



Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**DUYGU DÜZENLEME SÜREÇLERİ, KADINSILIK - ERKEKSİLİK
ALGISI, BEDEN MEMNUNİYETSİZLİĞİ İLE YEME
TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ: BİR MODEL ÖNERİSİ**

Fatma Mahperi HEKİMOĞLU

Doktora Tezi

Ankara, 2019

**DUYGU DÜZENLEME SÜREÇLERİ, KADINSILIK - ERKEKSİLİK
ALGISI, BEDEN MEMNUNİYETSİZLİĞİ İLE YEME
TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ: BİR MODEL ÖNERİSİ**

Fatma Mahperi HEKİMOĞLU

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Bilim Dalı

Doktora Tezi

Ankara, 2019

KABUL VE ONAY

FATMA MAHPERİ HEKİMOĞLU tarafından hazırlanan “**DUYGU DÜZENLEME SÜREÇLERİ, KADINSILIK- ERKEKSİLİK ALGISI, BEDEN MEMNUNİYETSİZLİĞİ İLE YEME TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ: BİR MODEL ÖNERİSİ**” başlıklı bu çalışma, 30.01.2019 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Doktora Tezi olarak kabul edilmiştir.

Doç. Dr. Sait ULUÇ (Başkan)

Prof. Dr. Elif BARIŞKIN (Danışman)

Doç. Dr. Müjgan İNÖZÜ

Dr. Öğr. Üyesi Meltem ANAFARTA ŞENDAĞ

Doç. Dr. Bikem HACİÖMEROĞLU

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylım.

Prof. Dr. Musa Yaşar SAĞLAM

Enstitü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin/raporun tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin/raporumun kağıt ve elektronik kopyalarının Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- Tezimin/Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.
- Tezim/Raporum sadece Hacettepe Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.
- Tezimin/Raporumun ...1... yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

30.01.2019

Fatma Mahperi HEKİMOĞLU

YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI

Enstitü tarafından onaylanan lisansüstü tezimin/raporumun tamamını veya herhangi bir kısmını, basılı (kâğıt) ve elektronik formatta arşivleme ve aşağıda verilen koşullarla kullanıma açma iznini Hacettepe Üniversitesine verdiğimi bildiririm. Bu izinle Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikri mülkiyet haklarım bende kalacak, tezimin tamamının ya da bir bölümünün gelecekteki çalışmalarda (makale, kitap, lisans ve patent vb.) kullanım hakları bana ait olacaktır.

Tezin kendi orijinal çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Tezimde yer alan telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izin alınarak kullanılması zorunlu metinlerin yazılı izin alınarak kullandığımı ve istenildiğinde suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

o Tezimin/Raporumun tamamı dünya çapında erişime açılabilir ve bir kısmı veya tamamının fotokopisi alınabilir.

(Bu seçenekle teziniz arama motorlarında indekslenebilecek, daha sonra tezinizin erişim statüsünün değiştirilmesini talep etmeniz ve kütüphane bu talebinizi yerine getirse bile, teziniz arama motorlarının önbelleklerinde kalmaya devam edebilecektir)

o Tezimin/Raporumuntarihine kadar erişime açılmasını ve fotokopi alınmasını (İç Kapak, Özet, İçindekiler ve Kaynakça hariç) istemiyorum.

(Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir, kaynak gösterilmek şartıyla bir kısmı veya tamamının fotokopisi alınabilir)

o Tezimin/Raporumun... 12.02.2020.....tarihine kadar erişime açılmasını istemiyorum ancak kaynak gösterilmek şartıyla bir kısmı veya tamamının fotokopisinin alınmasını onaylıyorum.

o Serbest Seçenek/Yazarın Seçimi

30 /01/ 2019

Fatma Mahperi HEKİMOĞLU

ETİK BEYAN

Bu çalışmadaki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, görsel, işitsel ve yazılı tüm bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, kullandığım verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı, yararlandığım kaynaklara bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu, tezimin kaynak gösterilen durumlar dışında özgün olduğunu, Tez Danışmanının **Prof. Dr. Elif BARIŞKIN** danışmanlığında tarafımdan üretildiğini ve Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Yönergesine göre yazıldığını beyan ederim.

Fatma Mahperi HEKİMOğLU

‘İnsan kadın olarak dünyaya gelmez, zamanla kadın olur.’

SİMONE DE BEAUVOİR

TEŞEKKÜR

Bu tez çalışması ile sonuna geldiğim doktora eğitiminde bana büyük katkıları olan hocalarıma minnet borçluyum. Başta tez danışmanım Prof. Dr. Elif BARIŞKIN'a hem eğitimin boyunca hem de tez sürecinde bana sunduğu katkı, anlayış ve desteği için teşekkür ederim. Ayrıca, Tez İzlem Komitem ve Tez Savunma Jürimde olan hocalarım Dr. Öğr. Üyesi Meltem Anafarta Şendağ, Doç. Dr. Bikem Hacıömer, Doç. Dr. Müjgan İnözü ve Doç. Dr. Sait Uluç'a gösterdikleri ilgi ve destek için teşekkür ederim.

Öğrencisi olmaktan dolayı gurur duyduğum, emekli olmadan önce ders alma ve beraber çalışma fırsatı bulduğum hocalarım Prof. Dr. Ferhunde Öktem ve Prof. Dr. Gonca Soygüt Pekak'a klinik psikolog olma yolunda verdikleri emekler için sonsuz teşekkürler. Sadece akademik hayatta desteklerini hissetmediğim; her zaman kapılarını çalıp, akıl danıştığım, gülüp, ağladığım güvenli ortamı sağladıkları için Doç. Dr. Sait Uluç ve Doç. Dr. Müjgan İnözü 'ye ayrıca bir kez daha teşekkür etmek istiyorum. Tez süresince beraber çalışsak da doktora eğitimime sağladıkları katkılar için Prof. Dr. İhsan Dağ ve Doç. Dr. Sedat Işıklı'ya teşekkür ederim.

Hacettepe Üniversitesindeki yolculuğumda beraber yol aldığımız sevgili dönem arkadaşlarım Hüseyin Nergiz, Nuray Mustafaoğlu Çiçek ve Yasemin Kahya ile bu süreci geçirmekten dolayı kendimi çok şanslı hissediyorum. İş arkadaşlığından öte her zaman saygı ve güven ilişkisi içinde geçirdiğimiz süreçte sizlerden çok şey öğrendim, güzel dostluğunuz ve anılar için nasıl teşekkür etsem bilemiyorum.

Farklı yerlerde olsak bile bu tez sürecinde bana tezimin gözden geçirme sürecinde ve zorlandığım noktalarda fikirleriyle zihnimi netleştirerek bu uzun süreçte beni hiç yalnız bırakmayan arkadaşlarım Nermin Taşkale ve Begüm Yüksel ile tezimin son okumalarına desteği için Nuray Mustafaoğlu Çiçek'e teşekkür borçluyum.

Son olarak doktora eğitimim boyunca vermiş olduğu burs desteğinden dolayı TÜBİTAK'a teşekkür ederim.

ÖZET

HEKİMOĞLU, Fatma Mahperi. *Duygu Düzenleme Süreçleri, Olumlu-Olumsuz Duygulara Verilen Tepkiler, Kadınlık-Erkeklik İdeolojisinin Beden Memnuniyetsizliği ile Yeme Tutumları Arasındaki İlişki: Bir Model Önerisi*, Doktora Tezi, Ankara, 2019.

Bu çalışmada yeme tutumlarındaki bozulmalarla ilişkili olduğu düşünülen olumlu ve olumsuz duyguların düzenlenme süreçleri, kadınlığa ve erkeklığe dair normlara bağlılık ve beden memnuniyetsizliği faktörlerinin birbiriyle ilişkisini açıklayan kuramsal modelin test edilmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda ön çalışmada, Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği (KDDÖ), Erkekler Özgülü Beden Tutum Ölçeği (EBÖBTÖ) ve Ben-Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği (BTWBTÖ)'nin psikometrik özellikleri incelenmiştir. Ön çalışmanın örneklemini (N= 1516) Akdeniz Üniversite'sinin farklı bölümlerinde okuyan kadın ve erkek katılımcılardan oluşmaktadır. Her üç ölçeğin de Türkçe formlarının kabul edilebilir düzeyde geçerli ve güvenilir olduğu bulunmuştur. Ana çalışmada ise ilgili alan yazın doğrultusunda oluşturulan kuramsal model, ön çalışma örneklemine benzer özelliklerdeki 430 kadın ve 414 erkek üzerinde test edilmiştir. Katılımcılara Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği, Yeme Tutum Testi, Erkeklik Rol Normları Ölçeği, KDDÖ, BTWBTÖ ve EBÖBTÖ uygulanmıştır. Kadınlar arasında test edilen modele göre, kadınlığa dair düşüncelere bağlılığın, beden memnuniyetsizliğindeki artışı ve bozulmuş yeme tutumlarındaki azalmayı doğrudan yordadığı bulunmuştur. Kadınlarda duygu düzenleme süreçleri beden memnuniyetsizliğindeki azalmayı negatif yönde yordarken, yeme tutumlarındaki bozulmayı pozitif yönde doğrudan yordamaktadır. Kadınlarda değişkenler arasındaki dolaylı ilişkiler incelendiğinde duygu düzenleme süreçlerinin kullanımındaki artış dolaylı olarak yeme tutumlarındaki bozulmayı negatif yönde yordarken, kadınlığa dair düşüncelere bağlılık dolaylı olarak yeme tutumlarındaki bozulmayı pozitif yönde yordamaktadır. Ayrıca, kadınların erkeklik rol normlarına yönelik onaylarındaki artış, yeme tutumlarındaki bozulmaları pozitif yönde yordamaktadır. Erkeklerde ise duygu düzenleme süreçlerinin kullanımındaki artış, yeme tutumlarındaki bozulmaları pozitif yönde yordamaktadır. Bununla birlikte, erkeklik rol normlarına bağlılığın artması,

beden memnuniyetsizliğini doğrudan, yeme tutumlarındaki bozulmaları ise dolaylı olarak pozitif yönde yordamaktadır. Ek olarak hem kadınlarda hem de erkeklerde beden memnuniyetsizliğindeki artış, yeme tutumlarındaki bozulmaları pozitif yönde yordamaktadır. Araştırmanın bulguları ve klinik doğurguları ilgili alan yazın ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Sözcükler

duygu düzenleme, yeme tutumu, beden memnuniyetsizliği, cinsiyet normları, geleneksel cinsiyet rolleri

ABSTRACT

HEKİMOĞLU, Fatma Mahperi. *The Relationship Between Emotion Regulation, Femininity and Masculinity Norms, Body Dissatisfaction and Eating Attitudes: A Model Proposal*. PhD Dissertation, Ankara, 2019.

The aim of this study was to test the theoretical models explaining the relationship between regulation of positive and negative emotions, femininity and masculinity norms, body dissatisfaction and deterioration in eating attitudes. For this aim, the psychometric properties of Femininity Ideology Scale (FIS), Male Body Attitude Scale (MBAS) and Ben-Tovim Walker Body Attitude Scale (BTWBTO) were examined in the preliminary study. The sample of the preliminary study ($N= 1516$) consisted of male and female participants studying in different departments of Akdeniz University. The results of the preliminary study indicated that Turkish versions of all three scales were valid and reliable with acceptable ranges. In the main study, the theoretical models based on the literature were tested on 430 women and 414 men with the same characteristics of the preliminary study. In the main study, Emotion Regulation Processes Scale, Eating Attitude Test, Male Role Norms Scale, FIS, MBAS and BTWBTO were filled out by the participants. The model tested for women showed that adherence to the ideas of femininity directly predicted the increase in body dissatisfaction and the decrease in impaired eating attitudes. In women, emotion regulation processes positively affected the decrease in body dissatisfaction while predicting deterioration of eating attitudes in a positive direction. When the indirect relationships between the variables were examined in women, the increase in the use of emotion regulation processes indirectly predicted the decrease in eating attitudes, while adherence to thoughts on femininity indirectly predicted deterioration in eating attitudes in a positive way. In addition, the increase in women's approvals for masculine role norms positively predicted deterioration in eating attitudes. In men, the increase in the use of emotion regulation processes positively predicted the deterioration in eating attitudes. However, increase in adherence to masculinity role norms positively predicted body dissatisfaction and indirectly impaired eating attitudes. In addition, the increase in body dissatisfaction in both men and women positively predicted deterioration in eating

attitudes. The findings and clinical implications of the study were discussed in the light of the literature.

Keywords: emotion regulation, eating attitudes, body dissatisfaction, gender norms, traditional gender role

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	i
BİLDİRİM	ii
YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI	iii
ETİK BEYAN	iv
ADAMA	v
TEŞEKKÜR	vi
ÖZET	vii
ABSTRACT	ix
İÇİNDEKİLER	xi
TABLolar DİZİNİ	xix
ŞEKİLLER DİZİNİ	xxii
KISALTMALAR DİZİNİ	xxiii
GİRİŞ	1
1. BÖLÜM: YEME BOZUKLUKLARI	2
1.1. DSM SİSTEMİNDE YEME BOZUKLUKLARI ALANINDA YAPILAN DEĞİŞİKLİKLER	3
1.2. YEME BOZUKLUKLARININ YAYGINLIK ORANLARI	5
1.3. YEME BOZUKLUKLARINDA EŞ TANI	7
2. BÖLÜM: DUYGU DÜZENLEME VE YEME TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ	8
2.1. DUYGU DÜZENLEME	8
2.1.1. Duygu Düzenleme Süreci	9
2.1.2. Duygu Düzenleme Süreci ve Psikopatoloji	12
2.2. DUYGU DÜZENLEME SÜRECİ: OLUMLU VE OLUMSUZ DUYGULAR	15
2.2.1. Olumlu Duyguların Düzenlenmesi	17
2.3. DUYGU DÜZENLEME VE YEME BOZUKLUKLARI	19
2.3.1. Olumsuz Duyguların Düzenlenmesi: Yeme Tutumu	21
2.3.2. Olumlu Duygular, Duygu Düzenleme ve Yeme Tutumu	22
3. BÖLÜM: BEDEN İMGESİ	25

3.1. FARKLI GELİŞİM DÖNEMLERİ VE BEDEN MEMNUNİYETSİZLİĞİ.....	25
3.2. BEDEN MEMNUNİYETSİZLİĞİ, DUYGU DÜZENLEME VE YEME TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ	28
3.2.1. Yeme Bozuklukları ve Beden Memnuniyetsizliğinde Cinsiyet Farklılıkları	30
4. ÇALIŞMANIN AMACI	37
5. ARAŞTIRMA SORULARI	39
BÖLÜM II	40
6. BEN TOVİM WALKER BEDEN TUTUM ÖLÇEĞİ (BTWBTÖ)'NİN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI ...	40
6.1. BTWBTÖ'NÜN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI: YÖNTEM	41
6.1.1. BTWBTÖ'nün Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması: Örneklem	41
6.1.2. BTWBTÖ'nün Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması:Veri Toplama Araçları	43
6.1.2.1. Sosyo-Demografik Form-I	43
6.1.2.2. Ben-Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği	43
6.1.2.3. Yeme Tutumu Testi (YTT)	44
6.1.2.4. Vücut Algısı Ölçeği (VAÖ)	45
6.1.2.5. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	46
6.2. BTWBTÖ'nün GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI: İŞLEM	47
6.2.1. BTWBTÖ'nün Çeviri Süreci	47
6.2.2. BTWBTÖ'nün Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması: Veri Toplama Süreci	47
6.2.3. BTWBTÖ'nün Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması: Veri Analizi Süreci	48
6.2.4. BTWBTÖ'nün Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması :Doğrusallık Sayıltılarının İncelenmesi	48
6.3. BTWBTÖ'NÜN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI:	49

BULGULAR	
6.3.1. BTWBTÖ'nün Faktör Analizi Bulguları	49
6.3.2. BTWBTÖ'nün Faktör Yapısının Doğrulanması	58
6.4. BTWBTÖ'NÜN PSİKOMETRİK ÖZELLİKLERİ	59
6.5. BTWBTÖ'NÜN BİRLEŞEN GEÇERLİĞİ	61
6.6. DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLER İLE BTWBTÖ'DEN ALINAN PUANLAR ARASINDAKİ İLİŞKİ	64
6.7. BTWBTÖ'NÜN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI: SONUÇ	64
7. ERKEKLERE ÖZGÜ BEDEN TUTUM ÖLÇEĞİ	68
(EÖBTÖ)'NİN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ	
7.1. EÖBTÖ'NÜN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ: ÖRNEKLEM	68
7.2. EÖBTÖ'NÜN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ: VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	70
7.2.1. Sosyo- Demografik Form II	71
7.2.2. Kashi Olma İsteği Ölçeği	71
7.2.3. Sosyal Beğenilirlik Ölçeği	72
7.2.4. Erkeklerle Özgü Beden Tutum Ölçeği	72
7.2.5. Yeme Tutum Testi	73
7.2.6. Vücut Algısı Ölçeği (VAÖ)	73
7.2.6. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	73
7.3. EÖBTÖ'NÜN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ: İŞLEM	73
7.3.1. EÖBTÖ'nün Çeviri Süreci	73
7.3.2. EÖBTÖ'nün Veri Toplama Süreci	74
7.3.3. EÖBTÖ'nün Veri Analizi Süreci	74
7.4. EÖBTÖ'NÜN GÜVENİRLİK VE GEÇERLİK ANALİZLERİ: BULGULAR	75
7.4.1. EÖBTÖ'nün Faktör Analizi Bulguları	75
7.4.2. EÖBTÖ'nün Güvenirlik Analizleri	77

7.4.3. EÖBTÖ'nün Birleşen Geçerliği	78
7.5. EÖBTÖ'NÜN GÜVENİRLİK VE GEÇERLİK ANALİZLERİ:	80
SONUÇ	
8. KADINLIĞA DAİR DÜŞÜNCELER ÖLÇEĞİ- KISA FORMU	82
(KDDÖ-K): GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ	
8.1. KDDÖ-K'NİN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ:	82
YÖNTEM	
8.1.1. KDDÖ-K'nin Geçerlik ve Güvenirlik Analizi: Örneklem	82
8.2. KDDÖ-K'NİN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ: VERİ	84
TOPLAMA ARAÇLARI	
8.2.1. Sosyo- Demografik Bilgi Formu-III.....	84
8.2.2. Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği	84
8.2.3. Bem Cinsiyet Rolü Envanteri	86
8.2.4. Erkeklik Rol Normları	87
8.2.5. Görünüme Yönelik Sosyo-Kültürel Tutumlar Ölçeği	87
8.3. KDDÖ-K'NİN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ: İŞLEM	88
8.3.1. KDDÖ-K'nin Geçerlik Ve Güvenirlik Analizi: Çeviri Süreci	88
8.3.2. KDDÖ-K'nin Geçerlik Ve Güvenirlik Analizi: Veri	88
Toplama Süreci	
8.3.3. KDDÖ-K'nin Geçerlik ve Güvenirlik Analizi: Doğrusallık	89
Sayıtlarının İncelenmesi	
8.3.4. KDDÖ-K'nin Geçerlik Ve Güvenirlik Analizi: Veri Analizi	89
Süreci	
8.4. KDDÖ-K'NİN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ:	90
BULGULAR	
8.4.1. Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği Kısa Formu (KDDÖ-	90
K)'nun Faktör Analizi Bulguları	
8.5. KADINLIĞA DAİR DÜŞÜNCELER ÖLÇEĞİ KISA FORMU	91
(KDDÖ-K)'NUN BİRLEŞEN GEÇERLİĞİ	
8.6. KADINLIĞA DAİR DÜŞÜNCELER ÖLÇEĞİ KISA FORMU	93
(KDDÖ-K)'NUN GÜVENİRLİK ANALİZİ	

8.7. ÖN ÇALIŞMA III: SONUÇ.....	94
9. ANA ÇALIŞMA	97
9.1. YÖNTEM	97
9.1.1. Örneklem	97
9.1.2. Veri Toplama Araçları	101
9.1.2.1. Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği	101
9.1.2.2. Yeme Tutum Testi	102
9.1.2.3. Ben Towim Walker Beden Tutum Ölçeği	102
9.1.2.4. Erkeklik Rol Normları	102
9.1.2.5. Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği	102
9.1.2.6. Erkeklerle Özgü Beden Tutum Ölçeği	102
9.2. İŞLEM	102
9.2.1. Veri Toplama Süreci	102
9.2.2. Verilerin Analizi	103
9.2.3. Kadınlardan Toplanan Verinin Doğrusallık Sayıtlarının	103
İncelenmesi	
9.2.4 Erkeklerden Toplanan Verinin Doğrusallık Sayıtlarının	108
İncelenmesi	
9.3. ARAŞTIRMA DEĞİŞKENLERİ ARASINDAKİ FARKLAR	111
9.3.1. Cinsiyete göre Araştırma Değişkenleri Arasındaki Farklara	111
ait Bulgular	
9.3.2. Yüksek ve Düşük Bozulmuş Yeme Tutumu ve Beden	113
Memnuniyetsizliği Gösteren Grupların Duygu Düzenleme	
Süreçleri Açısından Karşılaştırılması	
9.4. KADIN ÖRNEKLEMİNDE KURAMSAL MODELİN TEST	117
EDİLMESİ	
9.4.1. Kadınlarda Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiler	117
9.4.2. Kadınlarda Test Edilen Kuramsal Modelin Analiz Sonuçları	119
9.4.3. Kadınlarda Test Edilen Kuramsal Modelin Yeniden	121
Düzenlenmiş Versiyonuna İlişkin Analiz Sonuçları	
9.4.4. Kadınlarda Test Edilen Modele ait Değişkenler Arasındaki	123
Toplam, Doğrudan ve Dolaylı Etkiler	

