



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**OBEZ BİREYLERİN BAĞLANMA STİLLERİ İLE YEME TUTUMLARI
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Feyza AĞAÇ

Danışman: Yrd.Doç.Dr.Bariş ÖNEN ÜNSALVER

İstanbul, 2018



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**OBEZ BİREYLERİN BAĞLANMA STİLLERİ İLE YEME TUTUMLARI
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Feyza AĞAÇ
144102102

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman: Yrd.Doç.Dr.Barış ÖNEN ÜNSALVER

İstanbul, 2018

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Obez Bireylerin Bağlanma Stilleri İle Yeme Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Tarih 21.01.2018

Feyza AĞAÇ

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim süresince değerli bilgi ve deneyimlerini bizlerden eksik etmeyen tüm hocalarıma teşekkür ve saygılarımı sunarım.

Tez danışmanım Barış ÖNEN ÜNSALVER hocama yardımlarını esirgemediği için çok teşekkür ederim.

Eğitimim süresince beni destekleyen, maddi ve manevi her zaman yanımda olan değerli anne ve babama teşekkür ederim.

Eğitimim ve çalışma hayatım boyunca her koşulda beni yüreklendiren, motive eden, yol gösteren, bilgi ve deneyimleriyle beni hiç yalnız bırakmayan Uzm.Dr. Mehdi ÇELİKAY hocama çok teşekkür ederim.

Çalışma sürecim boyunca sabırla ve ilgiyle bana ışık tutmuş, tecrübeleriyle bana yol gösteren ve her anlamda desteğiyle beni yalnız bırakmayan tüm yardımların da bana sevgiyle umut veren Yrd.Doç.Dr.Kemal ASLAN hocama çok teşekkür ederim.

Feyza AĞAÇ

İstanbul-2018

ÖZET

OBEZ BİREYLERİN BAĞLANMA STİLLERİ İLE YEME TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Feyza AĞAÇ

Yüksek Lisans Tezi, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2018

Tez Danışmanı: Yrd.Doç.Dr.Bariş ÖNEN ÜNSALVER

Bu çalışmanın amacı obez bireylerin bağlanma stilleri ile yeme tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Ek olarak, araştırmada bireylerin cinsiyeti ve yaş değişkenlerinin bağlanma stilleri ile yeme tutumları üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Araştırmanın evreni İstanbul içerisinde yaşayan obez bireylerden oluşmaktadır. Aynı zamanda bireylerin demografik özelliklerini öğrenmek adına Kişisel Bilgi Formu ve değişkenleri ölçmek adına da Yakın İlişkiler Yaşantı Ölçeği ve Yeme Tutum Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde Mann Whitney U, Kruskal Wallis H ve Spearman Korelasyon Testleri kullanılmıştır.

Araştırmaya toplamda 100 obezite cerrahisi hasta katılmıştır. Araştırmaya katılan hastaların %57.0'si (n=57) erkeklerden ve %43.0'ü (n=43) kadınlardan oluştuğu ve yaş ortalamasının 30.13 ± 9.20 olduğu görülmüştür. Araştırmada sosyo-demografik özelliklere göre bakıldığında; kadınların yeme tutum ölçeğinden aldıkları puanların erkeklerin yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu ve bireylerin yaşları arttıkça bireylerin yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanlarda artmakta olduğu saptanmıştır. Araştırmada yer alan cinsiyet ve yaş değişkenine göre bireylerin bağlanma stilleri ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı sonuçlar elde edilmemiştir. Ayrıca; bireylerin bağlanma stillerinden kaçınma ve kaygı boyutları ile yeme tutumu ölçeğinden aldığı puanlar arasında da anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür.

Araştırmanın sonunda yer alan tartışma bölümünde bulgulara dayalı olarak araştırmacılara ve alanda çalışan psikolojik danışmanlara yönelik olarak ilkokuldan itibaren öğrenci velilerine abur cubur yiyeceklerin ve hazır fast food yiyeceklerin zararları bu tür beslenmelerin ileriye dönük obeziteye yol açtığı hakkında sık sık bilgilendirici seminerlerin yapılması ve okul çağı çocuklarla ilgili beden kitle endekslerini ölçerek risk grubunda olan öğrencileri tespit edip gerekli önemlerle alınmasına yönelik olarak çalışmalar sürdürülmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Obez, Bağlanma ve Yeme Tutumu

ABSTRACT

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ATTACHMENT STYLES AND EATING ATTITUDES FOR OBESE INDIVIDUALS

Feyza AĞAÇ

Master Thesis, Clinical Psychology, Istanbul, 2018

Supervisor: Yrd.Doç.Dr.Barış ÖNEN ÜNSALVER

This study's aim is to examine the relationship between attachment styles and eating attitudes for obese individuals. Besides, the effects of variables such as individuals' sex and age on attachment styles and eating attitudes are examined. The population of the study is obese individuals who are living in Istanbul. Also, according to identify demographic characteristics of individuals, Personal Information Form, and to evaluate variables, Experiences in Close Relationships and Eating Attitude scales are applied by researcher. Independent Samples T, Anova and Pearson Correlation Tests are used in the analysis of data.

100 bariatric surgery patient are participated to the research. It is seen that participants' 57.0% (n=57) was male, 43.0% (n=43) was female and the age average was 30.13 ± 9.20 . When the socio-demographic characteristics analyzed, it is found out that women have higher scores on eating attitudes scale than men, and as individuals' age increase, their scores on eating attitudes scale increase too. There was no meaningful results for sex and age variables on individuals' scores for attachment styles scale that took a part in the research. In addition, it is seen that there was also no meaningful relationship between individuals' scores on attachment styles scale and eating attitude scale. Besides, it is found out that there is no meaningful relationship between the scores for avoidance of attachment styles, anxiety dimension and eating attitude scales.

In the discussion section, at the end of the research, suggestions for researchers, psychological consultants working on this field had been proposed. It is suggested that informative seminars should be done frequently about fast foods' harms and such nourishments' consequence as obesity, and studies on measuring school-age children's body-mass indexes, determining students in the risk group and taking necessary precautions should be maintained.

Key Words: Obese, Attachment and Eating Attitude

İÇİNDEKİLER

Sayfa No:

YEMİN METNİ.....	I
TEŞEKKÜR.....	II
ÖZET.....	III
ABSTRACT.....	IV
İÇİNDEKİLER.....	V
KISALTMALAR.....	VIII
SİMGELER.....	IX
TABLolar LİSTESİ.....	X
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	XI

BİRİNCİ BÖLÜM GİRİŞ

1.1.ARAŞTIRMANIN AMACI.....	2
1.2.PROBLEM CÜMLESİ.....	3
1.2.1. Alt Problemler.....	3
1.3.ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ.....	3
1.4.SAYILTIAR.....	4
1.5.SINIRLILIKLAR.....	4
1.6. TANIMLAR.....	4

İKİNCİ BÖLÜM KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. BAĞLANMA KURAMI TANIMI.....	5
2.1.1. Bağlanma Kuramının Tarihçesi.....	6
2.1.2. Bağlanma Stilleri.....	7
2.1.2.1. Güvenli Bağlanma.....	8
2.1.2.2. Kaçınan Bağlanma.....	8

2.1.2.3. Bağlanmayı Etkileyen Faktörler	9
2.1.3. Kararsız Bağlanma	10
2.1.4. Bağlanmanın Fonksiyonları ve İlişkili Olduğu Hususlar	11
2.1.5. Bağlanmada Bireysel Farklılıklar	13
2.1.6. Bağlanma Stillerini Araştıran Çalışmalar	14
2.2. YEME TUTUMUNUN TANIMI	15
2.2.1. Yeme Bozukluğu	16
2.2.1.1. Yeme Bozukluğunun Belirti ve Tanı Kriterleri	16
2.2.1.2. Yeme Bozukluğunu Etkileyen Faktörler.....	18
2.2.1.3. Yeme Bozukluğunun Sonuçları	19
2.2.1.4. Yeme Bozukluğunun Epidemiyolojisi.....	20
2.3. YEME TUTUMU VE BAğLANMA STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ.....	22
2.4. YETİŞKİNLİK ÖNCESİ YEME TUTUMU VE BAğLANMA STİLLERİ İLİŞKİSİ	22
2.5. YETİŞKİNLİKTE YEME TUTUMU VE BAğLANMA STİLLERİ İLİŞKİSİ	23
2.6. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	24

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ.....	26
3.2. ARAŞTIRMANIN EVRENİ VE ÖRNEKLEMİ	27
3.3. VERİLERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	28
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	28
3.3.2. Yakın İlişikler Yaşantılar Envanteri	28
3.3.3. Yeme Tutumu Ölçeği.....	29
3.4. VERİLERİN TOPLANMASI	30
3.5. İSTATİSTİKSEL ANALİZLER	30

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM BULGULAR

4.1 Obez Bireylerin Demografik Değişkenlerinin Betimleyici İstatistikleri	32
4.2 Bireylerin Yeme Tutumu ve Bağlanma Stilleri Ölçeklerine İlişkin Betimleyici İstatistikleri.....	33
4.3 Bireylerin Yeme Tutumu ve Bağlanma Stilleri Düzeylerinin Kişisel ve Demografik Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular	33
4.3.1 Bireylerin Yeme Tutumu Ölçeğinden Aldıkları Puanların Bireylerin Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular	34
4.3.2 Bireylerin Bağlanma Stilleri Ölçeğinden Aldıkları Puanların Bireylerin Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular	34
4.3.3 Bireylerin Yaşları İle Bireylerin Yeme Tutumu Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesine İlişkin Bulgular	35
4.3.4 Bireylerin Yaşları İle Bireylerin Bağlanma Stilleri Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesine İlişkin Bulgular	36

4.3.5 Bireylerin Yeme Tutumu Ölçeğinden Aldıkları Puanların Bireylerin Sahip Olduğu Bağlanma Stillere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular	37
4.4. Bireylerin Yeme Tutumu Ölçeğinden Aldıkları Puanlar İle Bireylerin Bağlanma Stilleri Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesine İlişkin Bulgular	38

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA

TARTIŞMA VE YORUM.....	39
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	42
KAYNAKLAR.....	44
EKLER.....	50
Ek-1 KİŞİSEL BİLGİ FORMU	50
Ek-2 YEME TUTUMU ÖLÇEĞİ.....	51
Ek-3 YAKIN İLİŞKİLER YAŞANTILAR ÖLÇEĞİ	53
ÖZGEÇMİŞ.....	56

KISALTMALAR

AN : Anoreksiya Nervoza

BN :Bulimiya Nervoza

DSÖ : Dünya Sağlık Örgütü

KBF : Kişisel Bilgi Formu

SPSS : Statistical Package for Social Sciences

YTÖ : Yeme Tutum Ölçeği



SİMGELER

N	Denk Sayısı
p	Anlamlılık Düzeyi
r	Korelasyon Değeri
SD	Serbestlik Değeri
SO	Sıra Ortalaması
SS	Standart Sapma
ST	Sıra Toplamı
U	Mann Whitney U Değeri
X	Ortalama
X²	Kruskal Wallis H Değeri

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Bağlanma Kuramının Tarihi Gelişim Süreci	6
Tablo 3.2.1: Araştırmaya Katılan Obezite Cerrahisi Hastaların Sosyodemografik Değişkenlere İlişkin Dağılımı (n=100)	27
Tablo 3.3.2.1. Kaçınmalı Bağlanma ve Kaygılı Bağlanma Ölçeklerinin Güvenirlilik Katsayıları.....	29
Tablo 3.3.3.1. Yeme Tutumu Ölçeği Güvenirlilik Katsayıları.....	30
Tablo 4.1: Araştırmaya Katılan Obezite Cerrahisi Hastaların Bağlanma Stillere İlişkin Dağılımı (n=100)	32
Tablo 4.2: Obezite Cerrahisi Hastalarının Yeme Tutumu ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Gruba Göre Dağılımı	33
Tablo 4.3: Obezite Cerrahisi Hastalarının Cinsiyetlerine Göre Grupların Yeme Tutumu Ölçeğinin Puanları Açısından Mann Whitney U Testi İle Karşılaştırılması	34
Tablo 4.4: Obezite Cerrahisi Hastalarının Cinsiyetlerine Göre Grupların Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması	35
Tablo 4.5: Obezite Cerrahisi Hastalarının Yaşları ile Hastaların Yeme Tutumu Ölçeğinden Aldıkları Puanları Arasındaki İlişkiyi Spearman Korelasyon Analizi İle İncelenmesi.....	36
Tablo 4.6: Obezite Cerrahisi Hastalarının Yaşları ile Hastaların Bağlanma Stilleri Ölçeğinden Aldıkları Puanları Arasındaki İlişkiyi Pearson Korelasyon Analizi İle İncelenmesi.....	36
Tablo 4.7: Obezite Cerrahisi Hastalarının Sahip Olduğu Bağlanma Stillere Göre Grupların Yeme Tutumu Ölçeğinin Puanları Açısından Mann Whitney U Testi İle Karşılaştırılması	37
Tablo 4.8: Obezite Cerrahisi Hastalarının Yeme Tutumu Ölçeğinden Aldıkları Puanlar İle Hastaların Bağlanma Stilleri Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkiyi Spearman Korelasyon Analizi İle İncelenmesi.....	38

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Bağlanma ile İlgili Temel Hususlar	12
Şekil 2. Araştırmanın Modeli	26



BÖLÜM I

GİRİŞ

Bireylerin bağlanma stilleri ve yeme alışkanlıkları arasındaki ilişkinin tespit edilmesi, psikolojinin yaşadığı gelişimin bir ürünü olmakla birlikte bireylerin gündelik hayatlarındaki alışkanlıkların etkisini açıklaması bakımından önem ifade etmektedir. Bu çalışmada obez bireylerin bağlanma stillerinin yeme tutumundan ne düzeyde etkilendiği sorusuna yanıt aranacaktır. Obezitenin yirmi birinci yüzyıl gerçekleri arasında yer alması, yapılacak olan çalışmanın önemini oluşturmaktadır.

Literatür taraması şeklinde yapılacak olan çalışma üç bölümden oluşacak şekilde tasarlanmıştır. Çalışmanın birinci bölümünde bağlanma stilleri hakkında temel bilgiler konu başlığı altında inceleme yapılacaktır. Bu kapsamda ilk olarak bağlanma kuramının tanımı yapılacaktır ve bağlanma kuramının tarihçesine yer verilecektir. Güvenli bağlanma, kaçınan bağlanma ve kararsız bağlanmadan oluşan bağlanma stilleri de çalışmanın birinci bölümünde araştırılacaktır. Bağlanmayı etkileyen faktörler, bağlanmanın fonksiyonları ve ilişkili olduğu konular ile bağlanmada bireysel farklılıklar konuları bu kısımda yer alacak konular arasındadır. Bağlanma stillerini araştıran ilgili çalışmaların incelenmesi ile birlikte birinci bölüm sona erecektir.

