (Dunkley & Grilio, 2007), PTSD (Cox et al., 2004), mood disorders (Holle & Ingram, 2008), and social anxiety (Iancu et al., 2015). This study investigates the mediating role of self-criticism in the relationship between family unpredictability and eating attitudes among university students.

Method

This research adopts a relational screening model to examine the mediating role of self-criticism in the relationship between family unpredictability and eating attitudes. The sample consists of 307 university students (240 women, 67 men) from the 2022-2023 academic year, recruited through convenience sampling. Participation was voluntary, and data were collected online between January and February 2023. Data collection tools included Retrospective Family Unpredictability Scale (Uluc & Oktay, 2019), Eating Disorder Examination Questionnaire (Yucel et al., 2011), and Forms of Self-Criticizing/Attacking and Self-Reassuring Scale (Bellur et al., 2021). Data were analyzed using SPSS 26.0, and relationships between variables were examined using Pearson correlation tests. Structural Equation Modeling (SEM) was employed to evaluate mediation effects, using a two-stage approach involving the measurement model and the structural model.

Results

Preliminary analyses indicated normal distribution of the data. The measurement model showed good fit ($\chi^2/df = 3.28$, GFI = .98, CFI = .98, TLI = .98, SRMR = .070, RMSEA = .086). Family unpredictability was positively correlated with both eating disorders ($r = .29$, $p < .01$) and self-criticism ($r = .43$, $p < .01$), and self-criticism was positively correlated with eating disorders ($r = .45$, $p < .01$). The structural model revealed that family unpredictability significantly predicted self-criticism ($\beta = .43$, $p < .01$) and eating disorders ($\beta = .12$, $p < .01$), while self-criticism significantly predicted eating disorders ($\beta = .40$, $p < .01$). The mediating role of self-criticism in the relationship between family unpredictability and eating disorders was partially confirmed ($\beta = .12$, $p < .01$), indicating a reduction in direct effect but maintaining significance.

Discussion & Conclusion

This study demonstrated that family unpredictability positively predicts both self-criticism and eating attitudes among university students. The findings align with previous research indicating that family dynamics and parental behaviors significantly impact the development of eating disorders. Self-criticism partially mediates this relationship, highlighting its role in the psychological processes linking family unpredictability to eating disorders. Future research could benefit from more diverse samples and consider additional variables such as parental perspectives to enhance the reliability of findings.

This study's limitations include the use of self-report measures and potential response biases. Future studies might mitigate these limitations by incorporating parallel questions for parents and expanding the demographic diversity of participants.