9.4.5. Kadın Katılımcılara ait Sosyo-Demografik Değişkenler ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki Farklar	125
9.5. ERKEK KATILIMCILARDA KURAMSAL MODELİN TEST EDİLMESİ	132
9.5.1. Erkek Katılımcılarda Test Edilen Modelin Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Değerleri	132
9.5.2. Erkek Örnekleminde Yürütülen Yapısal Eşitlik Modeli Analizine İlişkin Bulgular	133
9.5.3. Erkeklerde Test Edilen Kuramsal Modelin Yeniden Düzenlenmiş Versiyonuna İlişkin Analiz Sonuçları	134
9.5.4. Erkeklerde Test Edilen Modelin Bağımlı ve Bağımsız Değişkenleri Arasındaki Doğrudan ve Dolaylı Etkiler	137
9.5.5. Erkek Katılımcılara ait Sosyo-Demografik Değişkenler ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki Farklar	138
10. SONUÇ: BULGULARIN ÖZETİ	141
11. GENEL TARTIŞMA	145
11.1. ARAŞTIRMA DEĞİŞKENLERİNİN CİNSİYETE GÖRE FARKLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ	145
11.2. DUYGU DÜZENLEME VE BEDEN MEMNUNİYETSİZLİĞİ ARASINDAKİ İLİŞKİYE AİT BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ	146
11.3. KADINLIĞA VE ERKEKLİĞE DAİR DÜŞÜNCELERİN BEDEN MEMNUNİYETSİZLİĞİ İLE İLİŞKİSİNİN TARTIŞILMASI	148
11.3.1. Kadınlığa Yönelik Düşüncelerin Beden Memnuniyetsizliği İle İlişkisinin Tartışılması	148
11.3.2 Erkeklik Rol Normları ile Beden Memnuniyetsizliği Arasındaki İlişkinin Tartışılması	151
11.4. DUYGU DÜZENLEME SÜREÇLERİ VE YEME TUTUMLARI ARASINDAKİ DOĞRUDAN VE DOLAYLI İLİŞKİLERİN TARTIŞILMASI	154
11.5. BEDEN MEMNUNİYETSİZLİĞİ VE YEME TUTUMLARI	158

ARASINDAKİ İLİŞKİYE AİT BULGULARIN TARTIŞILMASI	
11.6. KADINLIĞA VE ERKEKLİĞE DAİR DÜŞÜNCELER İLE YEME TUTUMLARI ARASINDAKİ DOĞRUDAN VE DOLAYLI İLİŞKİLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ	160
11.7. SOSYO-DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERİN ARAŞTIRMA DEĞİŞKENLERİ İLE ARASINDAKİ İLİŞKİ	163
12. ÇALIŞMANIN GÜÇLÜ YANLARI, KLİNİK DOĞURGULARI VE SINIRLILIKLARI	168
12.1. ÇALIŞMANIN KLİNİK DOĞURGULARI	168
12.2. SINIRLILIKLAR VE GELECEK ÇALIŞMALAR İÇİN ÖNERİLER	169
KAYNAKÇA	170
EKLER	
EK 1. Sosyo- Demografik Form-I	183
EK 2. Ben-Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği	188
EK 3. Yeme Tutumu Testi	191
EK 4. Vücut Algısı Ölçeği	193
EK 5. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	195
EK 6. Sosyo- Demografik Form-II	196
EK 7. Kashi Olma İsteği Ölçeği	198
EK 8. Sosyal Beğenilirlik Ölçeği	199
EK 9. Erkeklerle Özgü Beden Tutum Ölçeği	200
EK 10. Demografik Bilgi Formu-III	202
EK 11. Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği	204
EK 12. Bem Cinsiyet Rolü Envanteri	206
EK 13. Erkeklik Rol Normları	208
EK 14. Görünüme Yönelik Sosyo-Kültürel Tutumlar Ölçeği	210
EK 15. Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği	211
EK 16. Demografik Bilgi Formu- III	213
EK 17. Gönüllü Katılım Formu	217

EK 18. Orijinallik Raporu	218
EK 19. Etik Kurul İzni	219

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 1. <i>BTWBTÖ'nün Uyarlama Çalışmasının Örneklemine ait Sosyo-Demografik Değişkenlerin Sıklık ve Yüzdelerik Değerleri.....</i>	42
Tablo 2. <i>BTWBTÖ'nün Alt Boyutlarının Basıklık, Çarpıklık Değerleri</i>	49
Tablo 3. <i>Yaygın Kullanılan Uyum İndeksleri Kabul Aralıkları</i>	51
Tablo 4. <i>BTWBTÖ'nün AFA Sonucunda Ortaya Çıkan Faktör Yapısı ve Madde Dağılımı</i>	55
Tablo 5. <i>Maddeler, Madde Puan Ortalaması ve Standart Sapma değerleri ile Madde Toplam Puan Korelasyonları</i>	60
Tablo 6. <i>BTWBTÖ'nün Alt Boyutları Arasındaki İlişki</i>	61
Tablo 7. <i>BTWBTÖ ile İlişkili Faktörler Arasındaki İlişkiler</i>	63
Tablo 8. <i>EÖBTÖ'nün Uyarlama Çalışmasının Katılımcılarına ait Sosyo-Demografik Değişkenlere İlişkin Sıklık ve Yüzdelerik Değerleri</i>	70
Tablo 9. <i>EÖBTÖ'nün Uyarlama Çalışmasındaki Değişkenlere Ait Çarpıklık ve Basıklık Değerleri</i>	74
Tablo 10. <i>EÖBTÖ'nün Maddelerinin Standardize Regresyon Katsayıları .</i>	77
Tablo 11. <i>EÖBTÖ'nün Madde Puan Ortalaması ve Standart Sapmaları ile Madde Toplam Puan Korelasyonları</i>	78
Tablo 12. <i>EÖBDÖ'nün Alt Boyutları ile Vücut Algısı Ölçeği, Yeme Tutum Testi, Benlik Saygısı Ölçeği, Kaslı Olma İsteği, Sosyal Beğenirlik Ölçeği Puanları Arasındaki Korelasyon Katsayıları</i>	79
Tablo 13. <i>KDDÖ'nün Geçerlik Çalışmasının Örneklemine Sosyo-Demografik Özellikleri</i>	84
Tablo 14. <i>Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği Kısa Formu'nun Toplam Puanı ile Bağlılık, Saflık ve Duygusallık/Geleneksel roller Alt Boyutları Arasındaki İlişki Katsayısı</i>	91
Tablo 15. <i>KDDÖ-K ile İlişkili Yapılar Arasındaki Korelasyon Değerleri ..</i>	92
Tablo 16. <i>KDDÖ-K Formunun Maddelerinin Madde Puan Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Madde Toplam Puan Korelasyon Değerleri</i>	94
Tablo 17. <i>Kadın Katılımcıların Sosyo-Demografik Değişkenlerinin Sıklık</i>	98

<i>ve Yüzelik Değerleri</i>	
Tablo 18. <i>Erkek Katılımcılara Ait Sosyo-Demografik Bilgilerin Sıklık ve Yüzelik Değerleri.....</i>	100
Tablo 19. <i>Duygu Düzenleme Süreçleri, Yeme Tutumları, Beden Algısı, Erkeklik ve Kadınlığa Dair Düşünceler Değişkenlerinin Ortalama, Standart Sapma, Çarpıklık, Basıklık Değerleri</i>	105
Tablo 20. <i>Kadınlarda Duygu Düzenleme Süreçleri, Yeme Tutumları, Beden Algısı, Erkeklik ve Kadınlığa Dair Düşünceler Değişkenleri Arasındaki İlişkiler</i>	107
Tablo 21. <i>Erkeklerde Test Edilen Modelin Değişkenlerine Ait Betimleyici Değerler</i>	109
Tablo 22. <i>Erkeklerde Test Edilen Modelin Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	111
Tablo 23. <i>Kadınlarda ve Erkeklerde Araştırma Değişkenlerine Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri</i>	113
Tablo 24. <i>Kadın Katılımcılarda Yüksek ve Düşük Bozulmuş Yeme Davranışı ve Beden Memnuniyetsizliği Gösteren Grupların Ortalama ve Standart Sapma Değerleri</i>	115
Tablo 25. <i>Erkek Katılımcılarda Yüksek ve Düşük Bozulmuş Yeme Davranışı ve Beden Memnuniyetsizliği Gösteren Grupların Ortalama ve Standart Sapma Değerleri</i>	117
Tablo 26. <i>Kadın Örneklemindeki Teorik Modelin Değişkenleri Arasındaki Regresyon Katsayıları</i>	120
Tablo 27. <i>Kadın Örneklemindeki Modelin Modifikasyon Sonrası Regresyon Katsayıları</i>	123
Tablo 28. <i>Modeldeki Değişkenlere Ait Toplam, Direk ve Dolaylı Etki Katsayıları</i>	125
Tablo 29. <i>BTWBTÖ'nün Alt Boyutlarının Ortalama Ve Standart Sapma Değerleri</i>	127
Tablo 30. <i>Kadınlara ait Sosyo-Demografik Faktörlerin Araştırma Değişkenleri ile Arasındaki Farklar.....</i>	130
Tablo 31. <i>Erkek Katılımcılarda Test Edilen Kuramsal Modelin</i>	134

<i>Değişkenleri Arasındaki Regresyon Katsayıları</i>	
<i>Tablo 32. Erkek Örneklemindeki Kuramsal Modelin Değişkenleri Arasındaki Regresyon Katsayıları</i>	136
<i>Tablo 33. Bağımlı ve Bağımsız Değişkenler Arasındaki Doğrudan ve Dolaylı Etkiler.....</i>	137
<i>Tablo 34. EÖBTÖ'nün Alt Boyutlarının Ortalama ve Standart Sapma Değerleri</i>	138
<i>Tablo 35. Erkek Örneklemindeki Modelin Değişkenlerinin Sosyo-Demografik Faktörlerle Arasındaki Farklar</i>	139

ŞEKİLLER DİZİNİ

<i>Şekil 1.</i> BTWBTÖ'nün Faktör Yapısını Gösteren Yamaç Birikinti Grafiği	54
<i>Şekil 2.</i> BTWBTÖ'nün Faktör Analizi Sonuçları	59
<i>Şekil 3.</i> EÖBTÖ'nün Faktör Yapısına İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları	76
<i>Şekil 4.</i> KDDÖ-K'nın Faktör Yapısına İlişkin Yapılan Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları	90
<i>Şekil 5.</i> Kadın Örnekleminde Test Edilen Model	119
<i>Şekil 6.</i> Modifikasyon Sonrası Kadınlarda Test Edilen Model	121
<i>Şekil 7.</i> Erkeklerde Test Edilen Kuramsal Model	133

KISALTMALAR DİZİNİ

YB	Yeme Bozuklukları
BTWBTÖ	Ben Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği
EÖBTÖ	Erkeklere Özgü Beden Tutum Ölçeği
KDDÖ-K	Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği Kısa Formu
BTWBTÖ	Ben-Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği.....
BN	Bulimia Nervoza
AN	Anoreksia Nervoza
TYB	Tıkanırçasına Yeme Bozukluğu
DSM 5	Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması El kitabı 5
APA	American Psychiatric Association
BTAYB	Başka Türü Adlandırılmayan Yeme Bozukluğu
BİB	Beden İmaj Bozukluğu
BKİ	Beden Kitle İndeksi
YTT	Yeme Tutum Testi
VAÖ	Vücut Algısı Ölçeği
OD_POZ	Olumlu Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı
OD_NEG	Olumsuz Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı
TO_POZ	Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı
TO_NEG	Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı
ERN	Erkeklik Rol Normları
SATAQ-4R	Görünüme Yönelik Sosyo-kültürel Tutumlar Anketi
SBÖ	Sosyal Beğenilirlik Ölçeği
KOİ	Kaslı Olma İsteği Ölçeği
YEM	Yapısal Eşitlik Modellemesi

GİRİŞ

Yeme bozukluğu (YB) ciddi fiziksel sonuçları olan, tedavi edilmediğinde ölümlerle sonuçlanabilen ruhsal bir bozukluktur. Yeme bozukluğu olan kişilerde obezite, depresyon, intihar girişimi, kaygı bozuklukları, madde bağımlılığı gibi psikolojik bozukluk görülme riski artmakta, ölüm oranları yükselmektedir (Carpenter, Hasin, Allison ve Faith, 2000; Stice, Marti ve Rohde, 2013; Wang, Pisetsky, Skutch, Fruzzetti, Haynos ve ark., 2018). Bu nedenle, yeme bozukluklarının tedavi edilmesi olası ruhsal bozuklukların oluşma riskinin azaltılması açısından da önem taşımaktadır. Yeme bozukluğunun etiolojisine yönelik yapılan çalışmalarda bireysel, ailesel, sosyo-kültürel ve genetik faktörler başta olmak üzere çok boyutlu bir yapının yemeyle ilgili psikopatolojilerin gelişmesinde rol oynadığı düşünülmektedir (Cachelin, 2001; Oral, 2006). Bu bağlamda, YB alanında hem koruyucu müdahalelerin hem de etkili tedavilerin geliştirilebilmesi için YB ile ilişkili risk faktörlerinin birbirleriyle ilişkilerinin incelenmesi gerekmektedir.

Yeme bozukluklarının etiolojisini anlamaya yönelik alana katkı sağlamak için mevcut çalışmada yeme tutumları üzerinde etkili olabileceği düşünülen olumlu ve olumsuz duyguları düzenleme becerisi, kadınsılık-erkeksilik algısı ile kadın ve erkeklere özgü içselleştirilen beden imajlarının yol açtığı beden memnuniyetsizliği arasındaki ilişkiyi inceleyen bir model geliştirilmesi amaçlanmaktadır.

Bu amaçla, birinci bölümde yeme bozukluklarının fenomenolojisi incelenmiş ve Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması El kitabı 5 (DSM 5)'de bu tanı grubunda yapılan değişiklikler aktarılmıştır. Sonrasında olumlu ve olumsuz duygular, duygu düzenleme ve yeme tutumlarının birbirleriyle ilişkisi tartışılmıştır. Devamında, beden memnuniyetsizliğini etkileyebilecek faktörlerden içselleştirilen kadınsılık - erkeksilik imajları ve bu faktörlerin yeme tutumlarındaki bozulmalarla ilişkisi ele alınmıştır. Son olarak, ilgili alan yazın ışığında araştırmanın amacı ve araştırma soruları sunulmuştur

1. YEME BOZUKLUKLARI

Yeme Bozukluklarının etiyolojisi ve tedavisi üzerine geliştirilen modeller hakkında büyük fikir ayrılıkları bulunmaktadır. Özellikle biopsikiyatrik yaklaşımlarla (örn. genetik, nöral yapılanmalar, bilişsel ve kişilik özellikleri) sosyokültürel yaklaşımları (kültürün, medyanın, akran grubunun etkisi gibi) benimseyen paradigmaların tedavi ve önleme çalışmalarında büyük farklılıklar bulunmaktadır (örn. Strober ve Johnson, 2012; Levine ve Smolak, 2014). Yaklaşımlardaki bu farklılıklara rağmen yeme bozukluğunun ciddi bir ruhsal bozukluk olduğu konusunda ortak bir görüş vardır.

DSM 5'deki yeni adıyla Beslenme ve Yeme Bozuklukları: sürekli olarak yeme ve yemeye ilişkili davranışlarda meydana gelen bozulmalar sonucu fiziksel ve psikososyal açıdan işlev bozukluğunun yaşandığı durum olarak tanımlanmaktadır (American Psychiatric Association, 2013). Buradan hareketle yeme bozukluğu kavramı, yemeye ilgili sorunlu davranışların hepsi için kullanılan genel bir kavram olarak düşünülebilir.

Diğer ruhsal bozukluklarda olduğu gibi klinik psikiyatri alanında yaygın olarak kullanılan DSM sınıflandırma sisteminde, DSM-III (American Psychiatric Association, 1998) ile birlikte yeme bozukluklarına yer verilmeye başlanmıştır. Yeme tutumlarının bozulması ile ortaya çıkan patolojilerden biri *Anoreksiya Nervosa (AN)*'dir. AN en genel tanımı ile yaş ve boy oranı açısından uygun olan kilonun altında olma, kilo almaktan aşırı korkma ve beden algısındaki bozulmalar olarak tanımlanmaktadır. Kilo vermek amacıyla toplam tüketilen gıdanın azaltılması kısıtlı tip olarak adlandırılırken, düzenli olarak yeme ve çıkartma davranışlarının görüldüğü durum ise tıkanırcasına yeme/çıkartma tipi olarak adlandırılmaktadır. Tıkanırcasına yiyen AN'li bireyler kusma, laksatiflerin, diüretiklerin ve/veya lavmanların yanlış kullanımı ile yediklerini uygunsuz yöntemlerle çıkartmaktadırlar (American Psychiatric Association, 1998).

İkinci olarak, *Bulimia Nervosa (BN)*'da temel klinik belirtiler olarak tıkanırcasına yeme atakları yaşanmakta ve bu yeme atakları üzerinde kontrol kaybı yaşandığı ve kilo almaktan korkulduğu için uygunsuz kontrol yöntemleri kullanılmaktadır. Genellikle tüketilen besinler yüksek kalorili yiyecek türlerini içermektedir. AN ile

benzer şekilde, çıkartma tipinde laksatif, diüretik ve lavmanlar kilo kontrolü için uygunsuz kullanılmaktadır. Çıkartma olmayan alt tipte ise kişi aşırı egzersiz ya da atak sonrası hiç yemek yemeyerek dengeleyici davranışlarda bulunmaya çalışmaktadır (American Psychiatric Association, 1998).

Üçüncü olarak, DSM-IV-TR'de *Başka Türü Adlandırılmayan Yeme Bozuklukları* altında sınıflandırılan Tıkanırcasına Yeme Bozukluğu (American Psychiatric Association, 2000), DSM-5'te ayrı bir tanı olarak sınıflandırılmaya başlanmıştır. Tıkanırcasına Yeme Bozukluğu genel olarak belirli bir zaman diliminde (yaklaşık 2 saat) pek çok insanın benzer bir durumda yiyebileceği yiyecek miktarından çok daha fazlasının yendiği ve bu yeme davranışı üzerinde kontrolün olmadığı hissinin eşlik ettiği, tekrarlayan tıkanırcasına yeme ataklarıdır. Tıkanırcasına yeme atakları, kişide suçluluk ve sıkıntı hissi yaratırken, ardışık 3 ay boyunca ortalama olarak haftada bir kez gerçekleşmelidir (American Psychiatric Association, 2013). TYB'de, BN'den farklı olarak, kilo alımını kontrol etmek için kendini kusmaya zorlama, aşırı egzersiz yapma veya boşaltımı sağlayan ilaç alımı gibi uygunsuz kontrol yöntemleri kullanılmamaktadır (Guerdjikova, Mori, Casuto ve McElroy, 2017).

Bunun dışında klinik açıdan belirgin sıkıntı veya sosyal alanda işlev bozukluğuna yol açan beslenme ve yeme bozukluğu belirtilerinin baskın olduğu fakat tanı ölçütlerinin tam olarak karşılanmadığı durumlar, *Tanımlanmış Diğer Bir Beslenme ve Yeme Bozukluğu* kategorisinde sınıflandırılmaktadır. Son olarak, *Tanımlanmamış Beslenme ve Yeme Bozukluğu* kategorisi ise kişide belirgin sıkıntı ve işlev kaybına yol açan beslenme ve yeme bozukluğunun belirtileri olmakla birlikte herhangi bir tanı için tanı ölçütlerinin tam karşılanmadığı durumları kapsamaktadır.

1.1. DSM SİSTEMİNDE YEME BOZUKLUKLARI ALANINDA YAPILAN DEĞİŞİKLİKLER

DSM'de Yeme Bozuklukları (YB) ilk kez 1980 yılında çocukluk ve ergenlik döneminde başlayan bozukluklar sınıflandırmasının altında yer almıştır. DSM IV ile birlikte Anoreksia Nervoza (AN), Bulimia Nervoza (BN) ve Başka Türü Adlandırılmayan Yeme Bozukluğu (BTAYB) olmak üzere ayrı bir kategoride

sınıflandırılmaya başlanmıştır (Fairburn ve Bohn, 2005). Son versiyon olan DSM 5’de ise yeme tutumlarındaki bozukluklara bağlı gelişen psikopatolojiler Beslenme ve Yeme Bozuklukları başlığı altında sınıflandırılmıştır. Bu kategori sekiz alt tipten oluşmakla birlikte üçü çocukluk döneminde ortaya çıkmaktadır. Bu alt kategoriler, Pika, Geri Çıkarma Bozukluğu, Kaçınan/Kısıtlayıcı Yiyecek Alım Bozukluğu, Anoreksiya Nervoza, Bulimiya Nervoza, Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu, Tanımlanmış Diğer Bir Beslenme ya da Yeme Bozukluğu ve Tanımlanmamış Diğer Beslenme ve Yeme Bozukluğu’ndan oluşmaktadır.