İkinci bölümde ise yeme tutumları ele alınacaktır. Yeme tutumunun tanımlanmasının ardından yeme bozukluğu ile ilgili kavramsal inceleme yapılacaktır. Çalışmanın temel araştırma konusu olan bağlanma stilleri ve yeme tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi de yine bu bölümde gerçekleşecektir. Yeme tutumu ve bağlanma stilleri ilişkileri yetişkinlik dönemi ve öncesinde ayrı ayrı değerlendirmeye alınacaktır. Böylece bireyin hayatının evrelerine göre kıyaslama yapılması mümkün olacaktır. Yeme tutumları ve bağlanma stillerini araştıran ilgili araştırmalara yer verilmesi ile birlikte ikinci bölümün sonlandırılması planlanmaktadır.

Üçüncü ve son bölümde ise obez bireylerin bağlanma stilleri ile yeme tutumları arasındaki ilişki araştırılacaktır. Anket uygulanması yöntemiyle literatürde elde edilen veriler, somut verilerle desteklenecektir. Bağlanma stilleri ve yeme tutumu ilişkisi kapsamında ulaşılabilecek obez bireylere yöneltilecek sorulara alınacak yanıtlar, çalışmanın

elde edeceği sonuçları doğrudan etkileyecektir. Araştırmada ulaşılabacak olan veriler SPSS programında analiz edilecek ve yorumlanacaktır.

Çalışmada yapılacak olan literatür taraması ve elde edilen araştırma verileri, sonuçlar kısmında değerlendirilecektir. Yine çalışma kapsamında incelenecek ilgili araştırmalar ile bu çalışmanın elde edeceği verilerin kıyaslanması da sonuçlar kısmında gerçekleştirilecektir. Böyle bir çalışma yapılması ile birlikte bağlanma stilleri ve yeme bozukluğu ile ilgili literatüre katkıda bulunulacağı düşünülmektedir.

1.1.Araştırmanın Amacı

Günümüzde insanların tarlada ekin yapma, hayvancılıkla uğraşma gibi kas gücüne dayalı işlerle çalışmak yerine daha çok zihinsel ağırlıklı işlerde çalışıyor olması ayrıca teknolojinin gelişmesiyle birlikte elektrik süpürgesi, bulaşık makinası, çamaşır makinası gibi aletlerin günlük hayatımızda yer almasıyla birlikte bireylerin kas gücünü kullanacağı alanlar büyük ölçüde sınırlanmış olmaktadır. Ayrıca bol kalorili yiyeceklere ulaşımın kolaylaşması ve ucuz olması insanları gereğinden fazla enerji sarf etmeden yaşayabilecek pozisyona getirmiştir. Bu durumda bireyin aldığı enerjileri harcayamamasına ve yağ birikmesine sebep olarak obezite hastalığının gün yüzüne çıkmasını kolaylaştırmaktadır. Obezite hastalığı modern dünyanın hem psikolojik hem de fiziksel görünümü etkileyen bir hastalıktır (Balcıoğlu ve Başer,2008). Obezite hastalığının aynı zamanda psikolojik boyutu da olduğu için hayat boyu sürdürebilir olan bağlanma stilleri ile arasındaki ilişkiyi inceleme gerekliliğini doğurmuştur.

Bu araştırmanın amacı, obez bireylerin bağlanma stilleri ile yeme tutumları arasındaki ilişkiyi belirlemektir. Bu amaç doğrultusunda, bireylerin bağlanma stilleri ile yeme tutumları düzeyleri, cinsiyet ve yaş değişkenleri açısından karşılaştırılacaktır.

1.2. Problem Cümlesi

Obez bireylerin bağlanma stilleri ile bireylerin yeme tutumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.2.1.Alt Problemler

1. Bağlanma stilleri farklı olan (kaygılı-kaçıngan) obez bireylerin yeme tutumları arasında anlamlı bir fark var mıdır?
2. Obez bireylerin cinsiyete göre yeme tutumlarında anlamlı bir fark var mıdır?
3. Obez bireylerin cinsiyete göre bağlanma stillerinde anlamlı bir fark var mıdır?
4. Obez bireylerin yaş gruplarına göre yeme tutumlarında anlamlı bir fark var mıdır?
5. Obez bireylerin yaş gruplarına göre bağlanma stillerinde anlamlı bir fark var mıdır?

1.3.Araştırmanın Önemi

Literatürdeki araştırmalara bakıldığında obez bireyler üzerinde yapılmış çeşitli çalışmalar bulunmaktadır. Yalnız yapılan araştırmalar çoğunlukla tek bir değişkenle sınırlı kalmıştır. Ayrıca literatürde yeme tutumları ile bağlanma stillerini inceleyen çalışma varken obez bireylerin bağlanma stillerini inceleyen araştırma sınırlı sayıda olduğu ve ameliyatlı obezlerle ilgili bir çalışmanın bulunmadığı görülmüştür. Bu araştırma ameliyatlı obez bireylerin bağlanma stillerini ve yeme tutumlarını çeşitli değişkenler açısından incelemektedir. Bu açıdan literatür için önem arz etmektedir.

1.4. Sayılılar (varsayımlar)

1. Araştırmanın örnekleminin evreni temsil ettiği,
2. Araştırmaya gönüllü katılan obez bireylerin, Yakın İlişkiler Yaşantılar ve Yeme Tutumları Ölçeklerinde yer alan sorulara içten ve doğru yanıt verdikleri,
3. Araştırmada kullanılan Yakın İlişkiler Yaşantılar ve Yeme Tutumları Ölçeklerinde geçerlilik ve güvenilirliklerinin oldukları varsayılmıştır.

1.5.Sınırlılıklar

1. Araştırmadan elde edilen bulgular, obez bireylerin veri toplama araçları kapsamındaki kullanılan “kişisel bilgi formu”, “Yakın İlişkiler Yaşantılar Ölçeği”, “Yeme Tutumu Ölçeği”nde yer alan sorulara verdikleri cevaplar ile sınırlıdır.
2. Araştırma sonuçları, yalnızca araştırmanın örnekleminde yer alan 100 obez birey için genellenebilir olması, araştırmanın sınırlılıklarını oluşturmaktadır.

1.6. Tanımlar

Obez: Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)’nün tanımına göre; bedendeki yağ miktarının insan sağlığını tehdit edecek seviyede yükselmesi olarak görülüp ve aynı zamanda bulaşıcı bir hastalık olmayıp salgın hastalık olarak görülmektedir (WHO,2000).

Bağlanma: Bağlanma kavramı kişi için anne veya bakım verenin kişinin ihtiyaçlarını tatmin edici şekilde karşılıyor olması ve desteklemesi sonucu anne veya bakım veren kişinin kişi ile arasında oluşan duygusal bağıdır (Ainsworth,1989).

Yeme tutumu: “Yeme bozukluğu olan hastaların yemek yeme ile ilgili davranış ve tutumlarını; normal bireylerde var olan yeme davranışlarındaki olası bozuklukların belirtileri” şeklinde tanımlanmaktadır (Vardar ve Erzengin, 2011: 207).

BÖLÜM II

LİTERATÜR TARAMASI

Bu bölümde bağlanma stilleri ve yeme tutumlarına ilişkin genel bilgilere yer verilecektir.

2.1. Bağlanma Kuramı Tanımı

Psikolojideki önemli kavramlardan bir tanesi olan bağlanma, bireyi hayatına yön veren kavramlardan bir tanesi olarak görünmektedir. “Bağlanma, birinin yanımızda olmasını isteme ve o kişi yanımızda olduğunda kendimizi güvende hissetme” olarak açıklanmaktadır (Özer ve Cihan Güngör, 2012: 12). Yapılan bu tanımda yer alan ifadeler, bağlanmanın insan hayatı içerisinde neden önemli olduğu ve nasıl yönlendirici etkiler üstlendiği sorularına yanıt niteliği taşımaktadır.

Bağlanma kuramı içerisinde yer alan hususlara yer verilmek suretiyle bağlanma kuramı açıklanacak olursa; insanların stresle baş etme, ilişkilerde tatmin olma ve duyguları düzenleme gibi hususların bir araya gelmesi, bağlanmayı oluşturmaktadır (Özgür, 2011: 98). Nitekim bağlanma kuramının odaklandığı konular arasında ifade edilen hususların yer alması, bu ifadeleri destekler niteliktedir.

Teknolojide ve bilimde yaşanan gelişmeler psikolojide de gözlenmiş, bu kapsamda bağlanma kuramının sahip olduğu kapsam da günden güne genişlemiştir. Önceleri bebeklik ve çocukluk dönemini ele alan bağlanma kuramı, yetişkinlik dönemini de inceler olmuştur. Yine bireyin sosyal ve romantik ilişkilerinin de bağlanma kuramıyla açıklanması, bağlanma kuramının genişleyen içeriğini göstermektedir. Psikolojinin çeşitli alanlarının ilgisini çeken bu kuram klinik psikolojide ise psikopatolojilerin açıklanmasına fayda sağlamaktadır (Çalışır, 2009: 241). Burada ifade edilen gelişim hususu, bir sonraki kısımda daha ayrıntılı açıklanacaktır.

İnsanların çevresindeki diğer insanlarla kurduğu ilişki kurma örüntüsü, bağlanma kuramı ile açıklanmaktadır. Bağlanma kuramını açıklayan araştırmacıların üzerinde anlaştıkları konular arasında bağlanmanın süt çocukluğu ile birlikte başlayarak

yaşam boyunca devam ettiğidir (Sabuncuoğlu ve Berkem, 2006: 253). Başka bir deyişle bireylerde bağlanma süreklilik gösteren bir yapıdadır. Nitekim bu husus, bağlanma kuramı açısından son derece önemlidir.

Özetlemek gerekirse bağlanma kuramı, klinik psikoloji için faydalar içeren ve psikolojide hızlı bir gelişim göstermiş bir kuramı ifade etmektedir. Bu kısımda verilen bilgiler, bağlanma kuramının süreklilik içeren bir yapıda olduğunu ortaya koyması bakımından önemlidir. Yine bireyin kendisini güvende hissetmesi ile bağlanma kuramı arasında doğrudan ilişki olduğu bu kısımdaki araştırmanın sonuçları arasında yer almaktadır. Tüm bu faktörler eşliğinde bağlanmanın bireyin ilişki kurma biçimini yansıttığı anlaşılmıştır.

2.1.1. Bağlanma Kuramının Tarihçesi

Bağlanma kuramının tarihçesi kapsamında akla gelen ilk isim John Bowlby'dir. Bağlanma kuramının gelişiminde öncü olan Bowlby'nin yanı sıra Mary Ainsworth de kuramın tarihi gelişim sürecindeki etkili kişilerden birisidir. Bu kısımda bağlanma kuramının tarihçesi açıklanırken bu araştırmacıların faaliyetleri açıklanarak ilerleme kaydedilecektir. Böylece sürece katkıda bulunan araştırmacıların yaptıkları çalışmalarla ilgili bilgi sahibi olunacağı düşünülmektedir.

Tablo 1. Bağlanma Kuramının Tarihi Gelişim Süreci

Araştırmacı / Gelişme	Bağlanma Kuramıyla İlgili Yaşanan Gelişme
Bowlby (1944)	Annenin olmamasının çocukta fiziksel ve ruhsal hastalık olasılığını artırdığını ortaya koymuştur.
1950	Dünya Sağlık Örgütü, bağlanmayla ilgili çalışmaları sebebiyle Bowlby'yi görüşmeye davet etmiş, bağlanma kuramının tarihi gelişim süreci başlamıştır.

Bowlby	Bireyin yakın ilişkiler kurma özelliğinin bebeklik döneminden başladığını belirtmiştir.
Bowlby (1958)	Konu ile ilgili araştırmaların sahibi olan Bowlby tarafından ilk kez bağlanma terimi kullanılmıştır.
Bowlby	Bebeklik dönemindeki emme, ağlama, gülümseme gibi davranışların gelecekteki sosyal ilişkilerin temelini oluşturduğunu söylemiştir.
Ainsworth	Bowlby'nin araştırmalarına ilgi duymuş ve onun görüşlerini deneme yoluyla test etmek suretiyle kuramın yaşadığı gelişime önemli ölçüde katkı sağlamıştır.
Ainsworth	Bağlanma kuramını incelerken sınıflandırma yapılması gerektiğini ifade etmiş, bağlanma kuramıyla ilgili bugün de kabul gören güvenli bağlanma, kaygılı/kararsız bağlanma ve kaygılı/kaçınmacı bağlanma stillerini ortaya koymuştur.

Kaynak: Alan, 2011: 4-5.

Tablo 1'de yer alan verilerden de anlaşılacağı üzere bağlanma kuramının ortaya çıkması ve gelişiminde Bowlby ve araştırmaları ön plana çıkarken, Ainsworth de Bowlby'nin araştırmalarını inceleyip geliştirmek suretiyle bağlanma kuramının gelişimine önemli düzeyde katkı sağlamıştır. Psikolojide yaşanan gelişmelerin bilimsel gelişmelere paralel olarak hız kazanması ile birlikte bağlanma kuramının tarihi gelişimi de farklı bir döneme girmiş ve hızlanmıştır.

2.1.2. Bağlanma Stilleri

Çalışmanın bu kısmında bağlanma stilleri konusu incelenecek olup bağlanma stilleri ile ilgili kabul gören üç temel bağlanma stili açıklanacaktır. Bağlanma stilleri; güvenli bağlanma, kaçınan bağlanma, kararsız -kaygılı- bağlanma olmak üzere üçe ayrılmaktadır (Terzi ve Cihangir Çankaya, 2009: 1). Buna göre güvenli bağlanma, kaçınan bağlanma ve kararsız bağlanma konuları farklı başlıklar altında incelemeye alınacaktır. Bağlanma kuramının anlaşılmasında bu kısımdaki verilerin açıklayıcı roller üstlenmesi beklenmektedir.

2.1.2.1. Güvenli Bağlanma

Güvenli bağlanma ile birlikte açıklanmak istenen bireyin hayatında geliştirdiği ilişkiler ve kişinin benliğine ilişkin olumlu beklentilerdir (Erdem ve Kabasakal, 2015: 82). Buna göre birey güvenli bağlanma aracılığıyla kendisini güvende hissedecektir. Bağlanma stillerinden güvenli bağlanmanın bireyin hayatına yönelik etkileri, pozitif bir şekilde ortaya çıkmaktadır.

Bağlanma stillerinden güvenli bağlanmada bağlanma modeli olarak seçilen kişi, stresten kaçınacak bir durak ya da güven yansıtacak bir birey olarak nitelendirilmektedir (Sümer ve Anafarta Şendağ, 2009: 87). Bu nedendir ki güvenli bağlanma kapsamında ihtiyaçlara verilen yanıtlar son derece önemlidir. Öncelikle aile-çocuk ilişkilerinde kendisini gösteren güvenli bağlanma, bireyin hayatının her evresindeki ilişkileri içerisinde etkisini hissettirmektedir.

Kısacası güvenli bağlanmada, bireyin çocukluk döneminden başlayarak kurduğu ilişkilerde güven arayışı söz konusudur. Sürece bu arayışın yön verdiği güvenli bağlanma stili ile değinilen hususlar, sosyal ilişkiler ve uyumun güvenli bağlanma kapsamında son derece önemli olduğunu göstermektedir.