Klinik alanda çalışan uzmanların geri bildirimleri ve bilimsel araştırmaların sonuçlarına göre sınıflandırma sisteminde ve tanı ölçütlerinde değişiklikler yapılmıştır. İlk olarak, AN için DSM IV’de düşük kiloda olma durumunu tanımlamak için normal vucüt ağırlığının %85’inin altında olma ölçütü eklenmiştir. Fakat klinisyenler bu ölçütün karşılanması yönündeki beklentilerinin tanı koyma sürecinde karışıklık yarattığını ileri sürmüştür. Bu nedenle, DSM 5’de bu ölçüt “normal vucüt ağırlığının altında olma” şeklinde değiştirilmiştir. Ayrıca, bireylerin açık bir şekilde kilo alma korkularını dile getirmek zorunda olmadıkları, tanı için davranışların da kanıt olarak kabul edilebileceği belirtilmiştir.

Bu değişiklik özellikle yeme motivasyonlarını sözel olarak açıklayamayacak daha genç yaştaki kişilerin veya kültürel ya da farklı sebeplerle kilo alma korkusunu kabul etmeyenlerin doğru tanı alması açısından olumlu bir gelişmedir (Call, Walsh ve Attia, 2013). Son olarak amenore ölçütü; erkekler, menarş öncesi ergenler ve dışarıdan hormon aldığı için menarş düzeninde bozulma olmayan kadınlar olduğu için ölçütler arasından kaldırılmıştır. Bulimia Nervoza’da yapılan tek değişiklik ise tanı koymak için gerekli olan tıkinma atakları ve telafi davranışlarının sayısının alt sınırı azaltılmıştır. Yapılan bu küçük değişikliklerin tanı koyma sürecini ve yaygınlık oranlarını etkileyebileceği düşünülmektedir (Call ve ark., 2013).

DSM 5’de yeme bozuklukları alanında yapılan önemli değişikliklerden biri de Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu tanısının eklenmesidir. Bu bozuklukta BN ile benzer olarak tıkinma atakları olmakla birlikte, telafi edici davranışlar bulunmamaktadır. Böylece, heterojen belirtiler nedeniyle DSM IV’de tam bir kategori altına alınmayan kişiler için tanımlar netleştirilmiştir (Call ve ark., 2013). Ayrıca, daha öncesinde farklı

bir bölümde değerlendirilen Beslenme Sorunları, Yeme Bozuklukları kategorisine eklenmiştir (American Psychiatric Association, 2013).

Son olarak, Başka Türü Adlandırılmayan Yeme Bozukluğu kategorisi kaldırılmış, iki yeni kategori olan Diğer Tanımlanmış Beslenme ve Yeme Bozukluğu ile Tanımlanmamış Beslenme ve Yeme Bozuklukları sınıfları eklenmiştir. Bu iki kategori AN ve BN, TKB durumlarını tam olarak karşılamayan durumların fark edilmesi ve tanımlanabilmesi açısından önemlidir.

1.2. YEME BOZUKLUKLARININ YAYGINLIK ORANLARI

Yaygınlık çalışmaları, YB'nin halk sağlığı üzerindeki etkisinin anlaşılması, tanı ve tedavi sürecindeki ihtiyaçların belirlenebilmesi için gereklidir. Aynı zamanda, farklı sosyo- demografik özelliklere sahip gruplar için risk faktörlerinin incelenmesi ve bu yönde müdahale çalışmalarının geliştirilebilmesi açısından da önemlidir.

Yeme bozukluğu alanında yapılan yaygınlık çalışmaları, ağırlıklı olarak kadınların ve genç popülasyonun etkilendiği tekrarlı çalışmalarla desteklenmiştir. Örneğin, 2015 ve 2016 yılının ilk yarısında Avrupa'da yeme bozukluğu alanında yayınlanan çalışmaların derlendiği araştırmaya göre Avrupalı kadınların %1-4'ü AN, %1-2'si BN ve %2-3'ü eşik altı yeme bozukluğu tanısı almıştır. Erkeklerin ise %0.3-0.7'si yeme bozukluğu tanısı almıştır (Keski-Rahkonen ve Mustelin, 2016). Bir başka çalışmada YB yaygınlığı kadınlarda %13, erkeklerde %3 olarak belirtilmiştir. Benzer şekilde, YB olan kişilerin ileride obezite, depresyon, intihar girişimleri, kaygı bozuklukları, madde kullanım bozukluğu geliştirme riski de artmaktadır (Stice ve ark., 2013). Yakın zamanda ayrı bir tanı olarak kabul edilen TYB'nin de yaygınlık oranlarının yüksek olduğu hatta TYB'nin erişkinlerde en yaygın görülen yeme bozukluğu olduğu düşünülmektedir (Iacovino, Gredysa, Altman ve Wilfley, 2013).

Yeme Bozuklukları sadece genç ve yetişkinlerde değil, ergen ve çocuklarda da giderek artmaktadır. Özellikle orta ve geç ergenlik dönemi yeme bozuklukları için en riskli dönemdir (Abebe, MPhil ve von Soest, 2012; Stice ve ark. 2013). Örneğin, yüksek

risk grubu olan 10-18 yaş aralığında 3610 ergenin tarandığı çalışmada kızların %30.9'u, erkeklerin %14.6'sı YB'nin gelişmesi açısından risk altındadır (Zeiler, Waldherr, Philipp, Nitsch ve Dür, 2016). Bir diğer çalışmada 1421 erkek ve 1759 kadın ergenlikten yetişkinliğe kadar 11 yıl boyunca takip edilmiş ve üç farklı dönemde ölçümler alınmıştır. Kadınlarda bulimik belirtiler 14 ile 16 yaşları arasında hızla artıp, sonrasında yavaş yavaş azaldığı tespit edilmiştir. Erkeklerde ise 14-16 yaşları arasında bulimik belirtiler azalmakta, 20'li yaşlarda tekrardan artmaktadır. Ek olarak, psikopatolojiler göz önünde bulundurulduğunda da kadınlar her yaşta erkeklere kıyasla daha yüksek psikolojik belirti düzeyine sahiptir. Dolayısıyla, kadınlar ve erkekler gelişimsel dönemlerine göre farklı risk eğilimleri göstermektedir (Abebe ve ark., 2012).

Türkiye'de YB üzerine ülke genelinde yapılan yaygınlık çalışmalarına ulaşılamamakla birlikte üniversite, lise gibi popülasyonlarda veya il genelinde yapılan farklı çalışmalara ulaşılmıştır. Örneğin, yakın dönemde Türkiye'de 636 kadın üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir çalışmada yeme tutum puanlarına göre katılımcıların % 6.3'ünde yeme bozukluğu belirtileri saptanmıştır (Çelik, Yoldaşcan, Okyay ve Özenli, 2016). Cinsiyet açısından yaygınlık oranlarının incelendiği bir diğer araştırmada 783 üniversite öğrencisinde erkeklerin %9.2'si, kadınların da %13.1'inde anormal yeme davranışları saptanmıştır. Sivas il merkezinde 18-44 yaş aralığında 1122 kişi ile yapılan klinik görüşmeler sonucunda ise YB belirtilerinin görülme yüzdesi 1.52 olarak belirtilmiştir (Semiz, Kavakcı, Yağız, Yontar ve Kugu, 2012).

Ergenlerle yapılan çalışmalarda yaygınlık oranları genç yetişkin grubuna göre daha düşük bulunmuştur. Örneğin, Edirne il merkezinde yeme bozukluğu yaygınlığını ve eş tanı oranını belirlemek için cinsiyet dengesi korunarak 2907 lise öğrencisine ulaşılmıştır. Çalışmada toplam YB yaygınlık oranı %2.33 olarak bulunmuştur. Buna ek olarak, AN için %3, BN için %0.79, başka türlü adlandırılmayan yeme bozukluğu için %1.51, tıknırcasına yeme bozukluğu için %0.99 yaygınlık oranı belirtilmiştir. Bir diğer çalışmada, TYB için %0.99, AN için %0.34 ve BN için %0.79 yaygınlık oranı belirtilmiştir (Vardar ve Erzengin, 2011). Araştırma sonuçları ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerinin YB'nin gelişmesi açısından riskli dönemler olduğunu göstermektedir. Ayrıca, sonuçlar beraber değerlendirildiğinde, etnik farklılıklardan

daha çok cinsiyet faktörünün YB'nin yaygınlığı üzerinde önemli rol oynadığı düşünülmektedir (Keel ve Klump, 2003).

Sonuç olarak, farklı tanı gruplarının yaygınlıklarının incelenmesi, bu gruplara özgü risk faktörlerinin belirlenmesi ve etkin müdahale çalışmalarının geliştirilmesi açısından önemlidir. Sonraki bölümlerde YB'nin gelişmesinde cinsiyet faktörünün etkisi daha detaylı tartışılacaktır.

1.3. YEME BOZUKLUKLARINDA EŞ TANI

Yeme bozukluğu olan kişiler sadece yemeyle ilişkili belirtiler üzerinden değil diğer klinik belirtiler üzerinden de kapsamlı olarak değerlendirilmelidir. Çünkü eş tanılar, yeme bozukluğu belirtilerinin şiddetini, tedavi sürecini ve iyileşme oranlarını etkileyebilmektedir. YB alanında yapılan çalışmalarda bu hastalarda eş tanı oranlarının yüksek olduğu gösterilmiştir. Örneğin YB tanısı ile yatarak tedavi gören kadınların %97'sinde en az bir ek ruhsal bozukluk tanısı konmuştur (Blinder, Cumella ve Sanathara, 2006). Özellikle, Major Depresif Bozukluk, Bipolar I - II Bozukluğu, YB ile yaygın olarak eş tanı göstermektedir. Yapılan bir çalışmada AN'lerin %40'ı, BN'lerin %70'i ve TYB'lerin %45'i duygu durum bozukluğu tanısı almıştır (Hudson, Hiripi, Pope ve Kessler, 2007). Benzer şekilde pek çok çalışmada YB'nin kaygı bozuklukları ve kişilik bozuklukları ile yüksek eş tanı gösterdiği belirtilmiştir (Cassin ve von Ranson, 2005; Pallister ve Waller, 2008).

Eş zamanlı oluşan bozuklukların birbirleriyle ortak noktalarının ve farklılaşan boyutlarının araştırılması, psikopatolojilerin etiyolojilerinin anlaşılması ve tedavilerinin geliştirilmesi açısından önemlidir. Özellikle, DSM 5 ile birlikte, kategorik sınıflandırma yerine boyutsal yaklaşımın benimsenmesi özgün fenomolojilerin tanılar üstü bir yapı mı yoksa YB'ye özgü yapılar mı olduğunun anlaşılması açısından önemlidir.

Özetle ilk bölümde yeme bozukluklarının tanımları, DSM sisteminin sınıflandırılması ve tanı ölçütlerindeki değişimler, YB'nin klinik görünümündeki farklılıklar ve yaygınlık oranları tartışılmıştır. Bir sonraki bölümde yeme tutumları üzerinde etkisi olduğu düşünülen duygu düzenleme süreci, içselleştirilen cinsiyet imajları ve beden memnuniyetsizliğinin birbirleriyle ilişkisi ele alınacaktır.

2. DUYGU DÜZENLEME VE YEME TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

Bu alt bölümde öncelikle duygular ve duygu düzenleme süreçleri arasındaki ilişki incelenmiş sonrasında duygu düzenleme becerileri ve yeme tutumu arasındaki ilişki mevcut alan yazın ışığında tartışılmıştır.

2.1. DUYGU DÜZENLEME

En genel tanımıyla duygu düzenleme, çevresel gereksinimlere göre kişinin duygularını değiştirmesi olarak tanımlanabilir. Başarılı duygu düzenleme süreci genel olarak kişinin duygularının farkında olduğu, duygularını anlamlandırıldığı, kabul ettiği ve kendisini zorlayan duygular karşısında iyilik halini sürdürebilecek şekilde düzenleme kapasitesi olarak tanımlanmaktadır (Gratz ve Roemer, 2004). Duygu düzenleme süreci biyolojik, sosyal, davranışsal boyutun olduğu bilinçli ve bilinçdışı süreçleri kapsamaktadır. Örneğin, stres karşısında ortaya çıkan duygular fizyolojik olarak nabzın yükselmesiyle, nefes alış verişin hızlanmasıyla veya terleme yoluyla düzenlenebilmektedir. Sosyal açıdan kişilerarası destek kaynaklarının aranmasıyla, davranışsal açıdan ise ağlama, bağırma, uzaklaşma yollarıyla düzenlenebilmektedir. Duygular aynı zaman seçici dikkat süreçleri, inkar, hafızada bozulmalar, yansıtma gibi bilinçdışı bilişsel süreçleri içerebileceği gibi kendini veya başkalarını suçlama, ruminasyon gibi bilinçli bilişsel süreçleri de kapsayabilmektedir (Garnefski, Kaaraji ve Spinhoven, 2001).

Duygu düzenleme mekanizmasını açıklamak için pek çok kuram öne sürülmüştür. Bu çalışmaların kökenleri psikanalitik teorideki psikolojik savunmalara kadar gitmektedir (Breuer ve Freud, 1895; Freud, 1946 akt. Gross, 2002). Bunun yanı sıra stres ile baş etme biçimleri üzerine geliştirilen kuramlar (Lazarus ve Folkman, 1984 akt. Gross, 2002) ile bağlanma kuramı üzerine yapılan çalışmalar (Bowlby, 1982) da çocuklar ve yetişkinlerdeki duygu düzenleme çalışmalarına yeni bakış açıları sunmuştur. Duygu düzenleme kavramı popüler bir araştırma alanı olmakla birlikte, yakın dönemde çalışılmaya başlanan bu kavramın işevuruk tanımının net olmaması, geçerli ölçümlerin

ve uygulamaların tutarlılığı ve geçerliği üzerine tartışmaların devam etmesine neden olmaktadır (Berking ve Wupperman, 2012).

2.1.1. Duygu Düzenleme Süreci

Duygu düzenleme kavramını tartışabilmek için öncelikle duyguların işlevini ele almak gerekmektedir. Duygular kişilerin kendi amaçları ile ilişkili olduğunu düşündüğü durumlara odaklandıklarında ortaya çıkmaktadır. Bu amaçlar evrimsel bakış açısıyla devamlı olarak yaşamda kalma güdüsünü içerebileceği gibi geçici olarak takımımızın kazanmasını istemek de olabilir. Ayrıca, duygularımız “iyi bir öğrenci olma” isteği gibi benlikle ilgili olabileceği gibi anlık olarak çevremizle ilgili örneğin bir kutuyu açma isteği de olabilir (Gross ve Thomson, 2007). Ek olarak, duygular günlük yaşamdaki durumlara göre şekillenmekte ve birbirinin içine girerek tepki oluşturmaktadır. Fakat duygular mevcut durum ile yanlış eşleştiğinde duyguların amacımıza uygun hizmet etmesi için duygu düzenleme süreci harekete geçmektedir (Gross, 2002).

Bu bağlamda, duygu düzenleme genel olarak deneyimlenen duygunun çeşidini, süresini ve yoğunluğunu değiştirmek için yapılan amaç odaklı bir davranış olarak tanımlanabilir. Duygu düzenleme süreci açık ya da örtük şekilde gerçekleşebilir (Gross ve Thompson, 2007). Açık duygu düzenlemede duyguları başlatma, yürütme ve monitör etmek için bilinçli bir çaba gerekirken, örtük duygu düzenlemede süreç otomatik olarak, iç görü ve farkındalık olmadan ortaya çıkmaktadır (Robinson, Safer, Austin ve Etkin, 2015). Aynı zamanda duygu düzenleme süreci çok değişkenli bir süreç olup zamana yayılarak duygu yoğunluğunu değiştirebilmektedir. Kişi amacına bağlı olarak duyguyu azaltabilir, şiddetlendirebilir ya da olduğu gibi devam etmesini sağlayabilir (Gross, 2002). Gross (1998)’a göre insanlar olumlu ve olumsuz duyguları arttırır, azaltır ya da o duyguyu devam ettirmeye çalışır. Bu nedenle duygu düzenleme süreçlerini genel olarak işlevsel olan ve olmayan olarak ayrılmamak gerektiği tartışılmaktadır. Bireyin içinde bulunduğu duruma göre iyilik halini sürdürecektir duygu düzenleme stratejisi değişebilmektedir. Diğer bir ifadeyle bir durumda işlevsel olan bir

stratejinin diğer bir durumda olmayabileceği belirtilmektedir (Smith ve Kleinman, 1989).

Duygu d¼zenleme ¼zerine çalışan ¼nc¼ isimlerden Gross (1988), “S¼re Modeli” olarak adlandırdığı model ¼zerinden duygu d¼zenleme kavramını tartışmaktadır. Modelde iki ana duygu d¼zenleme stratejisi ve beş farklı duygu d¼zenleme s¼reci tanımlanmaktadır. Buna g¼re, ¼nc¼ odaklı duygu d¼zenleme s¼reci deneyimlenen duyguyla ilişkili olarak bilişsel, fiziksel veya duygusal tepkiler tamamen ortaya çıkmadan ¼nce duyguya dair sinyallerin fark edilerek, tepki eğiliminin d¼zenlemesi olarak tanımlanmaktadır. Tepki odaklı duygu d¼zenleme ise duygunun ortaya çıkması ile oluşan tepki eğiliminin d¼zenleme s¼recidir. Modele g¼re duyguların d¼zenlenmesi ortam/konum seçimi, ortamın değiştirilmesi, dikkatin y¼n¼n¼n değiştirilmesi, bilişsel değişim ve tepkinin değiştirmesi ile yapılmaktadır. İlk olarak ortam/konum seçiminde insanlar belli kişiler, yerler ya da nesnelere yaklaşmayı veya uzaklaşmayı seçerek duygularını d¼zenlemektedir. ¼rneđin, ¼nemli bir sınav ¼ncesinde, bir kişinin kaygılı bir ¼đrenci grubuyla çalışmaya gitmek yerine yanlarında her zaman eğlendiği bir arkadaş grubuyla buluşmayı seçmesi bu duruma ¼rnek verilebilir. İkinci olarak, ortamı değiştirme s¼recinde kişinin seçtiği ortamlardaki duygusal yapıyı şekillendirmek için, yapabileceği değişiklikleri kapsamaktadır. ¼rneđin, ¼nemli bir sınav ¼ncesinde telefonda bir arkadaşı ile konuşurken sınav hakkında konuşmak istemediğini belirtip başka bir konu aması bu duruma ¼rnek oluşturabilir. Bir başka strateji ise dikkatin y¼n¼ değiştirmesidir. Kişinin ortamın duygusal yapısını değiştirmek için ortamdaki ¼zelliklere odaklanıp dikkatini y¼nlendirmesidir. ¼z¼c¼ bir konuşmanın içindeyken tavandaki d¼řemeleri saymaya başlamak bu duruma ¼rnek verilebilir. Bilişsel değişim s¼reci ise pek çok duygusal anlam içerisinden seçim yaparak duyguları d¼zenleme s¼recidir. Sınav ¼rneđi ¼zerinden gidildiğinde “sınavı”, kişinin insanlığını ¼len bir araç olarak g¼rmek yerine “sadece bir test” olarak d¼ř¼nmesi bu stratejiye ¼rnek verilebilir. Son olarak, tepki değiştirme de kişinin ortaya çıkan duygusal tepkiyi d¼zenleyerek duyguyu değiştirmesidir. Aynı ¼rnek ¼zerinden d¼ř¼n¼ld¼đ¼nde sınavda başarısız olunduğunda utanç duygusunun gizlenmesi bu durum için ¼rnek oluşturabilir (Gross, 1988).

Öncül odaklı duygu düzenleme stratejilerinin ortam/konum değişimi, dikkatin yön değiştirmesi ve biliş değişimi gibi duygu düzenleme süreçlerini içerirken, tepki odaklı duygu düzenleme stratejilerinin ise duygu ortaya çıktıktan sonra bastırma gibi duygu düzenleme süreçlerinden oluştuğu belirtilmiştir (Gross ve John, 1988). Gross ve John (2003), Süreç Modeli doğrultusunda insanların duygu düzenleme süreçlerindeki bireysel farklılıklarını test etmek için geliştirdikleri ölçekte öncül odaklı stratejileri yeniden gözden geçirme (reappraisal), tepki odaklı duygu düzenleme stratejilerini ise bastırma süreci üzerinden incelemiştir. Bu iki farklı duygu düzenleme stratejisinin karşılaştırıldığı çalışmalarda öncül odaklı duygu düzenleme stratejilerinin duygunun ortaya çıktığı süreçte diğer bir ifadeyle erken dönemde değişiklikler yapılmasına olanak sağladığı için tepki odaklı stratejilere göre daha etkili olduğu belirtilmiştir (John ve Gross, 2003). Örneğin, duygu düzenleme stratejileri açısından yeniden değerlendirme (reappraisal) kullanan bireylerin bastırma kullananlara göre daha çok olumlu duygulanım ve psikolojik iyilik haline sahip oldukları belirtilmiştir (John ve Gross, 2007).