2.1.2.2. Kaçınan Bağlanma

Bağlanma stilleri, çocukluk döneminde güvenlik hissinin yanı sıra keşif davranışlarını etkileyen ve geliştiren bir yapıdadır (Kaplan ve Aksel, 2013: 23). Bu noktada kaçınan bağlanma stilinin yakın ilişkilerden kaçınmayı işaret ettiği değerlendirilmesi yapılabilir. Güvenli bağlanma stilinin tam tersi olarak kaçınan bağlanmada tek başına iş görme unsurunun ön planda olduğu görülmektedir.

Kaçınan bağlanma ile birlikte kurulan ilişkilerde samimiyetten kaçınma, yakın ilişkilerden uzak durma gibi unsurların yanı sıra bireyin kendisine duyduğu güvenin varlığı ön plana çıkmaktadır (Kırimer, Akça ve Sümer, 2014: 46). Kaçınan bağlanmanın güvenli bağlanmanın tam tersi niteliklere sahip olduğunu işaret eden bu veriler, aynı zamanda bebeklik döneminden itibaren gözlenen gelişimi göstermesi bakımından

önemlidir. Hayata uyum açısından değerlendirme yapılacak olduğunda ise kaçınan bağlanmanın varlığı halinde uyum düzeyinin düşük olması beklenmektedir. Bireyin yakın ilişkilerden kaçınma ve tek başına iş görme isteğinin varlığı sebebiyle bu husus son derece olağan karşılanmaktadır.

2.1.2.3. Kararsız Bağlanma

Kararsız bağlanma, kaygılı bağlanma olarak da literatürde yer almakla birlikte bireylerin kurduğu ilişkilerden kaygı duymaları ve başkalarından uzak durmayı tercih etmelerini ifade etmektedir (Özer ve Cihan Güngör, 2012: 14). Yaşanan kararsızlıklar ve kaygının odak noktasında yer aldığı bu bağlanma stilinde bireyin kuracağı ilişkilerde yaklaşımı kendisini korumak üzerine olmaktadır.

Güvenli bağlanma ve kaçınan bağlanma ile kıyaslandığında kararsız bağlanmanın benzer ve farklı niteliklerinden söz edilmesi mümkündür. Diğer bağlanma stilleri ile ilgili verilen bilgiler göz önüne alındığında, kararsız bağlanmanın güvenli bağlanmaya oranla kaçınan bağlanmaya daha yakın bir mesafede olduğu anlaşılmaktadır. Bireyin kaygılarının güvene olan etkisi, bu çıkarımın yapılmasını mümkün kılan temel faktör olarak görünmektedir. Bu noktada kaygılı bireylerin kendine güveni düşük ve reddedilmek istemeyen bireyler olmaları, psikolojik açıdan önemli bir ayrıntıdır (Çalışır, 2009: 243).

Bağlanma stillerine ilişkin genel bir değerlendirme yapılacak olursa, güven faktörü etrafında etkisini gösteren stillerden söz edilmesinin mümkün olduğu anlaşılmaktadır. Nitekim bağlanmada güvenli ve güvensiz bağlanma şeklinde sınıflandırma yapıldığında kaçınan bağlanma ile kararsız bağlanmanın güvensiz bağlanma içerisinde yer alması söz konusudur. Bağlanma stillerinin sahip olduğu içeriğin açıklanmasında ve anlaşılmasında en temel belirleyicini güven olduğu, bu kısımda verilen bilgiler aracılığıyla anlaşılmıştır.

2.1.3. Bağlanmayı Etkileyen Faktörler

Bağlanmayı etkileyen faktörlerin bireyden bireye değişkenlik göstereceği bilinmekle belirli faktörlerin bağlanma üzerindeki etkisinin varlığı üzerinde anlaşılan bir konu olarak görünmektedir. Bunların başında güven gelmektedir ve bir önceki kısımda açıklanan bağlanma stillerinde güvenin ne denli önemli etkilere sahip olduğu açıklanmıştır. Ayrıca ebeveyn çocuk ilişkisi, bağlanmayı etkileyen faktörler arasında ilk sıralarda yer almakta olup bağlanmanın yanında ebeveynlik davranışlarını da etkilemektedir (Yılmaz, 2013: 28).

Psikolojide bağlanmayı etkileyen faktörler incelenirken kolaylaştırıcı ve zorlaştırıcı faktörler şeklinde sınıflandırma yapılması, konunun anlaşılmasına katkıda bulunacaktır. Kolaylaştırıcı ve zorlaştırıcı faktörleri içerecek şekilde bağlanmayı etkileyen faktörler aşağıda sıralandığı gibidir (Alan, 2011: 15-16):

- i. Annenin bağlanma konusunda yeterli deneyim ve farkındalık sahibi olması,
- ii. Fiziksel ve psikolojik açıdan yeterlilik,
- iii. Çevrenin olumlu yansımaları barındırması,
- iv. Yakın çevreden sosyal destek görülmesi ve algılanması,
- v. Gebelik ve bebeğin kabul edilmesi kolaylaştırıcı faktörler olarak sıralanmakta iken;
- vi. Gebelikten itibaren bebeğin istenmemesi,
- vii. Çevreden destek görülmemesi ya da çevrenin zarar vermesi,
- viii. Fiziksel kusurların bulunması gibi faktörler de bağlanmayı zorlaştırıcı faktörler olarak görünmektedir.

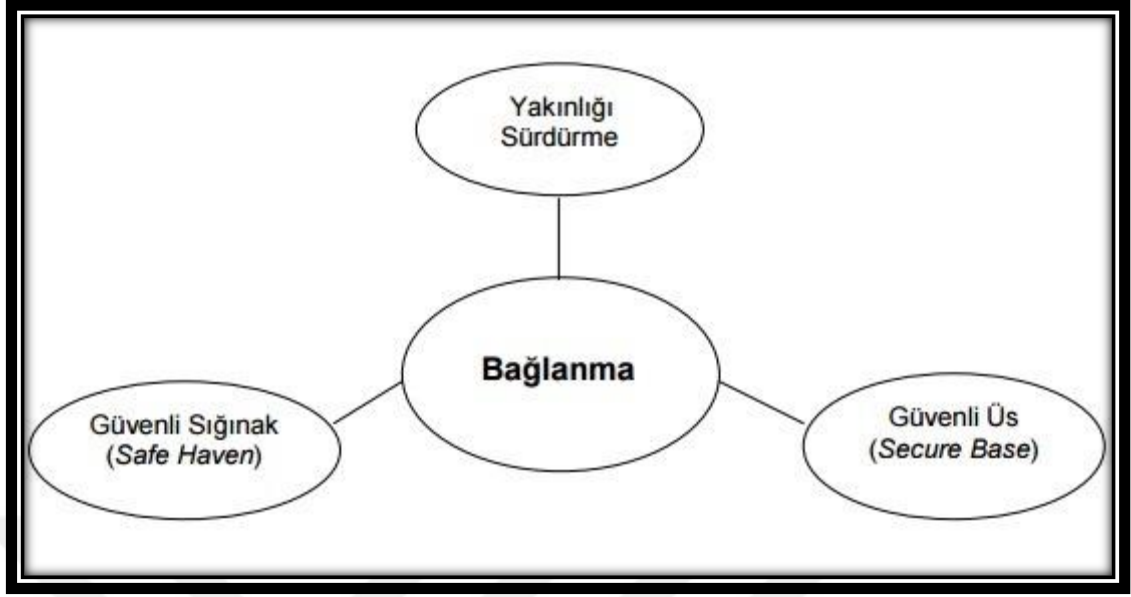
Yukarıda sıralanan faktörlerden de anlaşılacağı üzere bağlanmayı etkileyen faktörlerin yapısı oldukça geniştir ve çalışmanın daha önceki kısımlarında ifade edildiği üzere gebelikten itibaren etkisini göstermektedir. Çevresel faktörlerin ve çevrenin yaklaşımının bağlanma kapsamında ne denli etkili olduğu da yine yukarıda sıralanan faktörler aracılığıyla anlaşılmaktadır.

Bağlanmayı etkileyen faktörler, gebelik döneminden itibaren başlamakta, özellikle birey-ebeveyn ilişkilerinde etkisini göstermektedir. Yine bireyin gelişimine paralel olarak çevrenin bireye ve ebeveyne karşı olan etkileri, bağlanmayı etkileyen faktörler arasında önemlidir. Bu kısımda yer verilen faktörlere ek olarak bireyin stresle başa çıkma tarzı ve becerisi, bağlanmada etkisi olan bir unsur olarak tespit edilmiştir (Yılmaz ve Beji, 2010: 100).

2.1.4. Bağlanmanın Fonksiyonları ve İlişkili Olduğu Hususlar

Bağlanma kuramını geliştiren Bowlby'ye göre bağlanmanın fonksiyonlarının yetersiz kalması halinde çocukluktan itibaren özbenlik problemleri oluşabilecektir. Bu noktada insan hayatı için bağlanmanın üç temel fonksiyonundan söz edilmektedir. Bunlar; dünyayı keşfederken geri dönülebilecek bir sığınağa sahip olma, fiziksel ihtiyaçlara yanıt verme ve hayata dair güvenlik hissi geliştirme şansı şeklinde sıralanmaktadır (Tüzün ve Sayar, 2006: 27). İfade edilen hususlardan anlaşılacağı üzere bağlanmanın insan hayatı için yaşama şansının üstünde fonksiyonları barındırması söz konusudur.

Sahip olduğu temel fonksiyonların açıklanmasının ardından bağlanmanın ilişkili olduğu temel unsurlara yer verilmesi gerekmektedir. Esasında çalışmanın bu kısmına kadar değinilen hususlar bağlanmanın ilişkili olduğu temel unsurlara dair fikir verecek nitelikte olsa da aşağıdaki gibi şekil üzerinde gösterilmesi tercih edilmiştir.



Şekil 1. Bağlanma ile İlgili Temel Hususlar

Kaynak: Özer, 2011: 6.

Şekil 1’de yer alan unsurlar bağlanmanın temel işlevlerini ve bağlanmayı açıklamada yardımcı rol üstlenmektedir. Bireyin güvendiği sığınak unsurunun ön plana çıktığı bağlanma kuramında ayrıca kurulan ilişkilerde yakınlık ve süreklilik unsurunun etkili olduğu yine şekil 1’de görülmektedir.

Bağlanma ile ilgili olan hususlar şekil 1’deki unsurlarla sınırlandırılmayacak kadar geniş kapsama sahiptir. Bunlardan her birisine değinmek bu çalışmanın kapsamını aşacak olsa da ön plana çıkan bazı hususlara yer verilmesi mümkündür. Bağlanma ile ilgili hususlar; sosyal ilişkiler, sosyal-duygusal yeterlilikler, kimlik gelişimi, risk alma davranışı, çevredeki aktörler şeklinde sıralanmaktadır (Morsünbül ve Çok, 2011: 558). Tüm bunlar bağlanmanın sahip olduğu kapsamı açıklamada yardımcı olması sebebiyle önem ifade etmektedir.

Özetlemek gerekirse, bağlanmanın işlevleri ve ilişkili olduğu hususlar, bağlanma kuramının anlaşılmasına katkıda bulunacak nitelikte olup bireyin gelişiminde önemli roller üstlenmektedir. Bağlanma ile ilgili yapılan araştırmalar bağlanmanın bireyin hayatının farklı evrelerinde farklı düzeylerde işlevleri olduğunu, özellikle yetişkinlikte

romantik ilişkilerine bu işlevlerin etkisinin görüldüğünü ortaya koymaktadır (Boyacıoğlu ve Sümer, 2011: 106). Nitekim bu kısımda yer verilen ifadeler de bağlanmanın bireyin bebeklikten itibaren çocukluk, ergenlik ve yetişkinlikte etkisinin olduğunu destekler nitelikte görünmektedir.

2.1.5.Bağlanmada Bireysel Farklılıklar

Bağlanmada bireysel farklılıklar konusu bireylerin sürdürmekte olduğu yaşamın farklı olması ve bunun sonucunda ortaya çıkan farklı beklentilerin bir ürünü olarak görünmektedir (Bahadır, 2006: 11). Bağlanma kuramı içeriğinde bireysel farklılıklar konusunun gündeme gelmesi ile birlikte bağlanma kavramının sahip olduğu kapsam da giderek genişlemeye başlamıştır. Bağlanmada bireysel farklılıkların varlığı, birçok önemli süreçte etkisini hissettirmesi sebebiyle göz ardı edilmesi mümkün olmayan bir konu olarak değerlendirilmektedir.

Çocuk ile ebeveynler arasındaki ilişkiler, bağlanmada bireysel farklılıkların ortaya çıkmasındaki temel etkenler arasında yer almaktadır ve bu husus mizacın etkilerinin araştırılmasını gerekli kılmıştır. Bağlanma ve bireysel farklılıklar kapsamında mizaç bebekliğin ilk dönemlerinden başlayarak devam eden duygu, davranış ve dikkat süreçlerindeki bireysel farklılıkları yansıtır (Yağmurlu ve Kodalak, 2016: 2). Mizacın bu yönde etkisi çevresel değişkenlere göre farklılık göstermekle birlikte biyolojik faktörlerin içeriği daha geniştir.

“Bağlanma biçimine özgü bireysel farklılıklara bağlı olarak kişilerin farklı duygu düzenleme stratejileri uyguladıkları da ortaya konulmuştur” (Atak ve Taştan, 2012: 525). Bağlanmada bireysel farklılıklarla ilgili bu ifadeler aynı zamanda bireysel farklılıkların bu araştırmada neden yer aldığı sorusuna yanıt niteliği taşımaktadır. Nitekim bağlanmada bireysel farklılıklar konusu, bağlanma stilleri ile dolaylı da olsa ilişkili bir yapıya sahiptir ve bu nedenle varlığı neredeyse kaçınılmazdır denilebilir.

İlişkili olduğu kavramlara yer verilmesi, bağlanmada bireysel farklılıkların anlaşılmasına katkıda bulunacaktır. Bağlanmada bireysel farklılıklar; çatışmayı değerlendirme ve çözme, kaygı, kaçınma, depresyon, olumsuz duygu durumu

düzenleme beklentisi şeklinde sıralanmaktadır (Özer, 2011: 52). Sıralanan bu unsurlar aynı zamanda bireysel farklılıkların davranışlar üzerindeki farklı yansımaları şeklinde değerlendirilebilir.

2.1.6. Bağlanma Stillerini Araştıran Çalışmalar

Bu kısımda bağlanma stillerini araştıran belirli çalışmalara ve bu çalışmaların elde ettikleri temel sonuçlara yer verilecektir. Böylece bağlanma stilleri konusunda yapılan araştırmaların elde ettikleri sonuçların karşılaştırılması ve konuyla ilgili farklı perspektifler geliştirilmesi beklenmektedir.

Curun ve Çapkın (2014), bağlanma stili ile romantik kıskançlık, benlik saygısı, kişilik özellikleri, evlilik doyumu değişkenleri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırmacıların elde ettikleri sonuçlar bağlanma stiline dört değişken -romantik kıskançlık, benlik saygısı, kişilik özellikleri, evlilik doyumu- ile de ilişki içerisinde olduğu sonucunu ortaya koymuştur (Curun ve Çapkın, 2014: 19).

Kaplan ve Aksel (2013) “ergenlerde bağlanma ve saldırganlık davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi” isimli makalede bağlanma stillerinin ergen bireyler özelindeki varlığını araştırmıştır. 1424 katılımcı ergen ile yapılan araştırmada ergenlerin güvenli ve güvensiz bağlanma stillerinin saldırganlık düzeyini değiştirdiği sonucu elde edilmiştir (Kaplan ve Aksel, 2013: 20).

İlhan ve Özdemir (2012) ise bağlanma stilini yetişkin bireyler üzerinde ele almışlardır. Araştırmacıların 406 katılımcı ile gerçekleştirdikleri anket uygulaması sonrasında elde ettikleri veriler bağlanma stillerinin yaş ve cinsiyet ile bir araya gelerek kimlik arayışı ve kimlik statüsü kazanımında olumlu şekilde etkisi olduğu sonucu elde edilmiştir (İlhan ve Özdemir, 2012: 227). Başka bir deyişle elde edilen sonuçlar kimlik arayışı ve kimlik kazanımının bağlanma stilleri ile doğru orantılı bir şekilde ilişki içinde olduğu anlaşılmıştır.

Locke (2008), bağlanma stillerini araştırırken 836 katılımcının yer aldığı bir çalışma yapmıştır. Araştırma ile birlikte elde edilen sonuçlar bağlanma stillerinin

kişilerarası ilişkiler ve çiftlerin etkileşimden kaçınma hedefleri ile etkileşim halinde olduğu sonucunu ortaya koymuştur (Locke, 2008: 359).

Bağlanma stilleri ile ilgili çalışmalar başlığı altında değinilen çalışmaların her birisinin farklı bir araştırma konusu ve farklı bir içeriği olduğu görülmüştür. Bunun yanında bireylerin yaşamlarının farklı dönemlerinde bağlanma stillerinin farklı şekilde etkileri söz konusu olduğu için yapılan çalışmalarda yaş, medeni durum gibi değişkenlere göre araştırma yapıldığı dikkat çekmektedir.

2.2. Yeme Tutumunun Tanımı

Yeme tutumu kavramı, “yeme bozukluğu olan hastaların yemek yeme ile ilgili davranış ve tutumlarını; normal bireylerde var olan yeme davranışlarındaki olası bozuklukların belirtileri” şeklinde tanımlanmaktadır (Vardar ve Erzengin, 2011: 207). Özellikle günümüz koşullarında yeme tutumu ile ilgili rahatsızlıkların artması ve obezitenin her geçen gün yaygınlaşması, yeme tutumu kavramının önemini artıran bir faktör olarak görünmektedir.

Bireylerin yeme tutumları, yeme bozukluklarının ve beden algılarının bozulması ile ilgilidir (Ünalın vd., 2009: 76). Bunun yanı sıra yeme tutumunun tedavi edilmesi gereken bazı rahatsızlıkları beraberinde getiriyor olması, kapsamını oldukça genişletmektedir denilebilir. Yeme tutumunun içeriğine yönelik yapılan değerlendirmeler, kavramın içeriğinin fiziksel ve psikolojik olmak üzere iki boyut etrafında şekillendiğini işaret etmektedir.

İlgili literatür incelendiğinde yeme tutumları konusunun daha çok yeme bozuklukları özelinde araştırıldığı görülecektir. Bu nedenle bu çalışmada da benzer şekilde ilerleme yapılacaktır. Yeme tutumu ile ilgili kısmın yüzeysel bir şekilde değerlendirmeye alınmasının nedeni budur.

2.2.1. Yeme Bozukluğu

“Yeme bozuklukları tıbbi, sosyal ve psikolojik sorunlara yol açan, yaşam kalitesini olumsuz etkileyen yeme davranışı bozukluklarıdır” (Güleç Öyekçin ve Şahin, 2011: 29). Bu yalın tanımdan da anlaşılacağı üzere yeme bozuklukları bireyin hayatını sağlık açısından tehdit edecek bir kavram olarak görünmektedir. Yine sahip olduğu temel boyutlar -tıbbi boyut, sosyal boyut, psikolojik boyut-, yeme bozukluğu kavramının ifade ettiği önemi işaret eder niteliktedir.

Çalışmanın bu kısmında yapılacak olan incelemede ilk olarak yeme bozukluğunun belirti ve tanı kriterleri açıklanacaktır. Ardından yeme bozukluğunu etkileyen faktörlerin neler olduğu sorusuna yanıt aranacaktır. Yeme bozukluğunun sonuçlarının açıklanması suretiyle devam edecek olan çalışmanın bu kısmında son olarak yeme bozukluğunun epidemiyolojisi şeklinde ilerleme kaydedilecektir. Böylece yeme bozukluğu kavramı kapsamlı bir şekilde açıklanmış olacaktır.

2.2.1.1. Yeme Bozukluğunun Belirti ve Tanı Kriterleri

Fazla miktarda yemek yeme, yeme bozukluğunun belirtileri arasında yer almaktadır (Turan, Poyraz ve Özdemir, 2015: 425). Yeme bozukluğu tanısının koyulabilmesinde aşırı miktarda yemek tüketilmesi, kolaylaştırıcı roller üstlenmektedir. Bunun yanı sıra yeme bozukluğunun belirtileri arasından fazla miktarda yemenin toplumlarda en yoğun şekilde rastlanan bozukluk belirtisi olduğu söylenebilir ve çalışmanın bir önceki bölümünde değinilen hususlar, bu bilgiyi doğrular niteliktedir.

Yeme bozukluklarının belirti ve tanısı içeriğinde değinilmesi gereken hususlardan bir tanesi de çeşitli içerikteki belirtilerin varlığıdır. Özellikle psikiyatrik belirtilerin yanı sıra tıbbi belirtilerin gözlenmesi yeme bozukluğunun belirti ve tanılarını önemli hale getirmektedir (Gürdal Küey, 2008: 81). Yeme bozukluklarının tedavi edilmesi gerekliliğini ortaya çıkaran temel faktör de budur denilebilir. Ayrıca yeme bozukluğunun birden fazla boyuta sahip olduğu bilgisi ile örtüşmesi bakımından da bu husus son derece önemli görünmektedir.

Depresif tavırlar sergilenmesi yeme bozukluğunun belirti ve tanı kriterleri arasında yer alan bir başka unsurdur. Çünkü depresif belirtiler büyük oranda yeme bozukluğunun başlamasının hemen ardından kendisini göstermektedir (Güleç Öyekçin ve Şahin, 2011: 32). Bu nedenle depresif belirtilerin yeme bozukluklarının belirti ve tanısında ilk sıralarda yer alması son derece olağandır.

İdeal olarak sayılan vücut ağırlığına ulaşmayı kabul etmeme, gereğinden yüksek düzeyde kilo alma ve kilo kaybetme, yeme bozukluklarının belirtilerinden bir diğeridir (Tahiroğlu vd., 2005: 151). Bireyin yeme bozukluğu yaşamada yaşanan bozuklukları sorun olarak görmemesi ve ideal ağırlıkta olmayı reddetmesi, yeme bozukluğunun psikolojik yönünün önemini göstermektedir.

Yeme bozukluğu belirti ve tanı kriterleri içerisinde yer alan temel hususlar aşağıda sıralandığı gibidir (<http://www.aedweb.org/downloads/Guide-Turkish.pdf>):

- i. Güçsüzlük ve yorgunluk,
- ii. Sıcak basması ve terleme nöbetleri,
- iii. Erken doyma,
- iv. Göğüs ve kalp ağrısı,
- v. Hızlı bir şekilde kilo alma ya da kilo verme,
- vi. Aşırı fiziksel antrenmanlar,
- vii. Ciltte sararma gibi bozulmalar,
- viii. Saç dökülmesi,
- ix. Diyet ya da kilo vermeye yönelik girişimlerin sonucu olarak ortaya çıkan kabızlık,
- x. Uykusuzluk,
- xi. Kaygı içeren davranışlar,
- xii. Kendine zarar verme düşüncesi ya da girişimi,
- xiii. Nefes darlıkları çekme şeklindedir.

Sıralanan maddelerden anlaşılacağı üzere birçok farklı içerikte gelişme, bireyin yeme bozukluğu olduğu anlamına gelebilir. Bunun dışında yeme bozukluğu belirtilerinin birden fazla boyutta kendisini gösterdiği, psikolojik, fiziksel ve sosyal

belirtilerin olduğu, yine yukarıdaki maddeler aracılığıyla anlaşılmaktadır. Tüm bu faktörler eşliğinde bireylerin metabolik bozukluklar yaşamaları söz konusu olmakta ve yeme bozuklukları kendisini göstermektedir. Yeme bozukluklarının belirti ve tanı kriterlerine ilişkin verilen bilgiler, konunun içeriğinde çok sayıda unsurun varlığını göstermekle birlikte bunun sorunun tespitini zorlaştırdığı anlamını taşımaktadır.

2.2.1.2. Yeme Bozukluğunu Etkileyen Faktörler

Yeme bozukluğu rahatsızlığı vücut ağırlığı takıntısı, vücutla ilgili olumsuz duygu ve düşüncelerin görüldüğü bir hastalık grubu olarak açıklanmaktadır (Tural Büyük ve Duman, 2014: 213). Bu nedenle yeme bozukluğunu etkileyen faktörlerin başında bu hususun yer aldığını söylemek mümkündür. O halde bireysel içeriğe sahip kaygı ve olumsuz düşünceler, yeme bozukluğunu etkileyen temel faktörler arasında yer almaktadır.

Kişilik bozuklukları, yeme bozukluğunu etkileyen faktörler arasındadır (Batum, 2008: 67). Nitekim yeme bozuklukları ile kişilik bozuklukları arasındaki ilişkiyi araştıran ve açıklayan çalışmaların varlığı, bu ifadeyi desteklemektedir. Başka bir deyişle yeme bozukluklarının ortaya çıkmasında belirli tip kişilik bozukluklarının etkisi söz konusudur. Yeme bozukluğunun birey gruplarına göre farklılık göstermesinin temel nedenlerinden birisi de budur.

Yeme bozukluğunu etkileyen belli başlı faktörler aşağıdaki gibi sıralanmaktadır (Ünalın vd., 2009: 76):

- i. Aile içi sorunlar yaşanması,
- ii. Aileden bir bireyin daha önceden yeme bozukluğunun olması,
- iii. Aileden bir bireyin daha önceden psikiyatrik bozukluklarının olması,
- iv. Benlik saygısının düşük olması,
- v. Kilo ve yemek ile ilgili uğraş vermek,
- vi. Ergenlik sorunları,
- vii. Cinsel travma yaşanması,
- viii. Obezite,

- ix. Sosyo-kültürel normlar,
- x. Biyolojik ve genetik faktörler şeklinde sıralanmaktadır.

Yukarıda sıralanan faktörlerden anlaşılacağı üzere yeme bozukluklarının ortaya çıkmasında birçok farklı faktörün etkisi bulunmaktadır. Her bir birey için farklılık gösteren bu faktörlerin etkileri aracılığıyla yeme bozukluğu vakaları ile karşılaşmaktadır. Bu nedenle yeme bozukluğunun anlaşılmasında bu faktörlerin sağlıklı bir şekilde analiz edilmesi gerekmektedir denilebilir.

Özetlemek gerekirse yeme bozukluğunu etkileyen faktörlerin içeriği; bireysel, ailesel, çevresel, biyolojik, psikolojik, sosyal faktörlerin bir araya gelmesi ile oluşmaktadır. Gerek bu ifade gerekse bölüm içerisinde verilen bilgiler, yeme bozukluklarının ne denli fazla sayıda faktörün etkisi altında olduğunu ortaya koymasından önemlidir.

2.2.1.3. Yeme Bozukluğunun Sonuçları

Yeme bozukluğunun sonuçları, ölüme kadar uzanabilir. Diğer psikiyatrik hastalıklara oranla yeme bozukluğunun sonucu olarak ölümün varlığı daha yüksek düzeyde görünmektedir (Tahiroğlu vd., 2005: 152). Bu nedenle yeme bozukluğunun erken tanısı oldukça önemli bir yapıdadır. Yeme bozukluğu sebebiyle ölüm vakalarının artmaya başlaması, yeme bozukluğunun sonuçlarının açıklanmasını gerekli kılan temel faktör olarak görünmektedir.

Kişilerarası ilişkilere olan etkisi, yeme bozukluğunun sonuçları arasında önemli yere sahip bir başka husustur. Yeme bozuklukları bireyin ailesi ve çevresi ile olan ilişkisini etkilemesi bakımından önemlidir ve gelecekteki etkileşimlerin belirleyicisi olduğu değerlendirilebilir (Gürdal Küey, 2008: 82). Yeme bozukluğunun etki düzeyinin ve etki biçiminin anlaşılması adına bu sonucun önemli bir gösterge olduğu söylenebilir. İfade edilen bu sonuç özellikler ergen bireylerin aileleri ile olan ilişkilerinde kendisini göstermektedir.

Yeme bozukluğunun ortaya çıkaracağı sonuçların tek tek açıklanmasından ziyade hangi konular ile ilişkili olduğunu belirtmek daha doğru bir yöntem olarak görünmektedir. Çünkü bu çalışmanın kapsamı gereği yeme bozukluklarının sonuçlarının her birisine değinmek mümkün olmayacaktır. O halde yeme bozukluğunun beraberinde getirdiği sonuçlar arasında; güzellik ve beden algısını değiştirmesi, benlik saygısı üzerinde olumsuz yönde etki göstermesi, bağlanma stillerini farklılaştırması, travma, kaygı, depresyon ve kabız gibi fiziki rahatsızlıklar bulunmaktadır (Topkara, 2014: 1). Görüldüğü üzere bireyin yeme bozukluğunun olması, beraberinde birçok olumsuz sonucu ortaya çıkarabilecektir. Bu da yeme bozukluğunun erken tanısının ne denli önemli olduğunu işaret etmektedir.

Sonuç olarak yeme bozukluğunun sonuçları bireyden bireye değişiyor olması sebebiyle herkes için geçerli olmamakla birlikte rahatsızlığın sonuçlarının hangi konularla ilişkili olduğu konusunda büyük oranda geçerliliğin olduğu söylenebilir. Çalışmanın bu kısmında yer verilen yeme bozukluğu sonuçlarının destekleyeceği üzere -ölüm vakası sayısının artması örneğinde olduğu gibi- yeme bozukluğu ile mücadele edilmesinin göz ardı edilmemesi gereken bir yapıda olduğunu göstermektedir.

2.2.1.4. Yeme Bozukluğunun Epidemiyolojisi

Yeme bozukluğunun epidemiyolojisi incelenmesi zor bir konudur. Bunun nedeni ise 1960'lı yıllar itibariyle yeme bozukluğunun tanısında kullanılan kriterlerin değişmesidir. Dolayısıyla bu durumun yeme bozukluğunun epidemiyolojisinin açıklanmasında bir sınırlılık niteliği taşıdığı değerlendirilmesi yapmak mümkündür. Bunun yanında örneklem seçilmesi, yeme bozukluğunun epidemiyolojisini zorlaştıran bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır (Vardar ve Erzengin, 2011: 206).

Yeme bozukluğu ve epidemiyolojisi kapsamında elde edilen belli başlı veriler, aşağıdaki gibidir (Maner, 2001: 131):

- i. Yeme bozukluğu kadınlara oranla erkeklerde daha seyrek bir şekilde ortaya çıkar.
- ii. Kısmi yeme bozukluğu, toplum genelinde gözlenen yeme bozuklukları arasında daha yüksek bir değere sahiptir.