Alanyazında, duygu düzenleme stratejilerini incelemek için yapılan çalışmalarda ağırlıklı olarak John ve Gross (2003)'un geliştirdiği Duygu Düzenleme Ölçeği kullanılmaktadır. Fakat Schutte, Manes ve Malouff (2009) duygu düzenleme süreçlerinin sadece gözden geçirme ve bastırma stratejileri üzerinden değerlendirilmesinin duygu düzenleme mekanizmasının anlaşılması için yetersiz olacağını ileri sürmüştür. Yazarlar gözden geçirme ve bastırma boyutlarının sadece olumsuz duyguların azaltılması sürecine vurgu yaptığını ve bastırma boyutunun olumlu ve olumsuz duyguların azaltılması için düzenlenme sürecinde verilen deneyimsel, davranışsal ve fizyolojik tepkileri ayırtmadığını belirtmiştir. Bu nedenle John ve Gross (2003)'un öne sürdüğü Süreç Modeli'ni test etmek için olumlu ve olumsuz duygular için bu beş duygu düzenleme sürecinin dahil edildiği bir ölçüm aracı geliştirmişlerdir (Schutte, 2009). Mevcut çalışmanın hedefleri arasında olumlu ve olumsuz duyguların düzenlenme süreçlerinin araştırma değişkenleri ile arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlandığı için Schutte ve ark. (2009) tarafından geliştirilen bu ölçüm aracı kullanılmıştır.

Duygu düzenleme süreçleri ile ilgili tartışılan bir nokta da kullanılan duygu düzenleme stratejisinin kullanma yoğunluğuna bağlı olarak ruhsal bozukluk yaşama riskinin değişebileceğidir. Farklı duygular karşısında kullanılan duygu düzenleme sürecinin türüne ve yoğunluğuna göre psikopatoloji oluşma riski değişebilmektedir. Bir sonraki bölümde duygu düzenleme süreci ile psikopatolojiler arasındaki ilişki ele alınacaktır.

2.1.2. Duygu Düzenleme Süreci ve Psikopatoloji

Uyumlu duygu düzenleme becerisi, iyilik halinin sürdürülebilmesi için gereklidir. Bu nedenle duyguların kişinin işlevselliğini sürdüreceği şekilde ortamın gerekliliğine, duygunun yoğunluğuna bağlı olarak değiştirilebilmesi gerekebilir. Fakat duyguların her zaman kişiyi mutlu edecek şekilde düzenlenmesi mümkün olmayabilir. Duygu düzenleme ile duygular istenilen yönde değiştirilebileceği gibi istenmeyen, kaçınılan duyguların da hissedilmesine yol açabilmektedir (Wegner, Erber ve Zanakos, 1993). Duygu düzenleme sürecindeki bu şekilde sürekli olarak bozulmaların psikopatolojinin gelişmesi için risk oluşturduğu düşünülmektedir (Koole, 2009). Dolayısıyla, duygu düzenleme süreçleri ruhsal bozukluklar için koruyucu bir faktör olabildiği gibi, psikopatoloji gelişimine yatkınlık da sağlayabilmektedir.

Duygu düzenleme kavramı depresyon (Joormann ve Stanton, 2016), kaygı bozuklukları (Nolen-Hoeksema, Wisco ve Lyubomirsk, 2008), yeme bozuklukları (Polivy ve Herman, 2002) madde bağımlılığı (Estevez, Jauregui, Sanchez- Marcos, Lopez- Gonzalez ve Griffiths, 2017) gibi pek çok psikopatoloji modeli ile ilişkilendirilmektedir. Örneğin, alkol bağımlıları ile yapılan bir çalışmada aleksitimi, duygu düzenleme güçlükleri, olumlu/olumsuz duygulanım, depresyon, intihar riski gibi klinik faktörlerin bağımlılık ile ilişkisi incelenmiştir. Alkol bağımlıları kontrol grubuna kıyasla daha çok aleksitimi, duygu düzenleme güçlükleri, olumsuz duygulanım ve intihar düşüncesi belirtmiştir (Ghorbani, Khosravani, Bastan ve Ardakani, 2017).

Psikopatolojileri açıklayan modellerde uyumlu ve uyumsuz duygu düzenleme stratejilerinin duygulanım, davranış ve biliş üzerindeki etkisine göre işlevselliğin değiştiği ileri sürülmektedir. Bir grup araştırmacı hangi duygu düzenlemenin uygun

hangisinin uygunsuz olduğunu anlamak için farklı psikopatoloji gruplarında kullanılan duygu düzenleme stratejilerini karşılaştırmıştır. Bu araştırmalarda sıklıkla bastırma ve kaçınma stratejilerinin duygu durum bozukluklarının (örn. depresyon, kaygı bozuklukları) veya davranım bozukluklarının (alkol kullanım bozukluğu) gelişiminde risk faktörü olduğu ileri sürülmüştür (Gross ve Thompson, 2007; Fox, Hong ve Sinha, 2008; Aldoa, Nolen-Hoeksema ve Schweizer 2010). Gross (1998) modelinde bu ilişkiyi şu şekilde açıklamaktadır: duygusal ifadelerin bastırılması kısa vadede duyguların dışı vurumunu azaltsa da uzun vadede duyguların azaltılması ve fizyolojik uyarılmaların bastırılması mümkün olmayacağı için psikopatolojiler gelişmektedir (Gross ve Thompson, 2007). Ayrıca, duyguların bastırılmasının sadece psikolojik değil, fizyolojik temelde de olumsuz etkileri olmaktadır. Örneğin duyguların bastırılması kardiyovasküler sistemde sempatik sinir sistemi aktivasyonunun artmasına (Gross ve Levenson, 1993) ve hafızanın bozulmasına (Richards ve Gross, 2000) yol açabilmektedir. Bir başka çalışmada ise duyguları bastırma, inkar etme gibi duygu düzenleme güçlükleri cilt rahatsızlıkları ile ilişkili bulunmuştur (Ciuluvica, Amerio ve Fulcheri, 2014).

Benzer şekilde, Hayes, Strosahl, Wilson, Bissett, Pistorello, Toarmino ve ark. (2004)'nın öne sürdüğü modelde de düşüncelerin, duyguların, hatıraların bastırılmasının veya bunlardan kaçınılmasının olumsuz sonuçları olduğu düşünülmektedir. Ayrıca, Wenzlaff ve Wegner (2000) istem dışı düşüncelerin bastırılmasının, bu düşüncelerin daha çok zihne gelmesine ve duygusal uyarılmanın artmasına neden olabileceğini öne sürmektedir. Yazarlar çalışmalarında kronik olarak duyguların bastırılmasının depresyon ve kaygıyla ilişkili belirtilere yatkınlık sağladığı sonucuna ulaşmıştır (Wenzlaff ve Wegner, 2000). Depresyon hastaları ile yapılan bir diğer çalışmada da bastırmanın kısa süreli olarak üzüntüyü azaltırken, depresif duygu durumuna eşlik eden orta ve yüksek seviyedeki kaygı üzerinde etkisinin olmadığı bildirilmiştir (Liverant, Brown, Barlow ve Roemer, 2008). Bu nedenle, bir grup araştırmacı bastırma ve kaçınma stratejilerinin uzun dönemde psikolojik belirtilerle başa çıkma konusunda işlevsiz olduğunu düşünmektedir.

Bu tartışmalara ek olarak, bazı duygu düzenleme süreçlerinin ise dayanıklılığı artırarak, psikopatoloji gelişme riskini azaltabileceği düşünülmektedir. Örneğin,

yeniden değerlendirme stratejisi ile kişi daha olumlu bir yorumlama geliştirebilmekte ya da yeni bakış açısı ile stresli durumlar karşısında sıkıntısını azaltabilmektedir (Gross, 1998). Duygu düzenleme modeline göre de duygu uyandıran uyaranlar karşısında yeniden değerlendirme stratejisi, olumlu duygulanım ve fiziksel tepkiye yol açabilmektedir (Gross, 1998). Buradan yola çıkarak, Aldoa ve ark. (2010) farklı psikopatoloji gruplarında duygu düzenleme süreçlerini incelemiştir. Yazarlar duygu düzenleme stratejilerinden yeniden değerlendirme, problem çözme ve duyguları kabul etmenin ruhsal bozukluklara karşı koruyucu faktör oynarken; bastırma, kaçınma ve ruminasyonun klinik belirtilerin şiddetini arttırdığını belirtmiştir (Aldoa ve ark., 2010). Bu görüş farklı çalışmalarda da desteklenmiştir. Örneğin, yeniden değerlendirme, problem çözme, kabullenme gibi duygu düzenleme stratejilerinin olumsuz duygulanımı (Goldin, McRae, Rame ve Gross, 2007) ve kardiyak aktivasyonları azalttığı (Aldao, Nolen-Hoeksema, 2012), iyilik halini artırarak psikopatolojilere karşı koruyucu rol oynadığı belirtilmektedir (Aldao ve Nolen-Hoeksema, 2012). Tuschen-Caffier, Voderholzer, Schäfer ve Svaldi (2016)'nin yeme bozukluğu olan hastalarla yaptıkları çalışma da bu görüşü desteklemektedir. Çalışmada zayıf beden algısının vurgulandığı film izletilen hastalardan duygu düzenleme süreçlerinden duyguların kabulünü kullananların beden memnuniyetsizliği azalırken, ruminasyonu kullananların beden memnuniyetsizliğinin arttığı belirtilmiştir (Tuschen-Caffier ve ark., 2016). Sonuç olarak, duygu düzenleme stratejilerinin uygun kullanımı psikopatolojilere karşı koruyucu bir faktör olabilmektedir.

Duygu düzenleme süreçlerinin rol aldığı düşünülen bir diğer alan ise kişilerarası ilişkilerdir. Duygu düzenleme stratejileri duygu dışavurum davranışlarını etkilemekte ve dolaylı olarak da kişilerarası sosyal etkileşimdeki davranışlar üzerinde önemli rol oynamaktadır (Gross ve John, 2003). Örneğin, bastırma ve yeniden değerlendirme stratejileri duygu dışa vurumu üzerinde farklı özellikler göstermektedir. Bastırma stratejisinde hem olumlu hem de olumsuz duygu dışa vurumu azalmaktadır. Kişilerin kendi yüz mimiklerine ve seslerindeki duygu ifadelerine dikkat etmeleri ve maskeleyemeye çalışmaları, diğer kişilerdeki duygusal ifadelere de daha az duyarlı olmalarına yol açmaktadır. Bu nedenle, ilişki sırasında bastırma stratejisi olumsuz sosyal sonuçlar doğurabilmektedir. Bunun aksine, yeniden değerlendirme, olumlu duyguları deneyimleme üzerinde tam bir etkisi olmamakla birlikte olumsuz duygu

deneyimini azaltmaktadır. Sonuç olarak, yeniden değerlendirme, bastırmaya kıyasla olumlu sosyal sonuçlar doğurabilmektedir (Gross, 2002; Gross ve John, 2003).

Araştırmalar beraber değerlendirildiğinde uyumsuz duygu düzenleme sürecinin psikopatolojilerin oluşmasında risk faktörü olduğu sonucuna varılabilir. İlerleyen çalışmalarda, ruhsal bozukluklara karşı hangi stratejilerin risk faktörü, hangilerinin koruyucu faktör olduğu belirlenebilirse klinik alanda yürütülen koruyucu çalışmalara ve müdahale programlarına önemli katkılar sağlanabilir. Sonraki bölümlerde mevcut çalışmanın ana odağını oluşturan duygu düzenleme süreçleri ve yeme bozuklukları arasındaki ilişki ele alınmıştır.

2.2. DUYGU DÜZENLEME SÜRECİ: OLUMLU VE OLUMSUZ DUYGULAR

Duygular davranış, deneyim veya fizyolojik değişikliklere tepki olarak farklı kanallardan beslenerek ortaya çıkabilir. Duygular mutluluk gibi olumlu değerler içerebildiği gibi üzüntü gibi olumsuz değerleri de içerebilir (Preece, Becerra, Robinson, Dandy ve Allan, 2018). Bazen ortaya çıkan bu duyguları, duygu düzenleme ile bastırmak, sürdürmek veya yönünü değiştirmek gerekebilir. Bu düzenlemenin ihtiyaçlar ve yaşamın gereklilikleri karşısında uygunsuz yapılması bireyde işlev bozukluklarına yol açabilmektedir (Preece ve ark., 2018).

Bu tartışmalara ek olarak, duygunun çeşidine ve farklı duyguların düzenlenme süreçlerine göre de psikolojik belirtilerin değişebileceği ileri sürülmektedir. Ek olarak, olumlu ve olumsuz duyguların düzenlenmesindeki sorunlar psikopatolojilerin klinik görünümünde farklılıklara yol açabilmektedir. Örneğin, Major Depresif Bozuklukta (MDB) olumsuz duygulanımda ve zevk alınan aktivitelere karşı ilgisizlikte artış hastalığın temel belirtilerindendir. Bu hastalarda olumsuz duyguların bastırılmasının depresif belirtiler ve anhedoni ile ilişkili olduğu bilinmektedir. Fakat depresyonda olumlu duyguların da bastırılıp bastırılmadığı sorusu net değildir. Bu bağlamda yapılan bir çalışmada olumsuz duygulanımdaki artış kaygı bozuklukları ile ilişkiliyken, olumlu duygulanımdaki azalmanın ve olumsuz duygulanımdaki artışın depresyonla ilişkili olduğu bulunmuştur (Clark ve Watson, 1991). Dolayısıyla, olumlu

duygulardaki azalmanın depresyon için daha ayırıcı bir işaret olabileceği düşünülmektedir. Bu tartışmalara ek olarak, MDB hastalarında olumlu ve olumsuz duyguların bastırılmasının depresif belirtilerle olan ilişkisinin incelendiği bir çalışmada hem olumsuz hem de olumlu duyguların bastırılmasında artış bulunmuştur (Beblo, Fernando, Klocke, Griepenstroh, Aschenbrenner ve ark., 2012).

Bu bağlamda, bir grup araştırmacı olumlu ve olumsuz duyguların farklı mekanizmalar üzerinden insan davranışını şekillendirdiğini düşünmektedir. Beyin görüntüleme teknikleri ve nörobiyolojik temelde yapılan çalışmalarda olumlu ve olumsuz duyguların düzenlenmesinde, beyin aktivasyonlarında farklılıklar ve beyin bölgelerinde anormallikler bulunmuştur. Örneğin, Mak, Zhi-guo, Zhang, Xiaoc, Lee ve ark. (2009), fMRI ile olumlu ve olumsuz duyguların düzenlenmesinin nörolojik aktivasyonunu incelemiştir. Çalışma sonuçları olumlu ve olumsuz duyguların düzenlenmesinde ortak ve farklı nöral sistemlerin etkisinin varlığına işaret etmektedir. Benzer şekilde Habel, Klein, Kellermann ve Shah (2004) da sağlıklı bireylerde mutlu ve üzüntülü duygu durumunda ortak nöral ağların olduğunu fakat beyinde farklı kortikal aktivasyonların olduğunu belirtmektedir. Yazarlar duyguları kardiyovasküler etkiler açısından karşılaştırdıklarında olumlu duyguların kardiyovasküler etkilerinin, olumsuz duygular reaktif bir etki oluşturduğunda ortaya çıktığını gözlemlemişlerdir. Bu bağlamda, olumlu duyguların stres ve kaygıya karşı iyilik halinin sürdürülmesi için kaynak oluşturduğu düşünülmektedir (Fredrickson, Mancuso, Branigan ve Tugade, 2000). Ayrıca, olumsuz duygularla benzer olarak olumlu duyguların düzenlenememesi de sempatik nöral sistemin aktivasyonunda değişikliklere yol açabileceği belirtilmektedir (Gross ve John, 2003).

Özetle, olumlu ve olumsuz duyguların düzenlenmesinde benzer örüntüler ile birlikte farklılaşan noktalar da bulunmaktadır. İlgili alan yazın incelendiğinde, olumlu duygu düzenleme süreçleri ve psikopatoloji arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların kısıtlı olduğu görülmüştür. Mevcut çalışmanın, alan yazına katkılarında birinin de olumlu duyguların düzenlenme becerisi ile yeme tutumları arasındaki ilişki olacağı düşünüldüğü için bir sonraki bölümde olumlu duygu düzelleme süreci ve iyilik hali arasındaki ilişki daha detaylı tartışılacaktır.

2.2.1. Olumlu Duyguların Düzenlenmesi

Pozitif psikoloji yaklaşımı bozuklukların sadece olumsuz boyutları ile değil, dayanıklılık, kaynaklar, iyimserlik ve umut gibi yapılar ile birlikte ele alınmasını vurgulamaktadır (Duckworth, Steen, ve Seligman, 2005; Fredrickson, 2009). Bu yaklaşımın öncülerinden Fredrickson (2009)'a göre olumlu duygular optimal iyilik hali için hizmet etmektedir. Zaman içinde sağlıklı miktardaki olumlu duyguların insanlara kişisel ve sosyal kaynaklar yaratıp, işlevselliklerini ve iyilik hallerini arttırdığı düşünülmektedir (Fredrickson, 2009).

Bu noktada, “sağlıklı miktardaki” olumlu duygunun altını çizmek gerekir. Olumlu duyguların uyumlu düzenlenmesinde, kişinin amaçlarına ve durumun kısıtlılıklarına göre duyguların esnek bir şekilde arttırılarak veya azaltılarak düzenlenmesi gerekmektedir. Örneğin, genç bir adamın cumartesi gecesi arkadaşları ile dışarıda daha çok kalmak ve olumlu duygularını sürdürmesi için olumlu duygulanımını arttırması gerekir. Fakat bunu düzenli olarak hafta içinde de yapmaya devam etmesi işle ilgili amaçlarını yerine getirme konusunda kendisini riske sokabilir (Carl, Soskin, Kerns ve Barlow, 2013). Bu görüşü destekler nitelikte farklı çalışmalarda olumlu duygulanımda bozulma ile bipolar bozukluk, sosyal kaygı (Watson ve Naragon-Gainey, 2010) agorafobi (Rosellini, Lawrence, Meyer ve Brown, 2010) ve bipolar depresyon (Watson ve Naragon-Gainey, 2010) gibi psikopatolojiler arasında ilişkili bulunmuştur.

Bu görüşlerden farklı olarak, bazen mutluluğa çok fazla değer vermenin de kişide beklentiyi arttıracığı için daha çok hayal kırıklığı yaşamasına ve iyilik halinin bozulmasına neden olabileceği ileri sürülmektedir. Özellikle haz odaklı stratejileri kullanan kişiler, mutluluklarını istedikleri kadar sürdüremedikleri için hayal kırıklığı yaşayabilirler. Livingstone ve Srivastava (2012), pozitif duyguları arttırmak için kullanılan 75 farklı duygu düzenleme stratejisinin kısa süreli ve uzun süreli etkilerini incelemiştir. Yazarlar olumlu duyguları arttırmak için kullanılan duygu düzenlemenin her zaman olumlu sonuçlar doğurmadığını belirtmiştir. Örneğin, haz odaklı duygu düzenleme grubunda değerlendirilebilecek alkol, madde kullanımı kişiye kısa süreli olumlu duygu yaşatmaktadır. Kişilik özellikleri açısından düşünüldüğünde ise daha çok olumsuz duygularla ilişkili bulunmuştur. Ayrıca, anlık hoşnutluk sağlayan

stratejiler, uzun dönemli dayanıklılık (resilience) sağlamamaktadır. İyileştirici (amaç odaklı, kişisel gelişim) duygu düzenleme stratejileri ise kısa vadede değil, uzun vadede olumlu duyguları arttırmaktadır.

Bununla birlikte, duyguların az deneyimlenmesi değil, yoğun deneyimlenmesi de psikopatolojiye yatkınlık sağlayabilmektedir (Folkman ve Moskowitz, 2000; Gruber, Johnson, Oveis ve Keltner, 2008). Bu görüşle paralel olarak, alan yazında, sadece yoğun olumsuz duygular yaşandığında değil, yoğun olumlu duygular deneyimlendiğinde de bu duyguların düzenlenememesinin alkol, madde kullanım bozukluğu, riskli cinsel davranışlar gibi dürtüsel davranışlara yol açtığı düşünülmektedir. Örneğin, manik atak geçirme riski açısından yüksek ve düşük risk grubu olarak iki gruba ayrılan katılımcıların olumlu, olumsuz ve nötr duygu uyandıran uyarıcılar karşısındaki kardiyak aktivasyonları incelenmiştir. Yüksek risk grubundaki katılımcılarda, olumlu-olumsuz filmleri izlerken, yükselmiş olumlu duygu durumu ve kardiyak aktivasyonlarda artış bulunmuştur (Gruber ve ark., 2008). Manik bozukluğun klinik görünümü ile tutarlı olarak risk grubundaki kişiler olumlu duygulanımlarını düzenleyememişlerdir. Bir başka çalışmada, ergenlerde depresif belirtiler ile olumlu duyguları düzenleme becerileri (duygu odaklı pozitif ruminasyon, kendi odaklı pozitif ruminasyon, pozitif duyguların indirgenmesi) üç yıl boyunca incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre olumlu duyguların indirgenmesindeki artış ile duygu odaklı ve kendi odaklı pozitif ruminasyondaki azalış depresif belirtilerdeki artış ile ilişkili bulunmuştur. Cinsiyet açısından, kadınlar erkeklere kıyasla daha çok depresif belirti göstermiştir. Duygu düzenleme süreçleri açısından ise kadınlar erkeklere kıyasla daha çok pozitif duyguları indirgeme, daha az kendi odaklı pozitif ruminasyon stratejisi kullanmıştır (Gomez-Baya, Mendoza, Paino, Gillham, 2017). Bu nedenle, tedavi programlarında cinsiyet faktörüne bağlı farklılıklar göz önünde bulundurulmalıdır.