- iii. Son 50 yılda yeme bozukluğu vakaları düzenli bir artış göstermektedir.
- iv. Klinik örneklerde yeme bozukluğunda erkek kadın oranı 1/10 – 1/20 arasında tespit edilmiştir.
- v. Anoreksiya Nervosa (AN) ve Bulimiya Nervosa (BN) yeme bozukluğu türleri arasından AN daha yoğun gözlenmektedir.

“Yeme bozukluklarında epidemiyolojik risk faktörler arasında kültürel özellikler, cinsiyet, yaş, ailedeki ruhsal bozukluklar, ailenin yaşam tarzı, sosyo-ekonomik sınıf, kişilik rolü, önceki psikolojik bozukluklar, ergenlik yaşı, genetik, cinsel eğilim, tıbbi eş tanı ve meslek yer alır” (Öyekçin ve Şahin, 2011: 30). Yeme bozukluklarının epidemiyolojik incelemesinde nelerin göz önünde bulundurulması gerektiğine yönelik fikir vermesi sebebiyle bu unsurların her birisi ayrı ayrı önemlidir.

İnsanlar tarafından bilinirliği 100 yıldan fazla olan yeme bozuklukları ile epidemiyolojik çalışmalar 1980’li yıllar itibariyle tartışılmaya başlanmıştır (Gürdal, 1999: 21). Bu çalışmalarda yeme bozukluğu epidemiyolojisinde hızlı bir artış olduğu tespit edilmiştir.

Genel bir değerlendirme yapılacak olduğunda insanlarda yeme bozukluğunun düzenli bir şekilde artış gösterdiği sonucuna varılmıştır. Değişen ve gelişen dünyada bireylerin yeme alışkanlıklarının değişmesi, bu sonucun ortaya çıkmasındaki temel etkidir. Bunun yanı sıra tıbbi ve psikolojik birçok faktörün de yeme bozukluğunun epidemiyolojisi içeriğinde etkisi olduğu görülmüştür. Yeme bozukluğu ile ilgili verilen bilgiler epidemiyoloji kapsamında değerlendirildiğinde kültürel faktörlerin de etkisinin olduğu anlaşılmaktadır. Doğu ülkeleri ile batı ülkeleri arasındaki farklılıklar, böyle bir sonucun ortaya çıkmasındaki temel faktör olarak görünmektedir. Tüm bu faktörler eşliğinde yeme bozukluğunun artarak devam eden bir yapıda olduğunun yinelenmesinde fayda vardır.

2.3.Yeme Tutumu ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki

Bağlanma stilleri ve yeme tutumu kavramlarının ayrı ayrı açıklanmasının ardından bu iki kavramın kendi aralarındaki ilişkinin değerlendirilmesi yapılacaktır. Buna göre yeme tutumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi açıklamak için yetişkinlik öncesi yeme tutumu ve bağlanma stilleri ilişkisi, yetişkinlikte yeme tutumu ve bağlanma stilleri ilişkisi ve ilgili araştırmalar başlıkları altında değerlendirmelerde bulunulacaktır. Böylece yeme tutumu ve bağlanma stili ilişkisini araştıran çalışmalara dair bilgi sahibi olunacak, bu iki kavram arasındaki ilişkinin literatürde nasıl değerlendirildiği konusunda veriler ortaya konulacaktır.

2.4. Yetişkinlik Öncesi Yeme Tutumu ve Bağlanma Stilleri İlişkisi

Bağlanmanın yetişkinlik öncesi dönemde ve yetişkinlikte farklılıklar gösteriyor olması sebebiyle dönemlere göre farklı değerlendirmede bulunulması uygun görülmüştür. Yetişkinlik öncesi yeme tutumu ve bağlanma ilişkisinde her bir ocuk ya da ergen yeme bozukluğu riski taşımaktadır. Sağlıklı beslenme ile ilgili alışkanlık elde edilmesi aşaması olan yetişkinlik öncesi dönemde etkin ve sürekli beslenme esastır. Bağlanma stilleri ile yeme tutumu arasındaki ilişki açısından değerlendirme yapılacak olduğunda ise yetişkinlik öncesi dönemde stres, kaygı gibi faktörlerin ön planda olduğu görülmektedir. Yeme tutumu ve bağlanma stilleri ilişkisini stresle birlikte ele alan çalışmaların bulunduğu bilinmektedir. İlgili çalışmalarda stresin bu iki değişkenle ilişkili olduğunu ortaya koyan sonuçların elde edildiği görülmüştür (Erzi, 2012: 86). Tüm bu veriler eşliğinde Bağlanma stilleri ile yeme tutumunun yetişkinlik öncesi dönemde incelenmesinde bu iki değişkenin yanında başka değişkenlerin de belirleyici roller üstlenebileceği yorumunu yapmak mümkündür.

Yeme bozukluklarında anne-babayla ilişkiler üzerinde yoğun bir şekilde durulmaktadır (Oral ve şahin, 2008: 74). Bu da yetişkinlik öncesi yeme tutumu ve bağlanma stilleri ilişkisini işaret etmektedir. Bu noktada güvenli ya da güvensiz bağlanma konusunda farklı sonuçlar elde edildiği yönünde değerlendirme mümkün olsa da bu husustaki somut verilerin çalışmanın araştırma bölümünde ortaya koyulmasının

daha doğru bir uygulama olacağı düşünülmektedir. Bu nedenle literatür kısmındaki verilerin sınırlı tutulmasında fayda vardır.

Yetişkinlik öncesi dönemde yeme tutumu ve bağlanma stilleri ilişkisine dair literatürde sınırlı çalışma olması sebebiyle bu kısımdaki değerlendirmenin yüzeysel tutulması uygun görülmüştür. Yapılan incelemede elde edilen sonuçlar, bağlanma stillerinin yanı sıra bireylerin anne-babalarıyla ilişkilerinin belirleyici rolleri olduğunu ortaya koymuştur.

2.5.Yetişkinlikte Yeme Tutumu ve Bağlanma Stilleri İlişkisi

Yetişkinlik döneminde yeme tutumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki panik bozukluk, agorafobi, obsesif kompulsif bozukluk gibi konularla ilişkilendirildiği görülmektedir (Çalışır, 2009: 249). Tıpkı yetişkinlik öncesi dönemde olduğu gibi yeme bozukluğu ve bağlanma stili ilişkisinin daha farklı değişkenlerin varlığını beraberinde getirmesi söz konusu olmaktadır. Yetişkinlik döneminde bireyin yetişkinlik öncesi dönemde elde ettiği deneyimlerin belirleyici rolleri bulunmaktadır.

Bağlama stilleri ile yeme tutumları arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalardan bir tanesinde kayıtsız bağlanma stilinin yeme bozukluğunun ortaya çıkması riskini daha yüksek hale getirdiği sonucuna varılmıştır (Gündüz, 2013: 2077). Yetişkinlikte yeme tutumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin varlığını doğrulayan bir sonuç olması, bu veriyi önemli kılmaktadır.

Yetişkinlik döneminde yeme tutumu ve bağlanma stilleri ilişkisine dair elde edilen veriler tıpkı yetişkinlik öncesi dönemde olduğu gibi literatürde yer alan araştırmalardan ulaşılan veriler olarak görünmektedir. Bu nedenle bağlanma stilleri ile yeme bozuklukları arasındaki ilişkinin ilgili araştırmalar başlığı altında daha ayrıntılı bir şekilde irdelenmesi doğru olacaktır.

2.6. İlgili Araştırmalar

Tural Büyük ve Duman (2014), lise öğrencilerinin yeme tutum ve davranışlarını değerlendirdikleri araştırmada öğrencilerinin cinsiyetlerinin yeme bozukluğunda etkisi olduğunu saptamışlardır. Cinsiyet faktörü özelinde böyle bir sonuca ulaşılmış olması, bağlanma stillerinin de dolaylı olarak yeme bozukluğu ile etkileşimini işaret etmektedir. Yetişkinlik öncesi dönemde cinsiyete göre bağlanma stillerinin gösterdiği farklılıklar, yeme tutumlarına da yansımıştır. Yapılan araştırmanın elde ettiği sonuçlar lise öğrencileri ile kısıtlıdır.

Oral ve Şahin (2008), yeme tutum bozukluklarının bağlanmanın yanı sıra kişilerarası şemalar, kişilerarası ilişkiler, öfke gibi faktörlerle ilişkisi açıklamaya yönelik bir çalışma hazırlamışlardır. Çalışmanın akabinde ulaşılan bağlanma stilleri ile yeme tutumları arasında anlamlı farklılıklar olduğunu -ilişkinin varlığını- ortaya koymuştur. Bu sonuca göre kaygılı ve güvensiz bağlanmanın yeme bozukluğunun gözlenmesinde belirgin bir şekilde kendisini gösterdiği belirlenmiştir. Yeme bozukluğu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin varlığını ortaya koyması bakımından bu çalışma önemlidir. Çalışmanın örnekleminin yeme bozukluğu tanısı almış olan bireyleri içermesi, çalışmanın sonuçlarına daha değerli kılmaktadır.

Yetişkinler üzerinde bağlanma kuramının duygu düzenleme stratejileri ile ilişkisini inceleyen Çalışır (2009), araştırmasında bağlanma stilleri ile yeme bozuklukları arasındaki ilişkinin varlığını ortaya koymuştur. Elde edilen sonuçlara göre bağlanma stili ve yeme bozukluğu ilişkisinin içeriğinde panik bozukluğu, obsesif kompulsif bozukluk, agorafobi gibi duyguların etkisi bulunmaktadır. Çalışmada depresyon kavramına ilişkin bir değerlendirme yapılmış olsa da bağlanma stilleri ve yeme bozukluğu ilişkisinin içeriğinde depresyonu işaret eden sonuçlara rastlanmamıştır. Literatür taraması yöntemi ile gerçekleştirilmiş olması, bu çalışmanın diğer çalışmalardan farkını oluşturan faktörlerden birisi olmakla beraber elde edilen sonuçları sınırlı kılan bir ayrıntı olarak değerlendirilmektedir.

Gündüz (2014), kayıtsız bağlanma stili ile yeme bozukluğu arasında ilişki olduğunu saptamıştır. Buna göre kayıtsız bağlanma stili gözlenen bir bireyin yeme bozukluğu ile karşılaşması olasılığının daha yüksek seviyede gerçekleşmesi

beklenmektedir. Araştırmanın Mersin Üniversitesi öğrencileri ile sınırlı kalması, aynı zamanda ulaşılan sonuçları da sınırlı kılmaktadır. Diğer çalışmalardan farklı olarak bu çalışmada akılcı olmayan inançlar ve psikolojik belirtilerin bilişsel esnekliği de birer değişken olarak değerlendirmeye alınmıştır.

Erzi (2012), yeme tutumu ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi stresle başa çıkma açısından değerlendirmiştir. Bu kapsamda elde edilen sonuçlar yeme tutumları ve bağlanma stilleri etkileşiminin stresle başa çıkmada farklılıklar meydana getirdiğini ortaya koymuştur. Çalışmada aynı zamanda stresin yeme tutumunu yordadığı tespit edilmiştir. Stresle başa çıkma başarısının bağlanma stillerine göre farklılık gösterdiği, çalışmanın sonuçlarından bir diğeridir. Kız üniversite öğrencilerini içeren bir anket çalışmasının yapılmış olması, çalışmanın elde ettiği sonuçları sınırlı hale getiren en temel faktördür. Sadece İstanbul ilindeki üniversite öğrencilerinin seçilmiş olması, çalışmanın sonuçlarını sınırlı hale getiren bir başka faktör olarak görünmektedir.

Sonuç olarak ilgili literatürde yeme bozukluğu ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi doğrudan araştıran çalışma sayısı azdır. İlgili araştırmaların çoğunluğunda üçüncü ya da dördüncü bir değişkenin bulunduğu tespit edilmiştir. Ancak yine de bu kısımda elde edilen verilerin bağlanma stilleri ve yeme bozukluğu ilişkisi özelinde yapılacak olan araştırma ile ilgili fikir verecek yeterlilikte olduğunu söylemek mümkündür.

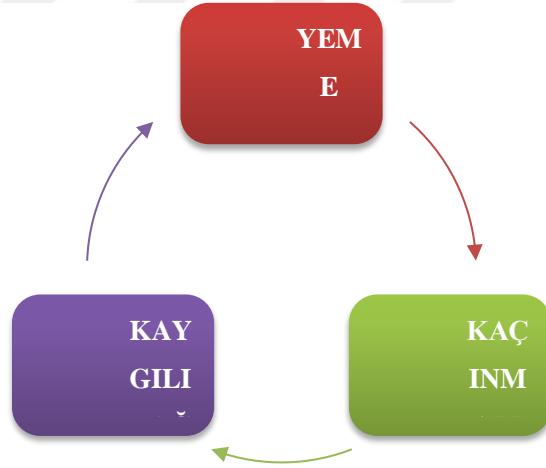
BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde yapılan araştırmada kullanılan veri toplama yöntemi ve kullanılan bağlanma stilleri ve yeme tutumu ölçeklerinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları açıklanacaktır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma “ilişkisel tarama modeli” olarak tasarlanmıştır. İlişkisel modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şeklinde betimlemeyi hedefleyen bir araştırma türüdür (Karasar, 2009). Bu araştırma yeme tutumlarının, obezite cerrahisi hastaların cinsiyet ve yaş değişkenlerle obezite cerrahisi hastaların kaçınılmaz bağlanma ve kaygılı bağlanma stilleriyle ne oranda ilişkili olduğunu belirlemeye yönelik betimsel bir çalışmadır.



Şekil 2. Araştırmanın Modeli

3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini İstanbul ilinde Özel Ataköy hastanesine başvuran obezite cerrahisi hastaları oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini Ekim 2016 ile Kasım 2016 tarihleri arasında İstanbul ilinde yaşayan obezite cerrahisi hastaları arasından rastlantısal olarak seçilen 100 obezite cerrahisi hastası oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma örneklemini oluşturan obezite cerrahisi hastalarının cinsiyetlere ve yaşlara göre dağılımı Tablo 3.2.1’de gösterilmiştir. Bu tablo Özel Ataköy Hastanesi’nden alınan rakamlar doğrultusunda hazırlanmıştır.

Tablo 3.2.1: Araştırmaya Katılan Obezite Cerrahisi Hastaların Sosyodemografik Değişkenlere İlişkin Dağılımı (n=100)

Bireysel Özellikler	f	%
Cinsiyet		
Erkek	43	43.0
Kadın	57	57.0
Yaş		
18-25 yaş arası	37	37.0
26-33 yaş arası	28	28.0
34-41 yaş arası	23	23.0
42 yaş ve üzeri	12	12.0

Tablo 3.2.1’de görüldüğü gibi; araştırma dahilinde kişisel bilgi formunu ve anket sorularını yanıtlayan obezite cerrahisi hastaların %57.0’si (n=57) erkeklerden ve %43.0’ü (n=43) kadınlardan oluştuğu görülmüştür. Hastaların yaş ortalamasının 30.13 ± 9.20 olduğu görülmüştür.

3.3. Verilerin Toplama Araçları

Araştırmada obezite cerrahisi hastaların yeme tutumu düzeylerini belirlemek amacıyla Garner ve Garfinkel (1979) tarafından geliştirilen ve Savaşır ve Erol (1989) tarafında Türkçeye uyarlama çalışması yapılan “Yeme Tutum Ölçeği”, bağlanma stillerini belirlemek için Fraley ve arkadaşları (2000) tarafından geliştirilen ve Selçuk, Günaydın, Sümer ve Uysal (2005) tarafında Türkçeye uyarlama çalışması yapılan “Yakın İlişkiler Yaşantılar Envanteri” ve hastaların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan bilgi formunda (obezite cerrahisi hastaların; cinsiyet ve yaş) sorular yer almaktadır (EK-1). Hazırlanmış olan bu form ile obezite cerrahisi hastaların bağlanma stilleri ve yeme tutumu düzeyleriyle ilişkili olabileceği düşünülen değişkenler hakkında bilgi toplanması amaçlanmıştır.

3.3.2. Yakın İlişkiler Yaşantılar Envanteri

Envanter 2000 senesinde Fraley ve Shaver tarafından yakın ilişkilerde yaşanan ve bağlanmada temel iki boyut olan kaygı ve kaçınmayı ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 36 sorudan oluşmakta ve 7’li likert tipilidir, ölçeğin tek sayılarla belirtilen maddeleri (1,3,5,7,..) “kaçınma” alt boyutunu ölçerken; çift sayılarla belirtilen maddeleri (2,4,6,8,..) “kaygı” alt boyutunu ölçmektedir. 2005 senesinde Selçuk ve arkadaşları tarafından envanter Türkçe’ye çevrilmiştir. Ölçeğin alt boyutlarından kaygı alt boyutu için 0.86, kaçınma boyutu için 0.90 gibi yüksek düzeyde güvenilirliğe sahip olduğu gösterilmiştir. Ayrıca Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı kaçınma alt boyutu için 0.81 ve kaygı alt boyutu için 0.82 olarak bulunmuştur (Karahasanoğlu, 2016).

Tablo 3.3.2.1. Kaçınmalı Bağlanma ve Kaygılı Bağlanma Ölçeklerinin Güvenirlilik Katsayıları

	Cronbach's Alfa
Kaçınmalı Bağlanma Stilleri Alt Ölçeği	0.841
Kaygılı Bağlanma Stilleri Alt Ölçeği	0.821

Obezite cerrahisi hastalara uygulanan kaçınmalı bağlanma stilleri ölçeğinin genel güvenirliliği $\alpha=0.841$ olarak yüksek derecede güvenilir ve kaygılı bağlanma stilleri ölçeğinin genel güvenirliliği $\alpha=0.821$ olarak yüksek derecede güvenilir bulunmuştur.

3.3.3. Yeme Tutumu Ölçeği

1979 yılında Garner ve Garfinkel tarafından envanter geliştirilmiştir. Ölçeğin orijinal formunun anoreksiyalı bireyler için Cronbach alpha değeri 0.79, bu grup normal grupla birlikte alındığında ise güvenirlilik alpha katsayısı 0.94 olarak bildirilmiştir.

Envanter toplam 40 sorudan oluşmuş olup 6'lı likert tipi ölçekte puanlanmakta ve alınan puanlar 0-3 aralığındadır. Buna göre ölçekte yer alan 1, 18, 19, 23, 27 ve 39 numaralı sorular için "bazen" yanıtı 1, "nadiren" yanıtı 2, "hiçbir zaman" yanıtı ise 3 puan olarak değerlendirilirken diğer yanıtlar 0 puan almaktadır. Ölçekteki diğer tüm maddeler için ise "daima", "çok sık" ve "sık sık" seçenekleri sırasıyla 3, 2 ve 1 puan olarak değerlendirilirken diğer seçenekler 0 puan almaktadır. Ölçeğin orijinal formunda bozulmuş yeme örüntüsü riskinin saptanması için kesme noktası 30 puan olarak belirlenmiştir. Ölçeğin ülkemiz için uyarlaması ve standardizasyonu Savaşır ve Erol (1989) tarafından yapılmıştır. Testin iç tutarlılık Cronbach Alpha katsayısı .70; test tekrar test güvenirlilik Pearson Momentler çarpımı korelasyon değeri .65 olarak bildirilmiştir. Türkiye örneklemini için ölçeğin orijinal formunda belirtildiği gibi (30 puan kesme noktası) bir kesme puanı belirlenmemiştir (Yurtsever, 2014).

Tablo 3.3.3.1. Yeme Tutumu Ölçeği Güvenirlilik Katsayıları

	Cronbach's Alfa
Yeme Tutumu Ölçeği	0.650

Obezite cerrahisi hastalarına uygulanan yeme tutumu ölçeğinin genel güvenirliliği $\alpha=0.650$ olarak oldukça güvenilir bulunmuştur.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri Ekim 2016 ile Kasım 2016 tarihleri arasında toplanmıştır. Araştırmada katılımcılara; obezite cerrahisi hastaların kişisel bilgilerini içeren Kişisel Bilgi Formu (KBF), ikinci aşamada Yakın İlişkiler Yaşantılar Envanteri, üçüncü aşamada ise Yeme Tutum Ölçeği bulunan formlar obezite cerrahisi hastalarla yüz yüze görüşme yoluyla araştırmacı tarafından uygulanmıştır. Ölçeklerin uygulanması hastanenin sunduğu sakin bir odada gerçekleştirilmiş, uygulama yapılmadan önce hastalara veri toplamanın hedefleri ve araştırmanın amacı ve ölçme araçlarının yanıtlanması konusunda bilgi verilmiştir. Ölçeklerin uygulanması her bir hasta için 30-35 dakika sürmüştür.

3.5. İstatistiksel Analizler

Araştırmada elde edilen veriler SPSS 21.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verileri değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel metotları kullanılmıştır.

Kaçınmalı bağlanma stilleri, kaygılı bağlanma stilleri ve yeme tutumu ölçeklerinden elde edilen puanların normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek örneklem Kolmogorov-Smirnov testi sonucunda ölçeklerin kaçınmalı bağlanma ve kaygılı bağlanma ölçeklerin puanlarının dağılımının normal dağıldığı ve yeme tutumu ölçeğinin puanlarının dağılımının normal dağılmadığı saptanmıştır (sırasıyla, $z=0.066$, $p=0.200$; $z=0.071$, $p=0.200$; $p>0.05$ ve $z=0.122$, $p=0.001$; $p<0.01$).

Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki grup arasındaki farkı belirlemek için Bağımsız Örneklem T testi ve Mann-Whitney U testi yapılmıştır. Obezite cerrahisi hastaların yaşları ile kaçınmalı bağlanma, kaygılı bağlanma ve yeme tutumu ölçeklerinden elde edilen puanlar arasındaki ilişki Pearson ve Spearman Korelasyon Analizi ile test edilmiştir. Kaçınmalı bağlanma, kaygılı bağlanma ölçeklerinden elde edilen puanlar ile yeme tutumu ölçeğinden elde edilen puanlar arasındaki ilişkiyi Spearman Korelasyon Analizi ile test edilmiştir.



BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde obez bireylerin yeme tutumu ve bağlanma stilleri ölçeklerinden toplanan veriler ile araştırmacının hazırladığı genel bilgi formundan elde edilen veriler yer almaktadır.

4.1 Obez Bireylerin Demografik Değişkenlerinin Betimleyici İstatistikleri

Araştırmaya katılan bireylerin “Kişisel Bilgi Formu”na vermiş oldukları yanıtlar doğrultusunda demografik değişkenlerini incelemek için betimleyici istatistiksel analiz yöntemi uygulanmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin demografik değişkenlere göre dağılımları Tablo 4.1’de verilmiştir.

Tablo 4.1: Araştırmaya Katılan Bireylerin Sosyodemografik Değişkenlere İlişkin Dağılımı (n=100)

Bireysel Özellikler	f	%
Cinsiyet		
Erkek	43	43.0
Kadın	57	57.0
Yaş		
18-25 yaş arası	37	37.0
26-33 yaş arası	28	28.0
34-41 yaş arası	23	23.0
42 yaş ve üzeri	12	12.0
Bağlanma stilleri		
Kaygılı bağlanma	17	17.0
Kaçınmalılı bağlanma	83	83.0

Tablo 4.1’de görüldüğü gibi; araştırma dahilinde kişisel bilgi formunu ve anket sorularını yanıtlayan obez bireylerin %57.0’si (n=57) erkeklerden ve %43.0’ü (n=43) kadınlardan oluştuğu görülmüştür. Obez bireylerin yaş ortalamasının 30.13±9.20 olduğu ve %83.0’ünün (n=83) kaçınmalılı bağlanma stiline sahip olduğu görülmüştür.

4.2 Bireylerin Yeme Tutumu ve Bağlanma Stilleri leklerine İlişkin Betimleyici İstatistikleri

Araştırmaya katılan bireylerin yeme tutumu ve bağlanma stilleri ölçeklerine ilişkin değişkenlerini incelemek için betimleyici istatistiksel analiz yöntemi uygulanmıştır ve tablo 4.2’de verilmiştir.

Tablo 4.2: Bireylerin Yeme Tutumu ve Bağlanma Stilleri leğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Gruba Göre Dağılımı

Ölçekler	Ort. ve SS	Minimum	Maximum
Yeme tutumu leği	18.20±9.48	2.00	50.00
Kaçınmalı bağlanma leği	83.75±13.44	45.00	112.00
Kaygılı bağlanma leği	64.97±16.64	29.00	107.00

Tablo 4.2’de görüldüğü gibi; bireylerin yeme tutumu leğinin puan ortalaması 18.20±9.48 olduğu saptanmıştır. Bireylerin kaçınmalı bağlanma leğinin puan ortalaması 83.75±13.44 olduğu saptanmıştır. Bireylerin kaygılı bağlanma leğinin puan ortalaması 64.97±16.64 olduğu saptanmıştır.

4.3 Bireylerin Yeme Tutumu ve Bağlanma Stilleri Düzeylerinin Kişisel ve Demografik Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

Bireylerin yeme tutumu, bağlanma stilleri düzeylerinin sırası ile cinsiyet ve yaşı göre farklılık gösterip göstermediği test edilmiştir.

4.3.1 Bireylerin Yeme Tutumu Ölçeğinden Aldıkları Puanların Bireylerin Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

Bireylerin yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanların bireylerin cinsiyetlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı Mann Whitney U Testi ile araştırılmıştır ve sonuçları Tablo 4.3’de verilmiştir.

Tablo 4.3: Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Grupların Yeme Tutumu Ölçeğinin Puanları Açısından Mann Whitney U Testi İle Karşılaştırılması

Ölçek	Grup	N	S.O	S.T	U	Z	p
Yeme tutumu ölçeği	Erkek	43	39.00	1677.00	731.00	-3.447	0.001**
	Kadın	57	59.18	3373.00			
	Toplam	100					

**p<0.01

Tablo 4.3’de görüldüğü gibi; bireylerin cinsiyetlerine göre gruplar arasında yeme tutumu ölçeğinin puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır ($p<0.01$). Yeme tutumu ölçeğinin puanları açısından kadınların aleyhine anlamlı bir fark vardır [$U=731.00$; $p<0.01$]. Kadınların yeme tutum ölçeğinden aldıkları puanların erkeklerin yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

4.3.2 Bireylerin Bağlanma Stilleri Ölçeğinden Aldıkları Puanların Bireylerin Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

Bireylerin bağlanma stilleri ölçeğinden aldıkları puanların bireylerin cinsiyetlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı Bağımsız Örneklem T Testi ile araştırılmıştır ve sonuçları Tablo 4.4’de verilmiştir.

Tablo 4.4: Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Grupların Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması

Ölçek	Grup	N	X	SS	t	p
Kaçınmalı bağlanma ölçeği	Erkek	43	83.48	10.74	-0.176	0.860
	Kadın	57	83.94	15.26		
	Toplam	100				
Ölçek	Grup	N	X	SS	t	p
Kaygılı bağlanma ölçeği	Erkek	43	61.90	14.61	-1.611	0.110
	Kadın	57	67.28	17.80		
	Toplam	100				

Tablo 4.4’de görüldüğü gibi; bireylerin cinsiyetlerine göre kaçınmalı bağlanma ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Bağımsız Örneklem T Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür [t=-0.176; p>0.05].

Bireylerin cinsiyetlerine göre kaygılı bağlanma ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla M Bağımsız Örneklem T Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür [t=-1.611; p>0.05].

4.3.3 Bireylerin Yaşları İle Bireylerin Yeme Tutumu Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesine İlişkin Bulgular

Bireylerin yaşları ile bireylerin yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanlar arasında bir ilişki olup olmadığı Spearman Korelasyon Analizi ile araştırılmıştır ve sonuçları Tablo 4.5’de verilmiştir.

Tablo 4.5: Bireylerin Yaşları ile Bireylerin Yeme Tutumu Ölçeğinden Aldıkları Puanları Arasındaki İlişkiyi Spearman Korelasyon Analizi İle İncelenmesi

Ölçekler		Yaş
Yeme tutumu ölçeğinin puanları	r p	0.230 0.021*

*p<0.05

Tablo 4.5’de görüldüğü gibi; bireylerin yaşları ile bireylerin yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla Spearman Korelasyon-Analizi yapılmış ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bireylerin yaşları arttıkça bireylerin yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanlarda artmakta olduğu saptanmıştır [r=0.230; p<0.05].

4.3.4 Bireylerin Yaşları İle Bireylerin Bağlanma Stilleri Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesine İlişkin Bulgular

Bireylerin yaşları ile bireylerin bağlanma stilleri ölçeğinden aldıkları puanlar arasında bir ilişki olup olmadığı Pearson Korelasyon Analizi ile araştırılmıştır ve sonuçları Tablo 4.6’da verilmiştir.

Tablo 4.6: Bireylerin Yaşları ile Bireylerin Bağlanma Stilleri Ölçeğinden Aldıkları Puanları Arasındaki İlişkiyi Pearson Korelasyon Analizi İle İncelenmesi

Ölçekler		Yaş
Kaçınmalı bağlanma ölçeğinin puanları	r p	0.125 0.217
Kaygılı bağlanma ölçeğinin puanları	r p	0.011 0.916

Tablo 4.6’da görüldüğü gibi; bireylerin yaşları ile bireylerin kaçınmalı bağlanma ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup

olmadığını belirlemek amacıyla Pearson Korelasyon-Analizi yapılmış ve anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür [$r=0.125$; $p>0.05$].

Bireylerin yaşları ile bireylerin kaygılı bağlanma ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla Pearson Korelasyon-Analizi yapılmış ve anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür [$r=0.011$; $p>0.05$].

4.3.5 Bireylerin Yeme Tutumu Ölçeğinden Aldıkları Puanların Bireylerin Sahip Olduğu Bağlanma Stillerine Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

Bireylerin yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanların bireylerin sahip olduğu bağlanma stillerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı Mann Whitney U Testi ile araştırılmıştır ve sonuçları Tablo 4.7’de verilmiştir.