Olumlu duygulanımın sağlık ve işlevsellik üzerinde yararlı etkisi bulunmaktadır. Bu yüzden, duygu durum bozukluklarında olumlu duyguların optimal düzeyde fayda sağlaması, belirtilerin azalmasının yanı sıra uzun süreli iyileşme ve dayanıklılık açısından da işlevseldir (Folkman ve Moskowitz, 2000; Dockray ve Steptoe, 2010). Örneğin, olumlu duyguların etkili bir şekilde düzenlenmesi yaşam doyumunu ve benlik saygısını arttırmakta; depresyon ve umutsuzluğu azaltmaktadır (Tugade ve

Fredrickson, 2007). Ayrıca, olumlu duyguların etkili düzenlenmesi olumsuz duyguların etkisini azaltmakta, olumsuz duyguların düzenlenmesine de yardım etmektedir (Fredrickson, Mancuso, Branigan, ve Tugade, 2000).

Olumlu duygu düzenleme becerisindeki bozulmalar da ruhsal bozuklukların oluşmasında ve sürmesinde etkili bir faktör olabilmektedir. Bu nedenle, olumlu duyguların düzenlenmesindeki güçlüğü hem ilişkili yapıların iyileştirilmesi hem de olumlu duygulanımın sağlanması açısından tedavi hedefleri içerisinde olması gerektiği vurgulanmaktadır (Ehrenreich, Fairholme, Buzzella, Ellard ve Barlow, 2007).

Sonuç olarak, olumlu ve olumsuz duyguların düzenlenmesi kısmen birbirlerinden bağımsız, kısmen de birbirlerini etkileyerek bireyin iyilik hali üzerinde rol oynamaktadır. Bir sonraki bölümde, olumlu ve olumsuz duygu düzenleme süreçlerinin yeme tutumlarındaki bozulmalarla ilişkisi tartışılacaktır.

2.3. DUYGU DÜZENLEME VE YEME BOZUKLUKLARI

Son yıllarda yeme bozuklukları ile duygu düzenleme güçlükleri arasındaki ilişki sıklıkla araştırılmaktadır. Bu alanda yürütülen araştırmaların temel yaklaşımı YB olan bireylerin duygu düzenleme güçlükleri yaşadıkları ve olumsuz duygularla baş ederken uyumsuz başa çıkma biçimleri kullandıkları yönündedir. Örneğin, neden-sonuç ilişkisi kurulamamakla birlikte, AN ve BN hastalarının sağlıklı kontrol gruplarına kıyasla daha çok duygu düzenleme güçlüğü yaşadığı belirtilmiştir (Harrison, Sullivan, Tchanturia ve Treasure, 2010). Benzer şekilde, düşük kilodaki AN hastalarının duygu düzenleme, kaygı ve yeme bozukluğu belirtilerinin şiddetini inceleyen bir çalışma da duygu düzenleme zorluklarının, kaygı faktörü kontrol edildikten sonra da, yeme bozukluğu belirtileri ile ilişkili olduğu gösterilmiştir. Bu nedenle, duygu düzenleme güçlüklerinin AN'deki kaygının ikincil bir sonucu değil, AN sırasında bağımsız bir faktör olarak rol oynadığı düşünülmektedir (Haynos, Roberto ve Attia, 2015).

Araştırılan bir nokta da, farklı yeme bozukluklarına göre duygu düzenleme güçlüklerinde farklılaşma olup olmadığıdır. Bu alanda yapılan bir çalışmada AN, BN, TYB, MDB ve sağlıklı kontrol grupları karşılaştırılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, YB olanlar, sağlıklı kontrollere kıyasla daha çok işlevsiz duygu düzenleme stratejisi

kullanmakta, daha düşük seviyede duygusal farkındalık ve duygu kabulü göstermektedir. Ayrıca, yeme bozukluklarında duygu düzenleme süreçleri açısından fark bulunmazken, sadece TYB grubunun diğer yeme bozukluklarına kıyasla daha çok duygu düzenleme örüntüsü sergilediği görülmüştür (Svaldi, Griepenstroh, Tuschen-Caffier ve Ehring, 2012). Bir başka çalışmada boylamsal olarak tedaviye alınan AN hastalarında, AN'nin alt tiplerine göre duygu düzenlemeleri karşılaştırılmıştır (Rowell, MacDonald ve Carter, 2016). Yazarlar, kısıtlayıcı tipe kıyasla, tıknama-çıkarma alt grubunda olan AN hastalarının üzüntülü hissettiklerinde daha çok dürtü kontrol zorlukları yaşadıkları ve duygu düzenleme stratejilerini daha az kullandıklarını belirtmiştir. Tedavi sonrasında ise bu kişilerin kilo aldığı ve duygu düzenleme becerilerinde gelişmeler olduğu bildirilmiştir.

Başta obezite olmak üzere pek çok fiziksel rahatsızlığa yol açan aşırı yeme örüntüsünün incelendiği bir araştırmada ise obez olan ve olmayan bireylerde duygu dışı vurumu ve duyguları bastırma arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Araştırma bulguları bastırma mekanizmasını daha fazla kullanan kişilerin daha çok aşırı yeme davranışında bulunduğu işaret etmektedir. Bununla birlikte, bu etki Beden Kitle İndeksi (BKİ)'ne göre değişmektedir. Eğer kişiler aşırı kiloluysa ve duygularını dışı vurmuyorlarsa daha çok yemek tüketmektedirler. Ayrıca, genç yaşta olanlar ve yüksek depresyon seviyesine sahip kişiler daha çok aşırı yeme davranışında bulunmaktadır. Dolayısıyla, uyumsuz duygu düzenleme stratejilerinden duyguları bastırma aşırı yeme davranışı ile ilişkili gibi görünmektedir (Görlach, Kohlmann, Hedden-Mora, Rief ve Westermann, 2016).

Duygu düzenleme süreçleri ile ilişkili olarak, bireylerin yeme bozukluğu geliştirme riski duygu tanıma becerileri ve duygu farkındalık düzeylerine göre değişebilmektedir. Örneğin, BN tanısı alan kızların, depresyon tanısı alan kızlara kıyasla daha düşük düzeyde duygusal farkındalık ve duyguları tanıma becerisi gösterdiği belirtilmektedir (Sim, Clinic ve Zeman, 2005). Ergenlerle yapılan (16- 18 yaş) boylamsal bir çalışmada ise duygusal farkındalığın zayıf olması ve duygu düzenleme stratejilerinin kullanımının az olması yeme üzerinde kontrolün kaybedilmesi ile ilişkili bulunmuştur (Goldschmidt, Lavender, Hipwell, Stepp ve Keenan, 2017). Çalışma sonucunun etki büyüklüğü küçük olmakla birlikte yazarlar duygu düzenleme sürecindeki bozulmaların

yeme üzerindeki kontrolü bozabileceğini ileri sürmektedir (Goldschmidt ve ark., 2017). Benzer şekilde tikanırcasına yeme bozukluğu (TYB) olan kişilerin duygu durumunu fark etme ve anlamada zorluk çektikleri ve duygu düzenleme stratejilerini sınırlı kullandıkları belirtilmektedir. Ayrıca, duygu düzenleme güçlüğü'nün sadece atak anında yaşanmadığı, bu bireylerin güçlü duyguları yorumlama, yoğunluğunu değiştirme ve tolerans gösterme konusundaki becerilerinin daha zayıf olduğu tartışılmaktadır (Whiteside, Chen, Neighbors ve Lo, 2007). Son olarak, yeme bozuklukları kendi içerisinde duygu tanıma açısından farklılaşabilmektedir. Örneğin, AN ve BN tanısı olanlar duygusal farkındalık açısından incelendiğinde anoreksiklerin, bulimiklere kıyasla aleksitimi düzeylerinin daha yüksek, duygusal farkındalık düzeylerinin ise daha düşük olduğu belirtilmiştir (Gilboa-Schechtman ve Zubery, 2006).

Özetle, duygu düzenleme süreçlerindeki bozulmalar ile psikopatoloji arasındaki ilişkiyi destekleyen pek çok çalışma bulunmaktadır. Bu bölümde bu tartışmayı bir basamak ileriye taşıyarak olumlu ve olumsuz duygular arasındaki farklar ve bu duyguların düzenlenmesindeki güçlüklerin yeme tutumları ile ilişkisi tartışılacaktır.

2.3.1. Olumsuz Duyguların Düzenlenmesi: Yeme Tutumu

Olumsuz duyguların düzenlenmesinde sıklıkla güçlük yaşanması yeme tutumlarında bozulmalara yol açabilmektedir. Cardi, Leppanen ve Treasure (2015) deneysel yöntemle uyarılan farklı duyguların yeme tutumları üzerindeki etkisini inceleyen çalışmaları derlemiştir. Metaanaliz sonuçları uyarılmış olumsuz duygular ile anormal yeme davranışları arasında nedensel ilişki belirtmektedir. Ayrıca, olumsuz duyguların düzenlenememesinin yeme tutumlarını bozduğu ve işlevsiz telafi davranışlarını arttırdığı tartışılmaktadır. Örneğin tikanırcasına yeme bozukluğunda, kilo ve beden şekline yönelik aşırı dikkat ve kaygı olumsuz duyguların düzenlenmesindeki güçlüklerle ilişkili bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle kişiler duygu düzenleme stratejilerini işlevsel bir şekilde kullanamadıkları için olumsuz duygu durumları ile başa çıkmak için kusma, aşırı spor yapma, tikanırcasına yeme gibi işlevsiz telafi davranışlarında bulunmaktadır (Harrison, Sullivan, Tchanturia ve Treasure, 2010).

Benzer şekilde, farklı BKİ grubundaki bireylerle yapılan bir çalışma aşırı kilolu ve obez bireylerin öfke, üzüntü gibi olumsuz duygular karşısında tıkanıcısına yeme davranışını daha çok sergilediğini göstermiştir (Evirgen, 2010). Klinik olmayan örnekleme yapılan çalışmada da özellikle kişiler öfke duygularını bastırmak istediklerinde bulimik davranışlar ortaya çıkmakta ve bu davranış sonrasında anlık öfke hemen azalmaktadır (Milligan ve Waller, 2000). Bir diğer çalışmada bulimik belirtilerin sürmesinde önemli bir faktör olduğu düşünülen utanç duygusu incelenmiştir. Üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmada, yaş, kilo ve depresif duygu durumu kontrol edildikten sonra utanç duygusunun bulimik davranışları açıklamada önemli bir varyans sergilediği görülmüştür (Hayakia, Friedmana ve Brownell, 2002). Brockmeyer, Bents, Grosse, Holtforth, Pfeiffer ve ark. (2012) anoreksik bireylerin olumsuz duyguların düzenlenmesinde anlık değil sürekli olarak güçlük yaşadığını belirtmektedir. Dolayısıyla, olumsuz duygular karşısında bireylerin bu duyguyu düzenleyememeleri sonucunda hissedilen rahatsızlık hissi farklı telafi davranışlarıyla giderilmektedir.

Özetle, olumsuz duyguların düzenlenememesi yeme tutumlarında bozulmalara yol açabilmekte ve yeme bozukluğu gelişebilmektedir. Bu nedenle, olumsuz duyguların azaltacak stratejilerin (örn. olumlu duygu durumunu tetiklemek) geliştirilmesi veya duygu düzenlemenin iyileştirilmesinin bozulan yeme tutumlarını düzeltmek için yararlı olacağı vurgulanmaktadır (Cardi, Leppane ve Treasure, 2015).

Bir sonraki bölümde son yıllarda araştırma odağı olan olumlu duyguların düzenlenmesinin yeme bozuklukları ile olan ilişkisi incelenecektir.

2.3.2. Olumlu Duygular, Duygu Düzenleme ve Yeme Tutumu

Klinik alanda kızgınlık, üzüntü, tikslenme gibi olumsuz duygular sıklıkla çalışılmaktadır. Yeme bozukluğu alanındaki çalışmalara bakıldığında da olumsuz duygular genellikle bir bozukluk veya hastalık modeli çerçevesinde tartışılmaktadır. Dolayısıyla, bu yaklaşımlarda ruhsal bozukluğun neden olduğu anormallikler tanımlanmaya çalışılmaktadır. Bununla birlikte önceki bölümlerde tartışıldığı üzere, olumlu duyguların düzenlenme becerisinin de yeme tutumları üzerinde etkili

olabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle sadece bozuk işlev ve olumsuz duyguları araştırmak bütünü açıklanması için yeterli olmayacaktır.

Bu bağlamda, pozitif psikoloji yaklaşımını benimseyen Fredrickson (2009) olumlu duyguların, olumsuz duygulara karşı bir denge ve/veya etkisizleştirme rolü oynayarak, kişinin dayanıklılığını geliştirdiğini ileri sürmektedir. Olumlu duyguların etkisinin genişletilmesi, zihnin gelişmesine de yardım etmektedir. Bu sayede bulunduğumuz noktanın da ötesini yani daha büyük resmi görmemiz kolaylaşmaktadır. Aynı zamanda problemlerin çözümünde insanların daha yaratıcı ve esnek olmalarını sağlamaktadır (Tchanturia, Dapelo, Harrison ve Hambrook, 2015). Yeme bozukluğu bağlamında düşünüldüğünde, hastaların sağlıkları ile ilgili karar verirken besinleri kalori miktarları gibi küçük detaylara göre değil, genel olarak yaşam kalitelerini yükseltecek şekilde seçmelerine yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle, yeme bozukluğu hastalarıyla çalışırken günlük yaşamlarındaki olumlu duygu deneyimlerini artırmanın daha büyük resmi görebilme becerilerini geliştirebileceği savunulmaktadır (Tchanturia ve ark., 2015).

Klinik alanda, YB'nin tedavisinde sıklıkla kullanılan BDT yaklaşımına ek olarak, pozitif psikoloji müdahale programlarının da tedavi için kullanılabileceği tartışılmaktadır. Bu alanda, bazı üçüncü dalga bilişsel terapiler YB tedavisinde duygu odaklı müdahaleleri tedavi programına dahil etmektedir. Örneğin şefkat odaklı terapilerde, kendini yatıştırıcı becerileri geliştirme ve kendine merhamet duymanın YB hastalarında olumlu sonuçlar doğurduğu belirtilmektedir (Gale, Gilbert, Read ve Goss 2012).

Pozitif psikoloji, YB hastalarının iyilik hallerini geliştirmek ve anlamak için önemli bir uygulama olabilir. Bu görüşü destekleyen çalışmalar da son dönemde hızla artmaktadır. Örneğin, olumlu duygu seviyesi yüksek, yaşama bağlı ve yaşamını anlamlı gören ergenlerde zayıf olma dürtüsünün, aşırı egzersiz yapma ve beden memnuniyetsizliği seviyesinin daha düşük olduğu belirtilmektedir (Gongora, 2014). Bir başka çalışmada, örtük duygu deseni ile nötr, %50 ve %100 olmak üzere farklı seviyelerdeki mutlu yüz ifadelerine verilen tepkiler fMRI ile incelenmiştir. Kontrol grubuna kıyasla AN grubunda sağ fusiform girus ve oksipital loblarda kan akışında artış olmuştur. Çalışma sonuçları AN hastalarının olumlu uyaranlara karşı farklı

biyolojik tepkiler verdiğine yönelik kanıt oluşturmaktadır (Fonville, Giampietro, Surguladze, Williams, Tchanturia ve ark., 2014).

Yeme bozukluklarında duyguların dışa vurumu sürecinde de sağlıklı gruba kıyasla farklılıklar olduğu savunulmaktadır. Davies, Fox, Naumann, Treasure, Schmidt ve Tchanturia (2012) AN hastalarının olumlu ve olumsuz duyguları sağlıklı gruba kıyasla farklı şekillerde ifade ettiklerini düşünmektedir. Örneğin, AN hastalarından duygusal deneyimlerini tanımlamaları istendiğinde kontrol grubuna kıyasla daha az kelime kullandıkları ve daha az olumlu deneyim aktardıkları belirtilmiştir. Yazarların bir başka çalışmasında ise farklı duyguları içeren video klipler izletilmiş ve duyguların yüzdeki dışavurumu incelenmiştir (Davies, Schmidt ve Tchanturia, 2013). Eğlenceli klibe verilen tepkide AN grubu, kontrol grubu ve tedavi görmüş AN grubuna kıyasla daha az olumlu duygusal mimik dışa vurmuştur. Olumsuz duyguların dışa vurumu açısından da kontrol grubuna kıyasla AN grubu ve tedavi olmuş AN grubu daha çok olumsuz duygu dışavurumunda bulunmuştur. Sonuç olarak, yeme bozukluğu hastaları olumlu duyguların deneyimlenmesi ve dışavurumunda güçlük yaşayabilmektedir.

Bir sonraki bölümde yeme bozuklukları için risk faktörü olan ve yeme bozukluğu belirtileri ile ilişkili olduğu öne sürülen beden memnuniyetsizliği kavramı tartışılacaktır.

3. BEDEN İMGESİ

Kişinin bedenine yönelik algısı, erken çocukluktan itibaren, duygu, düşünce, davranış ve kişiler arası ilişkiler aracılığıyla gelişmektedir. Kişinin beden imgesi sadece fiziksel görünüme bağlı şekillenmemektedir. Bedene yönelik algı; bilişsel, davranışsal ve duygusal birleşenleri de içeren çok boyutlu bir yapıdır (Striegel, Moore ve Franko, 2002). Genel bir tanım yapılması gerekirse, Beden İmgesi (Bİ) bireyin kilo, şekil ve görünümünün içsel temsili olarak tanımlanabilir. Beden İmgesi Bozukluğu (BİB) terimi bütün bu alt boyutları kapsamaktadır (Thompson, Roehrig, Cafri ve Heinberg, 2005). Beden memnuniyetsizliği ise kişinin bedeni, kilosu, karnı, kalçaları gibi vücut bölgelerini olumsuz değerlendirmesi ve fiziksel görüntüsüyle ilgili hoşnutsuzluk hissetmesidir. Beden memnuniyetsizliği Beden İmaj Bozukluğundan (BİB) ayrıştırılmalıdır. BİB’de bireyler bedenlerini olduğundan büyük algırlarlar. Diğer bir ifade ile algısal bir bozulma vardır. Beden memnuniyetsizliği ise bireyin bedeniyle ilgili arzu ettiği fiziksel görüntüye sahip olmamasına bağlı hissettiği hoşnutsuzluktur.

Çocukluk çağından itibaren beden imgesinin nasıl geliştiği önemlidir. Öyle ki, genel olarak olumsuz bir beden imgesine sahip olmak iyilik halini de olumsuz etkileyebilmektedir (örn, Smolak, 2002). Özellikle yüksek düzeydeki beden memnuniyetsizliği yeme bozukluğu belirtilerinden ve kilodan bağımsız olarak psiko-sosyal işlevsellik ve fiziksel sağlığı olumsuz etkileyerek yaşam kalitesini düşürmektedir (Mond, Mitchison, Latner, Hay ve ark., 2013). Önemli bir diğer nokta, beden memnuniyetsizliği her zaman mevcut kilo ve görüntüyle paralel olarak gelişmemektedir. Birey kendini zihnindeki ideal vücut şekline ne kadar uzak algırsa, beden memnuniyetsizliği de o kadar artmaktadır. Kilodan, yaştan, cinsiyetten ve fiziksel bir kusurdan bağımsız olarak beden memnuniyetsizliği herkeste görülebilmektedir.

3.1. FARKLI GELİŞİM DÖNEMLERİ VE BEDEN MEMNUNİYETSİZLİĞİ

Beden algısındaki bozulmalar sadece yetişkinleri değil, çocukları ve ergenleri de olumsuz etkilemektedir. Örneğin, beden algısı, kilo ve vücut biçiminden duyulan

memnuniyetsizlik temel alınarak incelendiğinde ilkokul çağındaki çocukların büyük çoğunluğunun düşük kiloda olmalarına rağmen kızların %40'ının erkeklerin ise %25'inin bedenlerinden memnun olmadıkları ve daha zayıf olmak istedikleri belirtilmiştir (Smolak, 2002).

Çocuklara erken dönemlerden itibaren ideal/çekici vücut şekline yönelik verilen mesajlar beden algılarını, yeme tutumlarını ve diğer insanların kilolarına, beden şekillerine yönelik tutumlarını etkileyebilmektedir. Smolak (2002) çocukların altı yaşından itibaren toplumda şişman kişilere yönelik gelişen önyargıları fark edebildiklerini ve bu yaşlardan itibaren beden memnuniyetsizliği göstermeye başladıklarını belirtmiştir (Smolak, 2002). Bu bağlamda, çocuk ve ergenler de ideal vücut şekline yönelik mesajları içselleştirip, kaygı yaşayarak, sağlıksız diyet ve egzersizlere yönelebilmektedir. Örneğin, beş yaşındaki kız çocukları ile yapılan çalışmada, kızların çoğunun beden memnuniyetsizliği gösterdiği, yarısının da içselleştirilmiş zayıf beden algısına sahip oldukları belirtilmiştir. Ayrıca, zayıf beden arzusu ve sosyal medyaya maruz kalma oranları arttıkça kısıtlı yeme biçimi de artmaktadır. Yazarlar, özellikle medyaya maruz kalan ve çevrelerinde görünüşleriyle ilgili konuşulan çocukların yeme bozukluğu gelişimi açısından risk altında olduğunu belirtmektedir (Damiano, Paxton, Wertheim, McLean ve Gregg, 2015).