Tablo 4.7: Bireylerin Sahip Olduğu Bağlanma Stillerine Göre Grupların Yeme Tutumu Ölçeğinin Puanları Açısından Mann Whitney U Testi İle Karşılaştırılması

Ölçek	Grup	N	S.O	S.T	U	Z	p
Yeme tutumu ölçeği	Kaygılı bağlanma	17	57.97	985.50	578.50	-1.167	0.243
	Kaçıncımlı bağlanma	83	48.97	4064.50			
	Toplam	100					

Tablo 4.7’de görüldüğü gibi; bireylerin sahip olduğu bağlanma stillerine göre yeme tutumu ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney U Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür [$U=578.50$; $p>0.05$].

4.4. Bireylerin Yeme Tutumu Ölçeğinden Aldıkları Puanlar İle Bireylerin Bağlanma Stilleri Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesine İlişkin Bulgular

Bireylerin yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanlar ile bireylerin kaçınmalı bağlanma ve kaygılı bağlanma ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında bir ilişki olup olmadığı Spearman Korelasyon Analizi ile araştırılmıştır ve sonuçları Tablo 4.8’de verilmiştir.

Tablo 4.8: Bireylerin Yeme Tutumu Ölçeğinden Aldıkları Puanlar İle Bireylerin Bağlanma Stilleri Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkiyi Spearman Korelasyon Analizi İle İncelenmesi

Ölçekler		Yeme tutumu ölçeğinin puanları
Kaçınmalı bağlanma ölçeğinin puanları	r	-0.031
	p	0.762
Kaygılı bağlanma ölçeğinin puanları	r	0.029
	p	0.778

Tablo 4.8’de görüldüğü gibi; bireylerin yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanlar ile bireylerin kaçınmalı bağlanma ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla Spearman Korelasyon-Analizi yapılmış ve anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür [$r=-0.031$; $p>0.05$].

Bireylerin yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanlar ile bireylerin kaygılı bağlanma ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla Spearman Korelasyon-Analizi yapılmış ve anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür [$r=0.029$; $p>0.05$].

BÖLÜM V

TARTIŞMA

57 kadın ve 43 erkek, toplam 100 obezite cerrahisi hasta ile gerçekleştirilen çalışmamız sonucunda kadınların yeme tutum ölçeğinden aldıkları puanların erkeklerin yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu ve bireylerin yaşları arttıkça yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanlarında artmakta olduğu saptanmıştır.

İlgili literatür incelendiği zaman yeme tutum ölçeği puanları ile cinsiyet değişkeni arasında ortak veya baskın bir görüşe ulaşılamadığı görülmektedir. Bunun birincil sebebi gerçekleştirilen çalışmaların önemli bir bölümünün cinsiyetler arası bir kıyaslama yerine sadece kadınlar ile gerçekleştirilmiş olmasıdır. Cinsiyetler arasında kıyaslama içeren çalışmalarda ise örneklem grubu seçiminde kadın-erkek dağılımının asimetrik yapılmış olması ortaya çıkan bulguları kısıtlı bir evrenin dışında sağlanamaz kılmaktadır. Bu sebeplerden dolayı araştırmamız genel olarak literatür ile farklı sonuçlar ortaya koymaktadır.

Çalışmamız sonucunda kadınların yeme tutum ölçeğinden aldıkları puanların erkeklerin yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Topkara (2014) tarafından Haliç Üniversitesi'nde öğrenim gören yaşları 18-27 arasında değişiklik gösteren 75 kadın, 75 erkek toplam 150 öğrenci ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda bireylerin cinsiyetleri ile yeme tutum testi puanları arasında anlamlı bir ilişki saptanamamıştır. Erkeklerin yeme tutum testi puan ortalamasının, kadınların ortalaması ile benzer sonuçlar gösterdiği bulgulanmıştır (Topkara, 2014).

Burç (2015) tarafından 89 kadın, 61 erkek toplam 150 birey ile gerçekleştirilen çalışmada yeme tutumları ölçeğinden alınan puanların cinsiyete göre değişkenlik gösterdiği bulgulanmıştır. Çalışma sonucunda erkeklerin kadınlara oranla yeme tutumları ölçeğinden daha yüksek puanlar aldığı saptanmıştır (Burç, 2015).

Bushi (2016) tarafından 89 kadın, 61 erkek toplam 150 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda yeme tutumlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır (Bushi, 2016).

Yılmaz (2017) tarafından yaşları 14-18 arasında değişen 111'i erkek 163'ü kız toplam 274 lise öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda kızların yeme tutum ölçeği puanlarının erkeklerden anlamlı derecede daha yüksek olduğu saptanmıştır (Yılmaz, 2017).

Karataş (2017) tarafından yaşları 20-69 arasında değişen 202 kadın, 199 erkek toplam 401 kişi gerçekleştirilen çalışma sonucunda yeme tutumlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı bulgulanmıştır (Karataş, 2017).

Erol ve ark. (2000) tarafından 213 kadın, 129 erkek toplam 342 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda yeme tutumlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı bulgulanmıştır (Erol ve ark., 2000).

Ünal ve ark. (2009) tarafından 239 kadın 33 erkek toplam 272 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda kadın öğrencilerin yeme tutum ölçeği puanları erkeklere oranla anlamlı derecede yüksek saptanmıştır (Ünal ve ark., 2009).

Ulaş ve ark. (2013) tarafından 309 kadın, 75 erkek toplam 384 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda kadın öğrencilerin yeme tutum ölçeği puanlarının erkeklere oranla daha yüksek olduğu bulgulanmıştır (Ulaş ve ark., 2013).

Çalışmamız daha önce gerçekleştirilmiş olan çalışmalar ile tutarlılık göstermemektedir.

Çalışmamız sonucunda bireylerin yaşları arttıkça yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanların da artmakta olduğu saptanmıştır.

Burç (2015) tarafından gerçekleştirilen çalışmada örneklem grubu 89 kadın, 61 erkek toplam 150 bireyden oluşmuştur, katılımcıların 62'si 20 yaş altı iken 88'i 20 yaş üstüdür. Çalışma sonucunda yeme tutumları ölçeğinden alınan puanlar özelinde yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık oluşmamakla birlikte 20 yaş ve altı katılımcıların ortalama olarak 20 yaş üzeri katılımcılardan daha düşük puan aldıkları bulgulanmıştır (Burç, 2015). Çalışmamız ile tutarlılık göstermektedir.

Karataş (2017) tarafından yaşları 20-69 arasında değişen 202 kadın, 199 erkek toplam 401 kişi gerçekleştirilen çalışma sonucunda yeme tutumlarının yaşa göre farklılaşmadığı bulgulanmıştır (Karataş, 2017). Çalışmamız ile tutarlılık göstermemektedir.

Çalışmamızda bireylerin bağlanma stilleri ile yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki ilişki inceleme konusu yapılmış olup aralarında anlamlı bir ilişki saptanamamıştır.

Vardal (2015) tarafından gerçekleştirilen araştırma sonucunda yeme tutumu düzeyi ile korkulu bağlanma stili arasında pozitif yönde, güvenli bağlanma stili ile negatif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Vardal, 2015).

Kutlu (2009) tarafından gerçekleştirilen araştırma sonucunda korkulu bağlanma stili ile yeme bozukluğu arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Kutlu, 2009).

Aydın (2010) tarafından gerçekleştirilen araştırma sonucunda güvensiz bağlanma stili düzeyi ile yeme tutumu düzeyi arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Aydın, 2010).

Literatürde genel olarak güvenli bağlanma stili ile yeme tutumları arasında negatif, güvensiz bağlanma stilleri ile yeme tutumları arasında pozitif yönlü bir ilişkinin olduğunu gösterir çalışmalar bulunmaktadır. Çalışmamız bu araştırma sorusunda genel olarak literatür ile paralellik göstermemiştir.

BÖLÜM VI

SONUÇ ve ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar

- ✓ Kadınların yeme tutum ölçeğinden aldıkları puanların erkeklerin yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.
- ✓ Obezite cerrahisi hastaların yaşları arttıkça hastaların yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanlarda artmakta olduğu saptanmıştır.
- ✓ Obezite cerrahisi hastaların cinsiyetlerine göre kaçınmalı ve kaygılı bağlanma ölçeklerinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.
- ✓ Obezite cerrahisi hastaların yaşları ile hastaların kaçınmalı ve kaygılı bağlanma ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür.
- ✓ Obezite cerrahisi hastaların sahip olduğu bağlanma stillerine göre yeme tutumu ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.
- ✓ Obezite cerrahisi hastaların yeme tutumu ölçeğinden aldıkları puanlar ile hastaların kaçınmalı ve kaygılı bağlanma ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür.

6.2.Öneriler

Obez bireylerin bağlanma stilleri ile bireylerin yeme tutumları arasındaki ilişkiyi ortaya koyabilmek adına yapılan bu çalışmada elde edilen sonuçlar ışığında gelecekte yapılacak araştırmalara ilişkin şunlar önerilebilir:

- Bu araştırma, İstanbul ilinde yaşayan ameliyat olmuş 100 obez birey örnekleme yapılmış olup daha fazla örnekleme kapsamlı bir araştırma yapılması,
- Obez tanısı almış olan bireylerin yaşadığı stres nedeniyle psikososyal destek eğitimlerine yönelik çalışmalar yapılması,
- Sağlıklı beslenme ilgili reklam spotlarının yaygınlaştırarak insanları sağlıklı beslenmeleri konusunda yönlendirici olunması,
- İlkokuldan itibaren öğrenci velilerine abur cubur yiyeceklerin ve hazır fast food yiyeceklerin zararları bu tür beslenmelerin ileriye dönük obeziteye yol açtığı hakkında sık sık bilgilendirici seminerlerin yapılması,
- Diyetisyenlerin okul çağı çocuklarla ilgili beden kitle endekslerini ölçerek risk grubunda olan öğrencileri tespit edip gerekli önemlerle alınmasına yönelik olarak çalışmalar sürdürülmesi önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- “Yeme bozuklukları”, Yeme Bozuklukları Akademisi Raporu. <http://www.aedweb.org/downloads/Guide-Turkish.pdf> , Erişim Tarihi: 15.06.2016.
- Alan, H., (2011). Doğum Sonrası Dönemde Sosyal Desteğin Anne Bebek Bağlılığına Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Atak, H. ve Taştan, N., (2012). Romantik İlişkiler ve Aşk. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi, 4 (4): 520-546.
- Ainsworth, M., (1969). Object Relations, Dependency, And Attachment: A Theoretical Review Of Theinfant-mother Relationship. Child Development, 40: 969-1025.
- Aydın, C. (2010). Yeme Tutumu Ortorektik Belirtiler ve Ana-babaya Bağlanma Arasındaki İlişkiler. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Bahadır, Ş., (2006). Romantik İlişkilerde Bağlanma Stilleri, Çatışma Çözme Stratejileri ve Olumsuz Duygu Durumunu Düzenleme Arasındaki İlişki. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Batum, P., (2008). “Kişilik Bozuklukları ve Yeme Bozuklukları: Etiyolojik İlişkiler ve Cevaplanmamış Sorular”. Türk Psikoloji Yazıları, 11 (21): 65-73.
- Boyacıoğlu, İ. ve Sümer, N., (2011). Bağlanma Boyutları, Otobiyografik Bellek ve Geçmişini Kabul Etme. Türk Psikoloji Dergisi, 26 (67): 105-118.
- Balcıoğlu, İ., Başer, S.Z., (2008). Obezitenin Psikiyatrik Yönü- Türkiye’de Sık Karşılaşılan Psikiyatrik Hastalıklar. İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, Sempozyum dizisi:62,341-3478.

- Burç, B. (2015). Üniversite Öğrencilerinde Yeme Tutumları ile Dürtüsellik ve Aleksitimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bushi, B. (2016). Üniversite Öğrencilerinde Yeme Tutumu, Anksiyete ve Öznel İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Curun, F. ve Çapkın, M., (2014). “Romantik Kıskançlığın Bağlanma Stilleri, Benlik Saygısı, Kişilik Özellikleri ve Evlilik Doyumu Açısından Yordanması”. Psikoloji Çalışmaları Dergisi, 34 (1): 1-22.
- Çalışır, M., (2009). “Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonlar İlişkisi”. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi, (1): 240-255.
- Erdem, Ş. ve Kabasakal, Z., (2015). “Psikolojik İyi Olma ve Yetişkin Bağlanma Boyutları”. Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 4 (1): 82-90.
- Erol, A., Toprak, G., Yazıcı, F. ve Erol, S. (2000). Üniversite Öğrencilerinde Yeme Bozukluğu Belirtilerini Yordayıcı Olarak Kontrol Odağı ve Benlik Saygısının Karşılaştırılması. Klinik Psikiyatri;3:147-152.
- Erzi, S. (2012). Kız Üniversite Öğrencilerinin Yeme Tutumları ile Yetişkin Bağlanma Stilleri ve Stresle Başa Çıkma Yollarının İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Güleç Öyekçin, D. ve Şahin, E.M., (2011). “Yeme Bozukluklarına Yaklaşım”. Türk Aile Hekimliği Dergisi, 15 (1): 29-35.
- Gündüz, B., (2013). “Bağlanma Stilleri, Akılcı Olmayan İnançlar ve Psikolojik Belirtilerin Bilişsel Esnekliği Yordamadaki Katkıları”. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi, 13 (4): 2071-2085.
- Gürdal Küey, A., (2008). “Yeme Bozuklukları”. İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, (63): 81-83.

- Gürdal, A., (1999). “Yeme Bozuklukları ve Tedavisi”. Klinik Psikofarmakoloji Bülteni”, 9 (1): 21-27.
- İlhan, T. ve Özdemir, Y., (2012). “Beliren Yetişkinlerde Yaş, Cinsiyet ve Bağlanma Stilllerinin Kimlik Statüleri Üzerindeki Yordayıcı Rolü”. Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi, (19): 227-241.
- Kaplan, B. ve Aksel, A.Ş., (2013). “Ergenlerde Bağlanma ve Saldırganlık Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”. Nesne Psikoloji Dergisi, 1 (1): 20-49.
- Karasar, N. (2009). Araştırmalarda Rapor Hazırlama, Ankara: Nobel Yayınevi.
- Karataş, S. (2017). Yetişkin Bireylerin Kendini Kabul Düzeyleri ile Yeme Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kırimer, F., Akça, E. ve Sümer, N., (2014). “Orta Çocuklukta Anneye Kaygılı ve Kaçman Bağlanma: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri -II Orta Çocukluk Dönemi Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması”. Türk Psikoloji Yazıları, 17 (33): 45-57.
- Kutlu, B. (2009). Beden İmajının Gelişimi ve Sağlıklı Beden Ağırlığının Korunmasında Yemeye İlgili Tutumlar, Temel İnançlar ve Ebeveyne Bağlanmanın Rolü. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Locke, K.D., (2008). “Attachment Styles and Interpersonal Approach and Avoidance Goals in Everyday Couple Interactions”. Personal Relationships Journal, (15): 359-374.
- Maner, F., (2001). “Yeme Bozuklukları”, Psikiyatri Dünyası, (5): 130-139.
- Morsünbül, Ü. ve Çok, F., (2011). Bağlanma ve İlişkili Değişkenler. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi, 3 (3): 553-570.