Ergenlik dönemine gelindiğinde, özellikle bu dönemde bedeninin aşırı önem kazanması sebebiyle beden memnuniyetsizliği ve daha ileri seviyelerinde beden algısında bozulmalar daha sık görülmektedir. Örneğin, 7-11 yaş aralığındaki kızlarla yapılan çalışmada, beden memnuniyetsizliğinin sosyo-kültürel modeli çerçevesinde yeme tutumunun gelişimi incelenmiştir. Buna göre içselleştirilen gerçekçi olmayan ideal zayıf beden algısı, beden memnuniyetsizliği, kısıtlayıcı yeme örüntüsü, depresyon ve yeme bozukluğu riskini arttırmaktadır (Evans, Tovée, Boothroyd ve Drewett, 2013). Benzer şekilde, boylamsal olarak takip edilen 13-16 yaş arasındaki kız çocuklarında içselleştirilen ideal zayıf beden algısı, zayıf olmaya yönelik baskı ve beden memnuniyetsizliği diyet yapma ve BKİ'deki artışla ilişkili bulunmuştur. Ayrıca, 13-16 yaşları arasındaki beden memnuniyetsizliği seviyesi dört yıl sonra ölçüm alındığında DSM 5'e göre yeme bozukluklarının başlangıcını yordamaktadır (Rohde, Stice ve Marti, 2015). Türkiye'de yapılan çalışmalar da olumsuz beden imgesinin iyilik hali

üzerindeki yordayıcı etkisini desteklemektedir (Aslan, 2001; Oktan, 2012, Devrim ve Hongu, 2018). Lise öğrencileri ile yapılan çalışmada, kızların beden algılarının ve yeme tutumlarının erkeklere göre daha bozuk olduğu belirtilmiştir. Öğrenciler kilo vermek için uzman olmayan kişilerin önerileri doğrultusunda sağlıksız diyetler yapmaktadır (Uskun ve Şabaplı, 2013). Erken yaşlardan itibaren sadece kilo vermek üzerine olan motivasyonun sağlıklı ve dengeli beslenme üzerine çevrilmesi fiziksel ve psikolojik iyilik halini olumlu etkileyebilmektedir.

Bu tartışmalara ek olarak, bir grup araştırmada ergenlik ve genç yetişkinlik sonrasında yaş arttıkça kilonun benlik saygısını, beden algısını ve yeme tutumlarını daha az olumsuz etkilediği savunulmaktadır (Okumuşoğlu, 2018). Özellikle ilerleyen yaşlarda beden hoşnutsuzluğunun kilo üzerinden değerlendirilmediği, beden sağlığı ve işlevselliğinin daha önemli olduğu düşünülmektedir (Reboussin, Rejeski, Martin, Callahan, Dunn, King ve Sallis, 2000). Lewis ve Cachelin (2001) da orta yaş grubu (50-65 yaş) ile yaşlı (66 yaş ve üstü) grubundaki kadınların beden memnuniyetsizliği açısından farklılık göstermediği, gençlerde olduğu gibi zayıf bedeni daha çekici ve ideal buldukları belirtilmiştir. İki grup arasında yeme tutumlarındaki bozulmalar açısından farklılıklar bulunmuştur. Yaşlı grup beden memnuniyetsizliği göstermekle birlikte bunun için kısıtlı yeme, telafi edici davranışlarda bulunma gibi davranışlarda bulunmamaktadır. Dolayısıyla, her yaş döneminde kadın bedenine yönelik beklentiler, kadınların yeme tutumlarını ve benlik saygılarını etkileyebilmektedir.

Beden memnuniyetsizliği alanındaki çalışmalara bakıldığında ağırlıklı olarak kadın örnekleminde çalışılmıştır. Fakat erkekler de kadınlar gibi “ideal beden” algısından etkilenmektedir. Örneğin, 14 yaş grubundaki 6140 kız ve erkek ergen üzerinde, çocukluklarında algıladıkları beden memnuniyetsizliği, BKİ, benlik saygısı, annede yeme bozukluğunun varlığı ve ekonomik güçlüklerin ergenlik dönemindeki yeme bozukluğu belirtileri ile ilişkisi incelenmiştir. Çalışma sonuçlarına göre kızların %39’u, erkeklerin %12’si diyet yapmaktadır. Ayrıca, kızların %8’i, erkeklerin ise %3.5’i tikanırmasına yeme davranışı göstermektedir (Micali, De Stavola, Ploubidis, Simonoff, Treasure ve Field, 2015). Ek olarak, 9-18 yaş aralığındaki öğrenciler üzerinde yapılan araştırmaya göre fiziksel görünüşle ilgili mükemmel olma beklentisi beden memnuniyetsizliğini önemli oranda yordamaktadır. Cinsiyet açısından da

farklılıklar belirtilmektedir. Erkekler kızlara göre daha uzun olmak ve daha çok kilo almak istemektedir. Kızlar ise erkeklere kıyasla mükemmel bedene sahip olma arzusuna daha çok sahiptir (Yang, Yang, Xu, Wu, Xu ve Weng, 2017). Sonraki çalışmalarda beden memnuniyetsizliği sadece kusurlar, hoşnutsuzluk üzerinden incelenmemeli, mükemmel bedene sahip olma arzusu da yeme bozukluklarının etiolojisinde göz önünde bulundurulmalıdır. Ayrıca, bu alanda daha kapsamlı araştırmalar yapılarak kadın ve erkeklerin beden algılarını etkileyen faktörler incelenmelidir.

Özetle gelişim boyunca bireylerin vücut şekillerinden memnuniyetsizlikleri, yeme bozukluklarının gelişimi açısından önemli bir risk faktörüdür. Ayrıca, çocukluk, ergenlik dönemlerinde başlayan kilo ve bedene yönelik olumsuz algı yetişkinlik döneminde yeme tutumlarındaki bozulmalar için de risk faktörüdür.

3.2. BEDEN MEMNUNİYETSİZLİĞİ, DUYGU DÜZENLEME VE YEME TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

Bireylerin kiloları ve vücut şekilleri üzerindeki aşırı uğraşları ve kontrol çabaları hem bozuk yeme tutumları geliştirme riskini artırmakta hem de geliştirilen tutum için sürdürücü bir faktör olmaktadır (Pennesi ve Wade, 2016). Yeme bozukluklarının klinik görünümünde de kilo ve vücut şekli üzerine aşırı uğraş, sürekli diyet yapma, kilo alma korkusu, şişman hissetme, kilo alıp almadığını anlamak için vücudun sürekli kontrol edilmesi, kilo almamak veya vermek için sağlıksız yolların kullanılması ya da vücuda bakmaktan kaçınma gibi davranış örüntüleri sıklıkla bildirilmektedir (Fairburn, 2008; Pennesi ve Wade, 2016).

Hem boylamsal hem de kesitsel çalışmalarda beden imajına yönelik kaygıların, yeme tutumlarındaki ve beden algısındaki bozulmalarla ilişkili olduğuna yönelik pek çok çalışma bulunmaktadır. Örneğin, Stice ve Desjardins (2018) üç yıl boyunca takip ettikleri genç kadınlarda beden memnuniyetsizliği ile ileride yeme bozukluğu oluşma olasılığı arasında güçlü bir ilişki bulmuştur. Özellikle, düşük BKİ AN'yi yordayan en etkili faktörken, beden memnuniyetsizliği bu ilişkiyi güçlendirmektedir. BN'de ise aşırı yeme faktörü en önemli risk faktörüdür. Ayrıca, zayıf olma arzusu ile beden

memnuniyetsizliği bu ilişkiyi güçlendirmektedir. Benzer şekilde TYB'nin oluşmasında da beden memnuniyetsizliği en etkili faktördür. Aşırı yeme ve zayıf olma arzusu bu ilişkiyi güçlendiren faktörlerdir. Bir başka boylamsal çalışmada ergenlik dönemindeki kızların beden algılarındaki bozulmalar, bozulmuş yeme davranışları ve iyilik hali ile ilişkili olabilecek gelişimsel faktörler incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre görünüş üzerinden alaylara maruz kalmak, obezite riskini ve beden memnuniyetsizliğini yordarken; beden memnuniyetsizliği de kısıtlayıcı yeme örüntüsünü ve bulimik belirtileri yordamaktadır (Cattarin ve Thompson, 1994). Özellikle yaşla birlikte fiziksel görünüşe yönelik kaygının artması iyilik halini olumsuz etkileyebileceği düşünülmektedir. Örneğin, yaşları 10 ile 15 arasında değişen menarş olan ve olmayan ergenlerde beden algısı, benlik saygısı, depresyon düzeyi, yeme tutumlarındaki bozulmalar ve görünüşleri üzerinden alay edilme deneyimleri karşılaştırılmıştır. Gruplar arasında sadece yeme tutumlarındaki bozulmalar açısından anlamlı fark bulunmuştur. Genel olarak her iki grupta da kişinin görünüşü üzerinden alaylara maruz kalması, olumsuz beden algısı ve yeme tutumlarındaki bozulmalarla ilişkili bulunmuştur. Yazarlar, anlamlı fark olmamakla birlikte menarş sonrası bedene yönelik olumsuz algının arttığını belirtmektedir (Fabian ve Thompson, 1989).

Beden algısındaki bozulmaların yeme tutumlarındaki bozulmalara yol açarak yeme bozukluğu riskini arttırdığı bulgularla desteklenmekle birlikte, beden memnuniyetsizliği belirten kişilerin tamamının yeme bozukluğu geliştirmediğini gösteren bulgular da bulunmaktadır (Jung ve Forbes, 2006). Bu farkın oluşmasında bireylere özgü koruyucu faktörlerin etkisi olabilir. Bu faktörler bireylerin beden memnuniyetsizliğinin eşik altı seviyede kalmasına ve klinik olarak uzun süreli etkisinin oluşmasını önleyebileceği düşünülmektedir. Bu koruyucu faktörlerden birinin de duygu düzenleme süreçleri olduğu tartışılmaktadır. Örneğin, Lavender ve Anderson (2010) erkek katılımcılarla yürüttükleri çalışmada, BKİ ve olumsuz duygulanım kontrol edildikten sonra duygu düzenleme süreçlerindeki zorlukların beden memnuniyetsizliği ve bozulmuş yeme tutumunu arttırdığını belirtmiştir. Benzer şekilde bir başka çalışmada erkeklerde duygusal işlevselliğin boyutları olan olumsuz duygulanım, duygu düzenleme, duygu farkındalığı ve dikkat yanlılığının beden memnuniyetsizliği ve yeme bozukluğu ile olan ilişkisi incelenmiştir. Duygu

düzenleme güçlükleri kas memnuniyetsizliği ve yeme bozukluğu belirtileri ile pozitif yönde ilişki gösterirken, vücut yağ oranına yönelik memnuniyetsizlik ile ilişkili bulunmamıştır. Olumsuz duygulanım ise beden memnuniyetsizliği ile ilişkili bulunmuştur (Griffiths, Angus, Murray ve Touyz, 2014).

Kadınlara yapılan çalışmalarda da duygu düzenleme süreçlerinin beden memnuniyetsizliğini ve yeme tutumlarındaki bozulmayı etkilediğini gösteren bulgulara ulaşılmıştır. Örneğin, Sim ve Zeman (2006) çalışmalarında 6. ve 8. sınıfa giden kız öğrencilerinde beden memnuniyetsizliği, duygu düzenleme ve yeme bozuklukları değişkenlerinin birbiriyle ilişkisini incelemiştir. Çalışma bulgularına göre yaş, BKİ ve olumsuz duygulanım beden memnuniyetsizliğini anlamlı yordarken, BKİ, beden memnuniyetsizliği ve duygusal farkındalığın yokluğu yeme bozukluğunu anlamlı olarak yordamaktadır.

Özetle, pek çok psikopatoloji ile ilişkilendirilen duygu düzenleme mekanizmasının beden memnuniyetsizliği ve yeme tutumları arasındaki ilişkide bireylerin duygu düzenleme becerilerine göre koruyucu ya da bozucu bir etkisinin olabileceği düşünülmektedir. Ek olarak, cinsiyete bağlı olarak beden algısında ve yeme tutumlarında bozulmalara yol açabilecek risk faktörlerinin değişebileceği düşünüldüğü için bir sonraki bölümde bu değişkenlerin cinsiyet ile ilişkisi tartışılacaktır.

3.2.1. Yeme Bozuklukları ve Beden Memnuniyetsizliğinde Cinsiyet Farklılıkları

Yeme Bozukluğu alanındaki çalışmalar incelendiğinde, beden memnuniyetsizliği ve YB üzerine yapılan yaygınlık çalışmaları kadınların daha çok risk altında olduğunu göstermektedir. Örneğin, yakın dönemde yapılan bir çalışmada, kadınların %13'ünün, erkeklerin ise %3'ünün yeme bozukluğu tanısı aldıkları belirtilmiştir (Stice ve ark., 2013). İlgili alandaki tedavi ve müdahale çalışmalarının da daha çok risk altında oldukları düşünüldüğü için kadın popülasyonunda yürütüldüğü belirtilmiştir (Murnen, 1997; Yücel, 2009).

Kadınlar ve erkekler arasındaki bu örüntüyü açıklamak için farklı hipotezler öne sürülmüştür. Örneğin sosyo-kültürel modeller kadınlarda yeme bozukluğu oranının daha yüksek görülmesinde erken yaşlardan itibaren maruz kalınan cinsiyet normları ile ilişkili sosyo-kültürel faktörlerin etkisinin olabileceğini ileri sürmektedir (Miller ve Pumariage, 2001; Striegel, Moore ve Franko, 2009). Cinsiyet normları kadın ve erkek cinsiyetini temsil eden, bir takım tutumlar, davranışlar ve düşüncelerden oluşan toplumsal zorlamalar olarak tanımlanabilir (Connell, 1993). Kadınlıkla ilgili cinsiyet normları genel olarak güzellik, pasiflik, itaat etme, kişilerarası bağımlılık ve diğerlerinden onay beklentisini içermektedir. Bu normlara uyum düzeyine göre bireylerin kendilerine ve diğerlerine bakış açıları şekillenmektedir (Lakkis, Ricciardelli ve Williams, 1999). Batı toplumlarında, özellikle sosyal medyanın etkisi ile genç, ince, uzun, fit olan kadınlar daha popüler, çekici, başarılı, mutlu olarak yansıtılırken; kilolu kadınlar çoğunlukla çirkin, başarısız, mutsuz, güvensiz kişiler olarak yansıtılmaktadır. Kilolu olmanın bu şekilde olumsuz bir aralıkta yer alması kadınların damgalanmalarına yol açabilmektedir (Miller ve Pumariage, 2001).

Bu tartışmalara ek olarak, Stice ve Shaw (2002) kadınların damgalanmamak için sürekli olarak toplumun dayattığı normlara uygun olup olmadıklarını denetlediklerini ve kendilerini diğer kadınlarla kıyasladıklarını ileri sürmektedir. Kadınlar kendilerinden beklenen bu normlara uyum sağlayamadıklarını hissetlerinde ise yaşadıkları baskı ve utanç nedeniyle olumsuz duygu durumlarının arttığı düşünülmektedir (akt. Hawkins, Richards, Granley ve Stein, 2004). Çalışmalar ağırlıklı olarak Avrupa ve Amerika'da yürütülmekle birlikte, farklı ülkelerde yürütülen çalışmalarda, beden memnuniyetsizliği ve yeme bozukluğu oranlarının batı toplumlarıyla benzer olduğu belirtilmektedir. Miller ve Pumariage (2001) gözden geçirme makalesinde farklı kültürlerin zaman içerisinde yeme bozuklukları üzerindeki etkisini derlemiştir. Ağırlıklı olarak Batı toplumlarında YB oranları daha yüksek olmakla birlikte, farklı sosyo-ekonomik düzeylerde ve kültürlerde de yaygınlık oranları birbirine benzer bulunmuştur. Özellikle zaman içerisinde, fiziksel çekiciliğin zayıf ve fit olmak üzerinden tanımlanmasının kadınlarda yeme bozukluğu oranlarını arttırdığı belirtilmiştir (Miller ve Pumariage, 2001). Türkiye'de yapılan çalışmalar da bu

bulguları destekleyen çalışmalara ulaşılmıştır (örn. Erdoğan ve Tütüncü, 2015; Yıldırım, Uskun ve Kurnaz, 2017).

Beden memnuniyetsizliği ve yeme bozukluğu ilişkisi alanda yoğun olarak kadınlar üzerinde çalışılmakla birlikte son yıllarda erkeklerdeki beden memnuniyetsizliği üzerine yapılan çalışmalarda hızlı bir artış gözlenmektedir. Bir grup araştırmacı aslında beden memnuniyetsizliği ve YB açısından kadın ve erkekler arasında büyük farklılıklar olmadığını, yöntemsel hatalar ve önyargılar nedeniyle yanlış araştırmaların yapıldığını düşünmektedir (örn. Cafri ve Thompson, 2004). Örneğin, erkeklerdeki beden memnuniyetsizliğini değerlendirmek için yapılan çalışmaların çoğunda, ideal beden algısının zayıflık veya aşırı kilolu olma üzerinden değerlendirildiği belirtilmiştir. Fakat son dönemdeki çalışmalarda beden algısının ve çekiciliğin sadece zayıf olma arzusu üzerinden incelenmemesi gerektiği vurgulanmaktadır (Lavender ve Anderson, 2010).

Erkeklerdeki ideal beden imgesinin kadınlardan farklı olarak, düşük yağ oranı, yüksek kas oranı, uzun boy, geniş omuzlar, ince bel ve geniş pazılar gibi fiziksel özellikleri içerebileceği düşünülmektedir (Ridgeway ve Tylka, 2005). Örneğin, Türkiye’de ortaokula giden erkekler üzerinde vücut dismorfik bozukluğunun yaygınlığının tarandığı bir çalışmada katılımcıların %14.3’ü kas/kemik, %12.1’i de karın yapılarından hoşnutsuzluk yaşadıklarını belirtmiştir (Yüceer, Balıkcı, Erdem, Cansever ve Özgen, 2013). Karazsia and Pieper (2011)’de kadınların beden memnuniyetsizliği gelişimi açısından daha çok risk altında olduğuna yönelik yaygın görüşün aksine, kas yapısıyla ilgili memnuniyetsizliğin eklendiği çalışmalarda erkeklerin kadınlarla benzer oranlarda beden memnuniyetsizliği yaşadığını belirtmiştir. Bu nedenle, beden algısında sadece zayıflık üzerinden yürütülen paradigmalarda erkeklerin görünüşlerine yönelik kaygıyı anlamak için yeterli olmayacağı düşünülmektedir (McCreary ve Sasse, 2000).

Bu bağlamda, düzenli spor yapmak, vücuttaki kas miktarını arttırmak için yapılan aktiviteler sağlıklı olarak kabul edilse de vücuttaki yağ ve kas oranına yönelik aşırı dikkat, erkeklerin kas yapılarına yönelik memnuniyetsizlikleri ve kaslı olma arzuları psikolojik ve fizyolojik olarak olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir. Özellikle kas yapısının geliştirilmesi için büyük oranlarda besin tüketilmesi, steroid gibi ek

maddelerin kullanılması kalp krizi, böbrek sorunları gibi fizyolojik hastalıkların oluşma riskini arttırdığı araştırma bulguları ile desteklenmiştir (Griffiths, Mond, Murray ve Touyz, 2015). Bu tür ek maddelerin kullanılması sadece fizyolojik olarak değil psikolojik olarak da olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir. Örneğin, vücuttaki kas miktarını arttırmak için kullanılan anabolik- androjenik steroidlerin kullanımının depresyon, intihar eğilimi, bağımlılık, manik belirtiler, agresif davranışlar gibi psikolojik sorunların gelişimini arttırdığı belirtilmiştir (Pope, Phillips ve Olivardia, 2000). Kas algı bozukluğu olan vücut geliştiriciler ile yapılan bir araştırmada da bu kişilerin kas yapılarıyla ilgili daha çok kaygı yaşadıkları ve bedenlerini sık sık kontrol ettikleri belirtilmiştir. Yazar, bedeni kontrol etme davranışının ve kas yapısından memnuniyetsizliğin klinik alanda kas algı bozukluklarının tanılanmasında önemli belirtiler olduğunu vurgulamaktadır (Devrim, Bilgic ve Hongu, 2018).