- Oral, N. ve Şahin, N.S. (2008). “Yeme Tutum Bozukluğunun Kişilerarası Şemalar, Bağlanma, Kişilerarası İlişki Tarzları ve Öfke ile İlişkisi”. Türk Psikoloji Dergisi, 23 (62), 37-48.
- Öyekçin, D.G. ve Şahin, E.M., (2011). “Yeme Bozukluklarına Yaklaşım”. Türk Aile Hekimleri Dergisi, 15 (1): 29-35.
- Özer, A. ve Cihan Güngör, H., (2012). “Yükleme Tarzları, Bağlanma Stilleri ve Kişilik Özelliklerine Göre Evlilik Uyumu”. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 8 (2): 11-24.
- Özer, M., (2011). Suçluluk-Utanç, Bağlanma, Algılanan Ebeveynlik Tarzı ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkiler. Yüksek Lisans Tezi, Kara Harp Okulu Savunma Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özgür, Ö., (2011). “Kurum Bakımı Altındaki Çocukları Anlamak ve Onlarla Çalışmak: Bağlanma Teorisinden Bir Bakış”. E-Journal of New World Sciences Academy, 6 (1): 96-106.
- Sabuncuoğlu, O. ve Berkem, M., (2006). “Bağlanma Biçemi ve Doğum Sonrası Depresyon Belirtileri Arasındaki İlişki: Türkiye’den Bulgular”. Türk Psikiyatri Dergisi, 17 (4): 252-258.
- Sümer, N. ve Anafarta Şendağ, M., (2009). “Orta Çocukluk Döneminde Ebeveynlere Bağlanma, Benlik Algısı ve Kaygı”. Türk Psikoloji Dergisi, 24 (63): 86-101.
- Tahiroğlu, A.T., Fırat, S., Diler, R.S. ve Avcı, A., (2005). “Erkek Çocuklarda Yeme Bozuklukları; Bir Anoreksiya Nervosa Vakası”. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi, (48): 151-157.
- Terzi, Ş. ve Cihangir Çankaya, Z., (2009). “Bağlanma Stillerinin Öznel İyi Olmayı ve Stresle Başa Çıkma Tutumlarını Yordama Gücü”. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4 (31): 1-11.

- Topkara, G. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Yeme Tutumları ve Yetişkin Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tural Büyük, E. ve Duman, G., (2014). “Farklı Okullarda Okuyan Lise Öğrencilerinin Yeme Tutum ve Davranışlarının Değerlendirilmesi”. The Journal of Pediatric Research, 1 (4): 212-217.
- Turan, Ş., Poyraz, C.A. ve Özdemir, A., (2015). “Tikanırçasına Yeme Bozukluğu”. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi, 7 (4): 419-435.
- Tüzün, O. ve Sayar, K., (2006). “Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji”. Düşünen Adam Dergisi, 19 (1): 24-39.
- Ulaş, B., Uncu, F., Üner, S. (2013). Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinde Olası Yeme Bozukluğu Sıklığı ve Etkileyen Faktörler. İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi 2013; 2: 15-22.
- Ünalın, D., Öztop, D., Elmalı, F., Öztürk, A., Konak, D., Pırlak, B., Güneş, D. (2009). Bir Grup Sağlık Yüksekokulu Öğrencisinin Yeme Tutumları ile Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Arasındaki İlişki. İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 16 (2) 75-81.
- Vardal, E. (2015). Yeme Tutumu: Bağlanma Stilleri ve Geşalt Temas Biçimleri Açısından Bir Değerlendirme. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Vardar, E. ve Erzenin, M., (2011). “Ergenlerde Yeme Bozukluklarının Yaygınlığı ve Psikiyatrik Eş Tanıları İki Aşamalı Toplum Merkezli Bir Çalışma”. Türk Psikiyatri Dergisi, 22 (4): 205-212.
- Yağmurlu, B. ve Kodalak, A.C., “Bağlanma: Çocuk, Ebeveyn ve Etkileşimleri”, https://ais.ku.edu.tr/AR/BSELCUK200933_BaglanmaCocukEbeveyn.pdf , Erişim Tarihi: 10.06.2016

Yılmaz, B. (2017). Bir Grup Lise Öğrencisinin İnternet Kullanımlarının Beden Algıları ve Yeme Tutumları ile İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi. Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yılmaz, S.D. ve Beji, N.K., (2010). “Gebelerin Stresle Başa Çıkma, Depresyon ve Prenatal Bağlanma Düzeyleri ve Bunları Etkileyen Faktörler”. Genel Tıp Dergisi, 20 (3): 99-108.

Yılmaz, S.D., (2013). “Prenatal Anne-Bebek Bağlanması”. Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi, 10 (3): 28-33.

WHO,2016-07-04 <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en>.

EKLER

EK-1

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sayın katılımcılar;

Bu anket Yüksek Lisans tezi için toplanmaktadır. Aşağıda sizi tanımamıza yönelik bazı sorular bulunmaktadır. Sorulara içtenlikle cevap vermeniz araştırmanın güvenilirliği açısından önem taşımaktadır. Test üzerinde kimliğinizi belirten herhangi bir soru bulunmamaktadır. Bu nedenle her soru için mümkün olduğunuzca samimi bir şekilde size uyan cevabı işaretleyiniz. Lütfen her maddeyi cevaplandığımdan emin olun.

Katılımınız için teşekkür ederim.

1. Cinsiyetiniz?

- Erkek
 Kadın

2. Kaç yaşındasınız?

	Daima	Çok Sık	Sık Sık	Bazen	Nadiren	Hiçbir Zaman
1. Başkaları ile birlikte yemek yemekten hoşlanırım.						
2. Başkaları için yemek pişiririm fakat pişirdiğim yemeği yemem.						
3. Yemekten önce sıkıntılı olurum.						
4. Şişmanlıktan ödüm kopar.						
5. Acıktığımda yemek yememeye çalışırım.						
6. Aklım fikrim yemektedir.						
7. Yemek yemeyi durduramadığım zamanlar oldu.						
8. Yiyeceğimi küçük küçük parçalara bölerim.						
9. Yediğim yiyeceğin kalorisini bilirim.						
10. Ekmek, patates, pirinç gibi yüksek kalorili yiyeceklerden kaçınırım.						
11. Yemeklerden sonra şişkinlik hissederim.						
12. Ailem fazla yememi bekler.						
13. Yemek yedikten sonra kusarım.						
14. Yemek yedikten sonra aşırı suçluluk duyarım.						
15. Tek düşüncem daha zayıf olmaktır.						
16. Aldığım kalorileri yakmak için yorulana kadar egzersiz yaparım.						
17. Günde birkaç kez tartılırım.						
18. Vücudumu saran dar elbiselerden hoşlanırım.						
19. Et yemekten hoşlanırım.						

20. Sabahları erken uyanırım.						
21. Günlerce aynı yemeği yerim.						
22. Egzersiz yaptığımda harcadığım kalorileri hesaplarım.						
23. Adetlerim düzenlidir.						
24. Başkaları zayıf olduğumu düşünür.						
25. Şişmanlayacağım (vücudumun yağ toplayacağı) düşüncesi zihnimi meşgul eder.						
26. Yemeklerimi yemek başkalarıminkinden uzun sürer.						
27. Lokantada yemek yemeyi severim.						
28. Müşil kullanırım.						
29. Şekerli yiyeceklerden kaçınırım.						
30. Diyet (perhiz) yemekleri yerim.						
31. Yaşamımı yiyeceğin kontrol ettiğini düşünürüm.						
32. Yiyecek konusunda kendimi denetleyebilirim.						
33. Yemek konusunda başkalarının bana baskı yaptığını düşünürüm.						
34. Yiyeceklerle ilgili düşünceler çok zamanımı alır.						
35. Kabızlıktan yakınırım.						
36. Tatlı yedikten sonra rahatsız olurum.						
37. Perhiz yaparım.						
38. Midemin boş olmasından hoşlanırım.						
39. Şekerli / yağlı yiyecekleri denemekten hoşlanırım.						
40. Yemeklerden sonra içimden kusmak gelir.						

EK-3 YAKIN İLİŞKİLER YAŞANTILAR ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilgilidir. Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şu anda değil, genel olarak neler olduğuyla ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Maddelerde sözü geçen "birlikte olduğum kişi" ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Eğer halihazırda bir romantik ilişki içerisinde değilseniz, aşağıdaki maddeleri bir ilişki içinde olduğunuzu varsayarak cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşısındaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak gösteriniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7
Hiç katılmıyorum Kararsızım/ fikrim yok Tamamen katılıyorum

1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
4. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
5. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemsemişim kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda	1	2	3	4	5	6	7

çok rahatımdır.							
9. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.	1	2	3	4	5	6	7
10. Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7
11. İlişkilerimi kafama çok takarım.	1	2	3	4	5	6	7
12. Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
17. Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam.	1	2	3	4	5	6	7
18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez	1	2	3	4	5	6	7
19. Romantik ilişkide olduğum kişi kendimden şüphe etmeme neden olur.	1	2	3	4	5	6	7
20. Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.	1	2	3	4	5	6	7
21. Terk edilmekten pek korkmam.	1	2	3	4	5	6	7
22. Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.	1	2	3	4	5	6	7

23. Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
24. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7
25. Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularımı sebepsiz yere değiştirirler.	1	2	3	4	5	6	7
26. Başımdan geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum.	1	2	3	4	5	6	7
27. Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.	1	2	3	4	5	6	7
28. Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
29. Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıktan sonra, "gerçek ben"den hoşlanmayacağından korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
30. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanma konusunda rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
31. Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görememek beni öfkelenendirir.	1	2	3	4	5	6	7
32. Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip inanmak benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
33. Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım	1	2	3	4	5	6	7
34. Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
35. Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda önemser.	1	2	3	4	5	6	7
36. Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.	1	2	3	4	5	6	7

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı soyadı : Feyza AĞAÇ
Doğum Tarihi : 21.06.1992
E-mail : feyzaagac@hotmail.com
Adres : Ataköy 9. kısım A/13a Daire:63 Kat :12
BAKIRKÖY/İSTANBUL

EĞİTİM

- ✓ Hasta İletişim Birimi, Hasta Hakları Eğitim Semineri, 2016, İstanbul
- ✓ Hipnoz Uygulamalı Eğitimi, Klinik Adli Psikoloji Derneği, 2015
- ✓ Bilişsel Davranışçı Terapilerin Klinik Uygulamaları, Dabatem, 2015
- ✓ EMDR 1. düzey eğitimi, Davranış Bilimleri Enstitüsü , 2014, İstanbul
- ✓ Uygulamalı Denver II Testi Gelişimsel Tarama Testi Eğitimi, 2014, İstanbul
- ✓ Haliç Üniversitesi Psikoloji Günleri, 2013, İstanbul
- ✓ Diksiyon ve Etkili Konuşma, 2012-2013, İKÜSEM Oyunculuk Atölyesi İstanbul
Liderlik Kampı Eğitimi, IEEE, 2011 • Bonzai Hayır Diyoruz, 2014, İstanbul
- ✓ Çocuk Çizimlerinin Analitik Yorumu, 2014, İKÜ, İstanbul

YABANCI DİL(LER) ve DÜZEYİ

	<u>Okuma</u>	<u>Yazma</u>	<u>Konuşma</u>
İngilizce	:	İYİ	

İŞ GEÇMİŞİ

- ✓ ÖZEL ATAKÖY HASTANESİ / Klinik Psikolog / 19 Ocak,2015 (halen) - İSTANBUL ŞAFAK HASTANESİ /Klinik Psikolog/ Ocak, 2015
- ✓ ŞAFAK TIP MERKEZİ /Klinik Psikolog / Ocak, 2015 -MEDICAL PARK ONKOLOJİ HASTANESİ / Gönüllü Psikolog / Ocak, 2015
- ✓ PANDOST ONKOLOJİ ve PANİKATAKLILAR DERNEĞİ/ Gönüllü Psikolog / Aralık, 2013
- ✓ ÇADEM PSİKOLOJİ/ Stajyer Psikolog/ Şubat, 2014
- ✓ BAKIRKÖY RUH VE SİNİR HASTALIKLARI HASTANESİ/ Stajyer Psikolog / Ocak, 2- 014
- ✓ İSTANBUL ADALET SARAYI, ÇAĞLAYAN ADLİYESİ / Stajyer Psikolog / Mayıs, 2013

BİLİMSEL YAYINLAR VE ÇALIŞMALAR

- ✓ İlkokul, Lise ve Üniversite Öğrencilerinin Eğitimden Beklentileri İstanbul Kültür Üniversitesi Mayıs, 2012 , (Dönem Tezi)
- ✓ Ebeveyn tutumu ve akademik başarı arasındaki ilişkide güdülenme faktörünün biçimlendirici rolü İstanbul Kültür Üniversitesi Mayıs, 2014, (Bitirme Projesi Tezi) • Yaşlılık döneminde teknolojik gelişmelere uyum sağlama süreci ve bakış açısı Üsküdar Üniversitesi Aralık, 2014, (Bildiri)

- ✓ Stresle başa çıkmanın 8 yolu Şık hayat (özel haber) Aralık, 2014, (<http://hayat.sozcu.com.tr/>)
- ✓ Üniversite öğrencilerinin akademik başarı ve problem çözme yetilerinde tiyatro sanatının rolü Üsküdar Üniversitesi Ocak, 2015, (Bilimsel Araştırma Makalesi) • Hipnoz ve tedaviler yazısı <http://www.temizmagazin.com/saglik/psikolog-feyzaagac-hipnozla-hangi-hastaliklar-tedavi-ediliyor/2718> ,2016
- ✓ Bahar yorgunluğu mu depresyon mu ? <http://www.temizmagazin.com/saglik/psikolog-feyzaagac-yaziyor-yaz-gunu-depresyon-mu-olurmus/3583> .,2016
- ✓ Rüyalar ve bilinçdışı <http://www.temizmagazin.com/saglik/psikolog-feyzaagacyaziyor-ruyalarinizin-hayatinizla-baglantisini/2370> ,2016 • Prof. Dr. Ahmet AKGÜL ile Uzay haber tv Sağlık programı Beden algı bozukluğu <http://www.youtube.com/watch?v=-EYPd3XkFew&sns=em>
- ✓ Sağlıkta Şafak Vakti Sağlık programı, Cem tv , OKB üzerine <http://www.youtube.com/watch?v=-EYPd3XkFew&sns=em> • Meral Karadağ ile Sağlık Merkezi, Kanal 24, Panik atak üzerine
- ✓ http://www.medyatakip.com/medya_sistem/gb_videoynat.php?gnosif=esBvYvg0ZoWNFG0yA8iYw..&mnosif=aG_C113RaDg.&st=2 • Star Gazetesi köşe yazısı, saat değişikliği zararı neler olabilir? http://www.medyatakip.com/medya_sistem/yb_kupurgoster.php?gnosif=o-FkBH-7G50MMdS_VRG8lQ..&mnosif=aG_C113RaDg.&st=2&marka=16040
- ✓ Türk Obezite Cerrahisi Platformu, Obezim ama mutluyum ? Op. Dr. Fakı AKIN ile seminer, 2015, İstanbul