Ayrıca, bu tarz anabolik steroid yanlış kullanım yaşının giderek düştüğü tartışılmaktadır. Özellikle erken yaşlardaki kronik kullanımlar hastalık riskini arttırmaktadır. Örneğin, ergenlerle yapılan bir çalışmada, anabolik steroid kullanımının kilo algısı ile arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, kendilerini düşük kilolu olarak algılayan gençlerin %12.6'sı, aşırı kilolu olarak algılayan ergenlerin %11.9'u, kendilerini normal kiloda algılayanların ise %3.8'i uygunsuz olarak anabolik steroid kullanmaktadır. Ayrıca, sadece kas miktarını arttırmak isteyen kişiler değil, zayıflamak isteyenlerin de bu ürünleri kullandıkları belirtilmiştir (Jampel, Murray, Griffiths ve Blashill, 2016). Dolayısıyla, müdahale çalışmalarında sadece düşük kilolu olanlar değil, aşırı kilolu olanlar da göz önünde bulundurulmalıdır. Bu nedenle, klinik alanda erkeklerin beden tutumları ile ilişkili psikolojik ve fizyolojik bozukluklarla çalışırken kas yapılarına yönelik tutumları göz önünde bulundurulmalıdır.

Cinsiyet normları açısından bakıldığında, geleneksel erkeklik normları, baskınlık, güç, statü, kendine güvenme, cinsel olarak aktif olma, fiziksel ve duygusal olarak öz denetiminin olmasını içermektedir. Erkeklik Hipotezine göre (Blashill, 2011) bu algıya sahip olan erkeklerin daha kaslı bir vücuda sahip olmak için baskı hissetmeleri beden memnuniyetsizliği ve yeme bozukluğu riskini arttırdığı düşünülmektedir. Örneğin, Murray, Rieger, Hildebrandt, Karlov, Russell ve ark. (2012) çalışmalarında

kas algı bozukluğu olan hastaların, düzenli spor salonunu kullanan erkeklere ve AN'lere kıyasla daha çok erkeklik normlarına bağlılık gösterirken, AN hastalarının daha çok kadınlığa dair cinsiyet normlarını benimsedikleri bulunmuştur. Ayrıca, erkeksiliğe dair normların içselleştirilmesi kas memnuniyetsizliğini arttırmaktadır. Kişiler daha kaslı bir vücuda sahip olmak için yüksek düzeyde protein tüketme, protein içermeyen yiyeceklere karşı ciddi kısıtlayıcı tutumda bulunma, sık sık yemek tüketebilmek için hayatındaki önemli aktiviteleri engelleme, tok hissedilmesine rağmen yemek yemeye devam etme, iki üç saatte bir olmak üzere sık yemek yeme, besin tüketimini kolaylaştırmak için besinleri sıvı halde ya da parçalayarak tüketme, kalorilerin büyük bir kısmını sıvı halde alma, antrenman temposunda bir aksama olduğunda karbonhidrat ve yağ tüketimini sınırlama ve bedenini geliştirecek steroid, testosteron gibi destekleyici takviyeler alma gibi zararlı davranışlarda buldukları belirtilmiştir (Murray ve ark., 2012). Yazarlar, erkeklerin kaslı olma arzularının altında erkekliklerini gösterme diğer bir ifadeyle kadınsı görünüme karşıt olarak, homofobik bir tepki olabileceğini düşünmektedir (Murray ve ark., 2012).

Erkek ve kadın bedenine yönelik cinsiyetçi bakış açısı, araştırmaları ve klinik uygulamaları da etkilemektedir. AN üzerine yapılan çalışmaların sadece %1'i erkekler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Ayrıca, erkeklerin yeme ile ilgili problemlerinde daha az tedavi arayışında bulunmaları ve sağlık çalışanları tarafından da daha az doğru teşhis almalarının YB alanındaki cinsiyetçi ön yargılar nedeniyle olabileceği belirtilmiştir (Mitchison ve ark., 2014). Özellikle, tanı sınıflandırmasının içeriğinin ve değerlendirilme ölçütlerinin erkeklere uygun olmayacak şekilde, kadın beden özellikleri üzerinden yapılandırılmasının uygulamalarda erkeklere yönelik önyargılara yol açtığı düşünülmektedir (Mond, 2014). Bu nedenle, yeme bozukluklarının yeniden kavramsallaştırılması ve kaslılık ideolojisinin tanı ve tedavi sürecinde göz önünde bulundurulması gerekmektedir (Graffiths, Murray ve Touyz, 2013).

Bu bağlamda, araştırmalar yapılırken yanlılık oluşturmamak için çalışma desenine de dikkat edilmelidir. Yanlı desenlerin oluşturulması araştırma sonuçlarını da etkileyebilmektedir. Blashill (2011) gözden geçirme makalesinde bu alanda yapılan çalışmaları incelemiş ve sonuçlarda yanlılık oluşturabilecek bazı noktaları tartışmıştır. İlk olarak, araştırmaların çoğunluğunda cinsiyet normlarının kişilik özellikleri

üzerinden ölçüldüğünü, bu alana özgü ölçeklerin kullanılmadığını belirtmiştir. Daha sağlıklı sonuçlara ulaşılması için yaşanan kültürdeki cinsiyet normları üzerinden kişilerin değerlendirilmesinin önemli olacağını belirtmiştir. İkinci olarak, erkeklerde beden algısı, yeme bozukluğu ve cinsiyet normları ilişkisinin incelendiği çalışmalarda kadınsılık normlarının göz ardı edildiği belirtilmektedir. Yazar, her iki cinsiyet için de hem kadınsılık hem de erkeksilik algısının bedene yönelik tutumu şekillendirebileceğini düşünmektedir. Kadın ve erkeklerin hem kendi vücutları hem de diğer cinsiyete yönelik beklentilerinin olduğu, bu inançların ve beklentilerin karşılıklı olarak birbirini şekillendirdiği düşünülmektedir. Kadınsılığı kadınlarda, erkeksiliği erkeklerde incelemek biyolojik cinsiyet ile toplumsal cinsiyet arasındaki ayrımın iyi yapılamamasından kaynaklanmaktadır. Oysaki bireyin toplumsal cinsiyet gelişimi kadınsılık ve erkeksilik ile ilgili normların birbiriyle etkileşimiyle gelişmektedir (Uluyol, 2016). Griffiths ve ark. (2014) çalışmalarında erkeksilik ve kadınsılık seviyelerinin erkeklerdeki beden memnuniyetsizliği ve yeme bozuklukları ile olan ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre erkeksilik normlarını benimsemek kaslılık memnuniyetsizliğini ve kaslılık yönelimli yeme bozukluğunu arttırmaktadır. Bu bulgular “Erkeksilik (Maskulinite) Hipotezini desteklemektedir.

Aynı zamanda, kadınsılık normlarını onaylayan erkeklerde beden memnuniyetsizliği ve yeme bozukluğu oranları artmaktadır. Yazarlar, erkeklerde yeme bozukluğu çalışılırken kadınsılık faktörünün de göz önünde bulundurulması gerektiğini, bu iki boyutun birbirini etkilediğini vurgulamaktadır (Mitchison, Hay, Slewa-Younan ve Mond, 2014). Bu araştırmalar YB alanında beden algısı çalışılırken biyolojik cinsiyet (sex) bakış açısı yerine, toplumsal cinsiyetin (gender) temel alınmasının hastalığın etiolojisinin anlaşılması açısından daha etkili olacağını göstermektedir.

Özetle, beden memnuniyetsizliğinin etiolojisini açıklarken sadece biyolojik cinsiyet, kilo, boy gibi biyolojik faktörler üzerinden açıklamanın yeterli olmayacağı düşünülmektedir. Psikolojik açıdan cinsiyetin sosyo-kültürel boyutunun da etkisi göz önünde bulundurulması gerekmektedir. Bu nedenle, beden algısı sadece zihinde bedeninin dışarıdan görüldüğü şekline bağlı resmedilmemekte, aynı zamanda bu bedene yönelik bireyin algısını da kapsamaktadır. Yukarıdaki bilgiler ışığında, Türkiye’de yapılan çalışmalar incelendiğinde ağırlıklı olarak kadın örnekleminin kullanıldığı

görülmüştür (Ulaş, Uncu ve Üner, 2013; Güzey, 2014). Ayrıca, bu çalışmalarda beden memnuniyetsizliğiyle ilgili alınan ölçümlerde toplumsal cinsiyet normlarını yansıtacak özgün ölçeklerin kullanılmadığı tespit edilmiştir. Cinsiyet normlarına özgü beden yapılarının değerlendirildiği ölçeklerin kullanılması yöntemsel olarak daha güçlü bilgi sağlayacağı düşünülmektedir.

4. ÇALIŞMANIN AMACI

Yeme tutumlarındaki bozulmalar yeme bozukluklarının oluşmasında risk faktörü olabileceği için önleyici stratejilerin geliştirilmesinde yeme tutumlarını etkileyen faktörlerin belirlenmesi önemlidir. Mevcut çalışmada yeme tutumlarındaki bozulmayı açıklayacak bir model geliştirilmesi amaçlanmaktadır. Yukarıda aktarılan bilgiler ışığında, yeme tutumları üzerinde etkili olduğu düşünülen duygu düzenleme, beden memnuniyetsizliği ve cinsiyet rolleri faktörlerinin yeme tutumları ile ilişkisini açıklayan bir model geliştirilmesi planlanmıştır. Mevcut çalışmanın, alana farklı açılardan katkısının olacağı düşünülmektedir. İlk olarak, olumlu ve olumsuz duyguları düzenleme becerisinin yeme tutumu ve beden memnuniyetsizliği üzerindeki etkisi ayrı ayrı incelenecektir. Böylece, yeme davranışı üzerinde olumlu ve olumsuz duygu düzenleme becerisinin aynı mekanizmalar üzerinden mi yoksa farklı mekanizmalar üzerinden mi yeme davranışını yordadığı sorusuna cevap aranacaktır.

İkinci olarak, DSM 5’de (APA, 2013) Beslenme ve Yeme Bozuklukları kategorisinde yapılan son değişikliklerle cinsiyet faktörünün yeme tutumları üzerindeki etkisine daha çok vurgu yapılmaya başlanmıştır. İlgili alan yazın incelendiğinde, kadın ve erkeklere özgü beden algısını değerlendiren çalışma sayısının kısıtlı olduğu görülmüştür. Cinsiyete göre şekillenen beden algısının yeme tutumları ile ilişkisinin anlaşılmasının hem müdahale çalışmalarına hem de tedavi sürecine önemli katkıları olacağı düşünülmektedir. Bu nedenle, mevcut çalışmadaki kadınsılık ve erkeksilik algılarının bireylerin beden algıları ve yeme tutumları ile ilişkisinin araştırılması çalışmanın özgün taraflarındandır. Ayrıca, daha önceki bölümlerde tartışıldığı üzere ideal kadın ve erkek bedenine özgü özellikler kültüre ve cinsiyete göre değişebileceği için bu yapıyı ölçtüğü düşünülen özgün ölçekler kullanılmıştır. Bu doğrultuda, çalışmanın ilk aşamasında kadınların beden algısını değerlendirmek için *Ben-Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği* (Ben-Tovim Walker Body Attitudes Questionnaire), erkeklerin beden algısını değerlendirmek için *Erkeklere Özgü Beden Tutum Ölçeği* (Male Body Attitudes Scale) ile toplumdaki kadına dair düşüncelere bağlılığın ölçülmesi için *Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği* (Feminity Ideology Scale)’nin Türkçe uyarlamasının psikometrik özellikleri incelenecektir.

Çalışmanın ikinci aşamasında ise kadın ve erkekler için ayrı modeller üzerinden duygu düzenleme süreçleri, olumlu ve olumsuz duygulara verilen tepkiler, beden memnuniyetsizliği ve yeme tutumları arasındaki ilişki incelenecektir. Olumlu ve olumsuz duygu düzenleme süreçlerinin araştırma değişkenleri ile ilişkisini ayrı ayrı görebilmek için kişilerin değerlendirmeleri olumlu duyguları artırma puanı ve olumsuz duyguları azaltma puanı olmak üzere iki kategori üzerinden değerlendirilecektir.

5. ARAŞTIRMA SORULARI

Çalışmanın amaçları doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Duygu düzenleme süreçleri, kadınlığa ve erkeklığe yönelik düşünceler ve yeme tutumları puanları cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
2. Duygu düzenleme becerisini hangi duygu düzenleme stratejisi daha iyi yordamaktadır?
3. Kadınlarda ve erkeklerde duygu düzenleme süreçleri beden memnuniyetsizliği şiddetini yordamakta mıdır?
4. Kadınlarda ve erkeklerde duygu düzenleme süreçleri yeme tutumlarındaki bozulmayı yordamakta mıdır?
5. Erkeklerde ve kadınlarda olumlu ve olumsuz duygu düzenleme süreçlerinin kullanımı yüksek ve düşük bozulmuş yeme davranışı gösteren gruplar arasında farklılaşmakta mıdır?
6. Olumlu ve olumsuz duygu düzenleme süreçlerinin kullanımı yüksek ve düşük beden memnuniyetsizliği gösteren gruplar arasında farklılaşmakta mıdır?
7. Duygu düzenleme süreçleri ile kadınlığa ve erkeklığe dair normlara bağlılık arasında ilişki var mıdır?
8. Kadınlarda ve erkeklerde kadınlığa ve erkeklığe dair düşüncelere bağlılık beden memnuniyetsizliği şiddetini yordamakta mıdır?
9. Kadınlarda ve erkeklerde kadınlığa ve erkeklığe dair normlara bağlılık yeme tutumlarındaki bozulmaları yordamakta mıdır?
10. Kadınlarda ve erkeklerde beden memnuniyetsizliği yeme tutumlarındaki bozulmayı yordamakta mıdır?
11. Erkek katılımcılarda araştırma değişkenleri BKİ'ye göre farklılaşmakta mıdır?
12. Erkeklerde sosyo-demografik faktörlerle (yaş, anne- baba eğitim düzeyi, gelir seviyesi, en uzun süreyle yaşanan yer, diyet yapma sıklığı, beden algısı vb.) araştırma değişkenleri arasında fark var mıdır?
13. Kadın katılımcılarda araştırma değişkenleri BKİ'ye göre farklılaşmakta mıdır?
14. Araştırma değişkenlerinin sosyo-demografik değişkenlerle (yaş, anne- baba eğitim düzeyi, gelir seviyesi, en uzun süreyle yaşanan yer, diyet yapma sıklığı, beden algısı vb.) arasında fark var mıdır?

BÖLÜM II

Bu bölümde ana çalışmada kullanılacak olan Ben-Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği (Ben-Tovim Walker Body Attitudes Questionnaire), Erkeklerle Özgü Beden Tutum Ölçeği (Male Body Attitudes Scale) ve Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği (Femininity Ideology Scale)'nin geçerlik-güvenirlik analizlerine ilişkin sonuçlar aktarılmıştır.

6. BEN TOVİM WALKER BEDEN TUTUM ÖLÇEĞİ (BTWBTÖ)'NİN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

İnsanların fiziksel görünüşleri hakkındaki düşünceleri, duyguları kişilik gelişimleri ve iyilik halleri üzerinde önemli rol oynamaktadır (Allen ve Walter, 2016). Önceki bölümlerde tartışıldığı üzere bedeninden hoşnutsuzluk duyma belirli bir cinsiyete özgü değildir. Bireylerin bedenlerine yönelik hoşnutsuzlukları içselleştirdikleri cinsiyet normlarına göre değişebilmektedir. Türkiye’de farklı sosyo-ekonomik düzeyden (SED) seçilen kadınlarla yapılan çalışmalarda, beden memnuniyetsizliği oranlarının azımsanmayacak düzeyde olduğu düşünülmektedir (örn. Baylan, 2005; Uzun, Güleç, Özşahin, Doruk, Özdemir, 2006; Uskun ve Şabaplı, 2013).

Ayrıca beden memnuniyetsizliğinin yeme bozukluğu gelişme riskini önemli oranda arttırması, bu yapıyı yordayacak güçlü ölçüm araçlarına ihtiyaç doğurmaktadır. İlgili alanyazın tarandığında, beden memnuniyetsizliğini değerlendirmek için Türk kültürüne uyarlanmış kısıtlı ölçüm aracının olduğu düşünülmektedir. Alanda sıklıkla kullanılan araçlar (örn. Hovardaoğlu, 1992) ise cinsiyete özgü risk oluşturabilecek faktörlerden bağımsız olarak bireylerin beden bölgelerinden ve işlevlerinden hoşnutsuzluk düzeyini değerlendirmektedir. Bu nedenle, Türkçe alanyazında kadınların bedenlerine yönelik tutumlarını farklı açılardan değerlendiren bir ölçüm aracına ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda, mevcut çalışmada kadınların beden tutumlarını farklı açılardan değerlendiren Ben- Towim Walker-44 Ölçeği (Ben-Tovim ve Walker, 1991)'nin psikometrik özellikleri incelenmiştir.

6.1. BTWBTÖ'NÜN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI: YÖNTEM

Bu bölümde Ben Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği (BTWBTÖ)'nin Türkçeye uyarlanması aşamasında izlenen yöntem özetlenecektir.

6.1.1. BTWBTÖ'nün Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması: Örneklem

BTWBTÖ'nün uyarlama çalışmasının örneklemini Akdeniz Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde 2017-2018 Güz döneminde okuyan kadın katılımcılardan oluşmaktadır. Toplamda, 683 kadından veri toplanmıştır. Analizlere başlamadan önce 42 katılımcı demografik form dışındaki ölçekleri doldurmadıkları için veri setinden çıkarılmıştır. Veri ilk olarak hatalı veri girişi, rastgele veya sistematik işaretlemeler açısından incelenmiştir. On iki katılımcının sistematik olarak aynı işaretlemeyi yaptığı tespit edildiği için veri setinden çıkarılmıştır. Ek olarak, Ben Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği (BTWBTÖ)'nde birden fazla kayıp değeri olan sekiz kişi analiz dışı bırakılmıştır. Diğer ölçüm araçlarında ise kayıp değerlerin dağılımı incelenmiş, kümelenmenin olduğu ve toplamda %5'den fazla kayıp değeri olan yirmi iki katılımcı analiz dışı bırakılmıştır. Geri kalan katılımcılar için kayıp değerler yerine grubun ortalaması atanmıştır. Son durumda analizlere 599 kadın ile devam edilmiştir.

Kadınların yaş ortalaması 20.13 ($SS= 2.12$) olup yaş aralığı 18-34 arasında değişmektedir. Örneklem, ailelerin ortalama gelir düzeyi açısından incelendiğinde %6.5'i ($N= 39$) alt; %70.6'sı ($N= 423$) orta; %18.5'i ($N= 1119$) üst-orta ; %2.5'i ($N= 15$) üst gelir seviyesine sahip olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların %82.1'i ($N = 492$) anne-babasının birarada olduğunu, %6.7'si ($N= 40$) anne-babasının boşandığını, %3.7'si ($N= 22$) anne-babasının ayrı yaşadığını, %5'i ($N= 30$) babasını, %1.7'si ($N = 10$) ise annesini kaybettiğini belirtmiştir. Katılımcıların %4.7'si ($N=28$) tek çocuk, %41.9'u ($N= 251$) bir, %29.5'i ($N= 177$) iki, %10'u ($N= 60$) üç, %3'ü ($N= 18$) dört, %2'si ($N= 12$) beş, %1.5'i ($N= 9$) altı, %1'i ($N= 6$) yedi, %2.9'u ($N= 11$) da yedi ve üstü kardeşe sahip olduklarını belirtmiştir. Örneklemle ilgili diğer sosyo-demografik özellikler Tablo 1'de sunulmuştur.

Kilo kontrolü ve beden algısına yönelik sorulardan olan “Şimdiki kilonuzu nasıl değerlendiriyorsunuz sorusuna: %1.8’i (N=11) çok zayıf, %11.7’si (N= 70) zayıf, %48.4’ü (N= 290) normal, %32.6’sı (N= 195) biraz şişman, %4.3’ü (N= 26) çok şişman olarak cevaplandırmıştır. Hiç rejim yaptınız mı sorusuna ise katılımcıların %42.4’ü (N= 254) “Evet”, %53.8’i (N= 322) “Hayır” cevabını vermiştir. Katılımcıların %35.2’si (N= 211) ideal kiloda olduklarını, %63.8’i (N= 382) de tam tersi ideal kiloda olmadıklarını düşünmektedir.

Tablo 1

BTWBTÖ'nün Uyarılama Çalışmasının Örnekleme ait Sosyo-Demografik Değişkenlerin Sıklık ve Yüzdeler Değerleri

Değişken	Sıklık	Yüzde (%)
Bölüm		
Hukuk	111	20.2
Psikoloji	212	35.4
Sosyoloji	38	6.3
Sınıf öğretmenliği	18	3
Okulöncesi Öğretmenliği	36	6
Felsefe	69	11.6
Fen Bilgisi Öğretmenliği	20	3.3
Tarih	84	14
Kayıp değer	11	1.8
En Uzun Süreyle Yaşanılan Yer		
İl	471	78.6
İlçe	90	15
Kasaba	4	0.7
Köy	3	0.5
Yurtdışı	10	1.7
Kayıp değer	21	3.5
Kimlerle Yaşanıyor		
Anne-baba	165	27.5
Arkadaş	87	14.5
Yurt	283	47.2
Yalnız	36	6
Diğer	20	3.3
Kayıp değer	7	1.2
Anne eğitim seviyesi		
Eğitimi yok	35	5.8
Okur-yazar	8	1.3
İlkokul	247	41.2
Ortaokul	88	14.7
Lise	145	24.2
Lisans	62	10.4
YL ve üstü	10	1.6

Tablo 1

BTWBTÖ'nün Uyarlama Çalışmasının Örneklemine ait Sosyo-Demografik Değişkenlerin Sıklık ve Yüzdeler Değerleri (Devam)

Baba eğitim seviyesi			
Eğitimi yok	15	2.5	
Okur-yazar	5	0.8	
İlkokul	163	27.2	
Ortaokul	111	18.5	
Lise	165	27.5	
Lisans	93	15.5	
YL ve üstü	22	3.6	

6.1.2. BTWBTÖ'nün Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması: Veri Toplama Araçları

6.1.2.1. Sosyo- Demografik Form-I

Katılımcılara ait yaş, cinsiyet, boy, kilo, eğitim durumu, anne-baba eğitim düzeyi, gelir durumu gibi sosyo-demografik bilgilere ulaşılması için araştırmacılar tarafından Demografik Bilgi Formu oluşturulmuştur. Araştırmada kullanılan Sosyo-Demografik Form-I Ek 1'de sunulmuştur.

6.1.2.2. Ben-Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği

Ben-Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği (Ben-Tovim Walker Body Attitudes Questionnaire) Ben-Tovim ve Walker (1991) tarafından kadınların bedenlerine yönelik tutumlarını farklı açılardan değerlendirmek için geliştirilmiştir. Ölçeğin geliştirilme aşamasında klinik ve normal örneklemden seçilen kadınlarla bedenlerine yönelik tutumları hakkında yapılandırılmamış görüşmeler yürütülmüştür. Bu görüşmeler sonrasında oluşturulan 215 madde normal örnekleme uygulanmış ve ilgili analizler sonrasında 48 maddeden oluşan anlamlı bir yapı elde edilmiştir. Bu yapının geçerliği tekrardan normal örnekleme test edilmiş ve binişik maddeler çıkartıldıktan sonra 44 maddeden oluşan bir ölçek elde edilmiştir. Ölçek 5'li Likert tipte derecelendirilmekte, 1 ile 5 arasında puanlanmaktadır. Ölçekten alınan puanlar arttıkça kadınların bedenlerine yönelik olumsuz tutumları ve hoşnutsuzlukları artmaktadır.

Ölçeğin faktör yapısının belirlenmesi için faktör analizi yürütülmüş ve altı alt boyut tespit edilmiştir. Alt boyutlardan ilki 13 maddeden oluşan *Şişman Hissetme* (feeling fat)'dir. Bu alt boyut kişinin genel olarak beden şeklinden dolayı şişman hissetmesiyle ilgili ifadelerden oluşmaktadır. Örnek maddeleri arasında “Belime oturan kıyafetler giydiğimde kendimi şişman hissediyorum”, “Giymediğim şeyler kalçalarımın geçmediğinde kendimi şişman hissederim” maddeleri yer almaktadır. Bir diğeri sekiz maddeden oluşan *Aşağılanma* (Disparagement) alt boyutudur. Bu alt boyut kişinin bedeninin dış görünüşüne yönelik sahip olduğu olumsuz tutumu yansıtan ifadelerden oluşmaktadır. “Başkalarının vücudumu görmesini istemem ve “İnsanlar görünüşüm yüzünden benimle alay eder” maddeleri bu alt boyuttaki maddelere örnektir. Üçüncü alt boyut, altı maddeden oluşan fiziksel gücün ve formda bir vücuda sahip olma durumunun değerlendirildiği *Güçlü ve fit olma* (strength/fitness)'dir. Bu alt boyutun örnek maddeleri arasında” Bedenen güçlüyümdür” ve “Fiziksel gücümle gurur duyuyorum” bulunmaktadır. Dördüncü olarak, *Kilo ve Görünüşe Yönelik Odak* (salience of weight and shape) alt boyutu kilonun ve fiziksel görünümün bireyin yaşamındaki önemini değerlendiren sekiz maddeden oluşmaktadır. Bu alt boyutun örnek maddeleri “Yaşamda vücudumun şeklinden daha önemli şeyler var” ve “Vücut şeklimi düşünmekten başka bir işe odaklanamıyorum” yer almaktadır. Bir diğeri alt boyut, beş maddeden oluşan bireyin kendini ne kadar çekici bulduğuyla ilgili ifadelerin yer aldığı *Çekicilik* (attractiveness)'tir. “Fiziksel olarak kendimi genellikle çekici hissederim” ve “İnsanlar beni nadiren cinsel olarak çekici bulur” örnek maddelerdir. Son olarak, bedendeki yağ oranıyla ilgili ifadelerin bulunduğu, dört maddeden oluşan *Düşük yağ oranı* (lower body fatness) boyutudur. Bu alt boyutta “Kalçalarımın kalın olduğunu düşünüyorum” ve “Kalçalarımın çok geniş olduğunu düşünüyorum” gibi maddeler bulunmaktadır. Maddeler 5'li Likert üzerinden derecelendirilmektedir. Ölçekten alınan puanlar arttıkça vücut şekline, kiloya, görünüşe yönelik olumsuz tutumlar ve beden memnuniyetsizliği artmaktadır. Ölçeğin toplam Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .87'dir. Test tekrar test güvenilirliği .83'dür. Ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlık kat sayıları .65 ile .91 arasında değişmektedir (Ben Tovim ve Walker, 1991). Ölçeğin dört hafta ara ile yapılan test tekrar test güvenilirliği ise .83, ($p < .01$) olarak belirtilmiştir (Ben Tovim ve Walker, 1991). Ölçeğin Türkçeye çevrilmiş formu Ek 2'de sunulmuştur.

6.1.2.3. Yeme Tutumu Testi (YTT)

Yeme Tutum Testi-40 (YTT-40), Garner ve Garfinkel (1979) tarafından yemek yemeğe yönelik tutum ve davranışlardaki bozulmalar üzerinden bireylerin AN geliştirme riskini değerlendirmek için geliştirilmiştir. Sonraki çalışmalarda ölçeğin sadece klinik örnekleme değil, normal örnekleme de bireylerin yeme tutum ve davranışlarını değerlendirmek için kullanılabileceği belirtilmiştir (örn. Yeşildemir, 2018; Garfinkel ve Newman, 2001). Diğer bir ifadeyle, YTT-40 ölçeği normal örnekleme yeme tutumlarındaki bozulmaları ve olası YB gelişme riskini değerlendirmek için kullanılmaktadır. Ölçek 6'lı Likert tipte, 40 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .87 olarak bulunmuştur. Ölçek toplam puan üzerinden değerlendirilmektedir (Garner ve Garfinkel, 1979).

Ölçeğin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışması Savaşır ve Erol (1989) tarafından yapılmıştır. Ölçek 6'lı Likert tipinde değerlendirilen 40 maddeden oluşmaktadır. Ölçek puanlanırken 1., 18., 19., 23., 27. ve 39. maddeler için bazen bir, nadiren iki ve hiçbir zaman üç, diğer seçenekler ise sıfır puan olarak değerlendirilmektedir. Geriye kalan maddeler ise daima üç, çok sık iki ve sık sık bir olarak puanlanmaktadır. Ölçeğin test-tekrar test güvenirliğini .65, Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısını ise .70 olarak belirtilmiştir. Ölçüm aracı, 11 yaşından büyükler için kullanılabilmektedir. Orijinal ölçeğin kesim noktası 30 puan olarak belirtilmiştir (Savaşır ve Erol, 1989). Türkçe uyarlamasının kesme puanı hesaplanmamıştır (Savaşır ve Erol, 1989). Ölçeğin çalışmada kullanılan formu Ek 3'de sunulmuştur.

6.1.2.4. Vücut Algısı Ölçeği (VAÖ)

Vücut Algısı Ölçeği, Secord ve Jourard (1953) tarafından kişilerin bedenlerinin çeşitli bölgelerinden ve beden işlevlerinden hoşnutluk düzeyini ölçmek için geliştirilen bir öz bildirim ölçeğidir. Ölçek 5'li Likert tipte, 40 maddeden oluşmakta, 1 ile 5 arasında puanlanmaktadır. Ölçekte katılımcılardan “Hiç beğenmiyorum” - “Çok beğeniyorum” aralığında farklı beden bölgelerini derecelendirmeleri istenmektedir.

Ölçekten en düşük 40, en yüksek 200 puan alınabilmektedir. Ölçekten alınan puan arttıkça bireylerin beden bölgelerinden ve işlevlerinden hoşnutsuzlukları da artmaktadır. Diğer bir ifadeyle ölçekten alınan puanlar arttıkça bedene yönelik memnuniyetsizlik de artmaktadır.

Ölçeğin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışması Hovardaoğlu (1992) tarafından yapılmıştır. Üniversite örnekleminde yapılan uyarlama çalışmasında ölçeğin toplam Cronbach Alfa katsayısı .91 olarak bulunmuştur (Hovardaoğlu, 1992). Ölçeğin kesme puanı 135 olup, kesim noktasının altında olanların beden algısı düşük olarak adlandırılmaktadır (Hovardaoğlu, 1992). Ölçeğin çalışmada kullanılan formu Ek 4'de sunulmuştur.

6.1.2.5. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Morris (1963) tarafından bireyin benlik saygısını değerlendirmek için geliştirilmiştir. Ölçek toplam 63 maddeden ve 12 alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutlar benlik saygısı, kendilik kavramının sürekliliği, insanlara güvenme, eleştiriye duyarlılık, depresif duygulanım, hayalperestlik, psikosomatik belirtiler, kişiler arası ilişkilerde tehdit hissetme, tartışmalara katılabilme, anne-baba ilgisi, babayla ilişki, psikik izolasyon olarak adlandırılmaktadır. Her bir alt boyut bağımsız olarak kullanılabilir. Mevcut çalışmada Benlik Saygısı alt boyutu kullanılmıştır. Ölçek beş olumlu, beş olumsuz olmak üzere toplamda on maddeden oluşmaktadır. Her bir soru, Guttman ölçüm şekline göre olumlu ve olumsuz yüklü maddeler ardışık olacak şekilde dört seçenekten oluşmaktadır. Ölçekten en düşük sıfır en yüksek altı puan alınabilmektedir. Ölçekten alınan puan arttıkça benlik saygısı düşmektedir (Morris, 1963 akt. Çuhadaroğlu, 1986). Ölçeğin Türk kültürüne uyarlaması Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .76 olarak bulunmuştur. Dört hafta arayla yapılan test-tekrar test güvenirlik katsayısı ise .71 olarak bulunmuştur. Ölçeğin çalışmada kullanılan formu Ek 5'de sunulmuştur.

6.2. BTWBÖ'nün GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI: İŞLEM

6.2.1. BTWBTÖ'nün Çeviri Süreci

Uyarlaması yapılan üç ölçeğin çeviri aşaması aynı olduğu için süreç ortak aktarılmıştır. Mevcut çalışmanın yürütülmesi için ilgili etik kuruldan izin alındıktan sonra BenTovim Walker Beden Tutum Ölçeği, Erkeklere Özgü Beden Tutum Ölçeği ve Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği'nin psikometrik özelliklerinin incelenmesi için ölçüm araçlarını geliştiren yazarlardan gerekli izinler alınmıştır. Sonrasında orijinal dili İngilizce olan ölçekler araştırmacıyla birlikte klinik psikoloji alanında doktora yapan üç araştırma görevlisi tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Sonuç olarak, her bir ölçek araştırmacı ve bir başka araştırma görevlisi tarafından İngilizceden Türkçeye çevrilmiştir. Her bir ölçek için elde edilen çeviriler araştırmacılar tarafından karşılaştırılmış, çevirilerin örtüşen ve farklılaşan noktaları belirlenmiştir. Bu incelemenin ardından ortak ifadeler oluşturulmuş, uzlaşa sağlanamayan maddeler için farklı alternatifler eklenerek ölçeğin Türkçe formu hazırlanmıştır. İkinci olarak, çevirilerin uygunluğunun belirlenmesi ve uzlaşa sağlanamayan maddeler hakkında fikirlerini belirtmeleri için klinik psikoloji alanında çalışan üç öğretim görevlisine ölçeğin orijinal hali ile birlikte, çeviriler iletilmiştir. Yargıcılardan alınan geri bildirimler, araştırmacılar tarafından incelenmiş ve yargıcılar arası uzlaşa yöntemiyle ifadelerin son haline karar verilmiştir. Üçüncü aşamada Hacettepe Üniversitesi Psikoloji bölümünde yüksek lisans yapan on öğrenciye uyarlaması yapılan ölçeklerin Türkçe ve İngilizce formları doldurtulmuş ve dilin anlaşılabilirliği açısından geri bildirimde bulunmaları istenmiştir. Her bir ölçek için alınan geri bildirimlerde revize edilmesi gereken noktalar olmadığı için ölçeklerin son halinin kullanılmasına karar verilmiştir.

6.2.2. BTWBTÖ'nün Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması: Veri Toplama Süreci

Veri toplama süreci için Akdeniz Üniversitesi'nin ilgili dekanlıklarından izinler alındıktan sonra belirlenen fakültelerdeki öğretim görevlileri ile iletişime geçilmiş ve sınıf uygulaması için uygun ders saatleri belirlenmiştir. Belirlenen saatlerde sınıflara gidilerek araştırma hakkında öğrencilere bilgilendirme yapılmış ve çalışmaya gönüllü

olarak katılmak isteyenlere doldurmaları için ölçüm araçları verilmiştir. Uygulamalar grup halinde, sınıf ortamında tek oturumda (ortalama 25 dakikada) gerçekleştirilmiştir. Sıra etkisinin kontrol edilmesi için ölçekler dört farklı sıra ile hazırlanmış, böylece dört grup oluşturulmuştur. Katılımcılardan herhangi bir kimlik bilgisi istenmemiş, onam formlarında imzaları alınmıştır. Sadece test-tekrar test güvenilirliği için seçilen grubun uygulaması sırasında ölçeklerinin üzerlerine belirledikleri bir rumuzu yazmaları istenmiştir. Onam formunda katılım sonrasında araştırmacıyla iletişim kurmak istemeleri durumunda ulaşabilecekleri iletişim bilgileri sunulmuştur.

Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliğinin incelenmesi için Akdeniz Üniversitesi'nin Felsefe, Sosyoloji ve Psikoloji bölümünde önceden belirlenen üç sınıfta ilk ölçüm alınırken katılımcıların bir rumuz belirleyip, bu rumuzu demografik formun üstüne yazmaları istenmiştir. İkinci ölçüm için dört hafta sonra bu sınıflara tekrardan gidilmiş ve soru formu grup halinde tek oturumda uygulanmıştır. Toplamda 107 kadına ulaşılmıştır.

6.2.3. BTWBTÖ'nün Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması: Veri Analizi Süreci

Çalışma verileri SPSS 22.0 paket programı ile analiz edilmiştir. Ölçüm araçlarının geçerlik ve güvenirlik analizleri için iç tutarlık testi, testin yarıya bölümü ve test-tekrar test analizleri ve faktör analizleri yürütülmüştür. Değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı (PMÇKK), Bağımsız t testi, Tek Yönlü Varyans analizi ve Tek Yönlü MANOVA analizleri yürütülmüştür. Yapı geçerliğini test etmek için yapılan Doğrulayıcı Faktör Analizi için de AMOS 22 programı kullanılmıştır. Ayrıca, sosyo-demografik form üzerinden toplanan değişkenler betimleyici istatistik tekniklerinden yararlanılarak incelenmiştir.

6.2.4. BTWBTÖ'nün Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması : Doğrusallık Sayıltılarının İncelenmesi

Doğrulayıcı Faktör Analizinin yürütülebilmesi için verinin normallik sayıltılarını karşılaması gerekmektedir. Bu nedenle, analizlere başlamadan önce normallik

sayılıları incelenmiştir. İlk olarak, uç değerlerin tespiti için BTWBTÖ'nün toplam puanı z puanına çevrilmiştir. Değerler incelendiğinde altı soruda bazı cevapların z puanlarının +/- 3 aralığında olmadığı tespit edilmiştir. Cevaplar incelendiğinde değerlerin bir ile beş arasında olduğu, hatalı bir girişin olmadığı tespit edilmiştir. Verinin doğasının değiştirilmemesi için bu değerler üzerinde herhangi bir değişim yapılmamıştır. Normal dağılım sayılıısının ölçütlerinden biri de basıklık ve çarpıklık değerleridir. Tabachnick ve Fidell (2014) basıklık ve çarpıklık değerinin -1.5 ve +1.5 aralığında olması durumunda verinin normal dağılım varsayımını sağlayacağını belirtmiştir. Veri seti bu ölçütler açısından incelendiğinde normal dağılım varsayımını karşılamaktadır. Değişkenlere ait çarpıklık – basıklık değerleri Tablo 2'de sunulmuştur. Sonuç olarak, veri seti geçerlik-güvenirlik analizlerinin yürütülmesi için gerekli ölçütleri sağlamaktadır.

Tablo 2.

BTWBTÖ'nün alt boyutlarının basıklık, çarpıklık değerleri (N=599)

	Min	Max	Ort	SS	Çarpıklık	SE	Basıklık	SE
BTWBTÖ_T	71	182.22	114.66	22.37	.57	.10	-.21	.20
VAÖ_T	45.59	181	100.08	21.09	.05	.10	.33	.20
BS_T	10	39	19.20	5.42	.40	.10	-.24	.20
YTT_T	1	55	16.51	10	1.42	.10	2.30	.20

BTWBTÖ_T: Ben Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği Toplam Puanı, VAÖ_T: Vücut Algısı Ölçeği Toplam Puanı, BS_T: Benlik Saygısı Toplam Puanı, YTT_T: Yeme Tutum Testi Toplam Puanı

6.3. BTWBTÖ'nün GEÇERLİK ÇALIŞMASI: BULGULAR

6.3.1. BTWBTÖ'nün Faktör Analizi Bulguları

Alanyazında, bir ölçeğin yapı geçerliğini test etmek için açımlayıcı ve doğrulayıcı analizlerin hangi sırayla ve ne amaçla kullanılması gerektiği konusunda fikir ayrılıkları bulunmaktadır. Örneğin Jöreskog ve Sörbom (1993) çalışmanın amacına göre

açımlayıcı ve doğrulayıcı analizlerin kullanımının değişebileceğini ileri sürmüştür. Yazarlar, açımlayıcı analizlerde temel amacın yapısal bir modele ulaşmak veya kuram üretmek olmadığını, araştırmacıya kurama ilişkin temel bir görüş sunduğunu düşünmektedir. Doğrulayıcı analizlerin ise önceki çalışmalardan elde edilen bilgiler ışığında öne sürülen hipotezlerin modeller aracılığıyla doğruluklarını test etmek için kullanılması gerektiğini savunmaktadır (Jöreskog ve Sörbom, 1993 akt. Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2016). Bu nedenle, analiz öncesinde ölçeğin faktör yapısına dair kuramsal bilgi var ise modelin direk olarak doğrulayıcı faktör analizi ile test edilmesi önerilmektedir (Jöreskog ve Sörbom, 1993). Benzer şekilde Gorsuch (1983) doğrulayıcı faktör analizinin araştırmacıların belirledikleri hipotezleri test etmek için kullanılması gerektiğini düşünmektedir. Stapleton (1997) ise doğrulayıcı analizlerin, açımlayıcı analizlerin yapılmadığı durumlarda kullanılması gerektiğini savunmaktadır (Stapleton, 1997 akt. Çokluk ve ark., 2016).

Sonuç olarak, yukarıdaki tartışmalar gözönüne alındığında, mevcut çalışmada yeni bir ölçüm aracı geliştirme amacının olmaması, daha önceden test edilmiş yapıların Türk kültürüne uyumunun incelenmesi hedeflendiği için analizlere öncelikle Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile başlanmıştır.

Orijinal ölçeğin altı faktörlü yapısının doğrulanıp doğrulanmadığını belirlemek için DFA yapılmıştır. Modelin veri ile uyumlu olup olmadığı çeşitli uyum indeksleri değerlendirilerek yapılmaktadır. İlgili alan yazında, pek çok indeks değeri tanımlanmaktadır. Bir modelin doğrulanıp doğrulanmadığını test etmek için sadece bir değere bakılmaması gerektiği, birden çok indeks değerine bakılarak karar verilmesi yazarlarca önerilmektedir (Meydan ve Şeşen, 2011). Bu bağlamda alanyazında Ki-Kare Uyum Testi (X^2/Sd), Normlaştırılmamış Uyum İndeksi (NFI), Normlaştırılmış Uyum İndeksi (NNFI), Arttırmalı Uyum İndeksi (IFI), Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI), İyilik Uyum İndeksi (GFI), Düzeltilmiş Uyum İndeksi (AGFI) ve Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (RMSEA) DFA için en yaygın kullanılan uyum indeksleridir. Bu uyum indekslerinin kesim noktaları için kabul görmüş kesin sınırlar yoktur. Alanyazında bu değerler için genel olarak kabul gören aralıklar Tablo 3'de özetlenmiştir (Sümer, 2000; Meydan ve Şeşen, 2011).

Tablo 3.

Yaygın Kullanılan Uyum İndeksleri Kabul Aralıkları

$0 < (X^2 / Sd) < 3$	mükemmel uyum	$3 < (X^2 / Sd) < 5$	kabul edilebilir uyum
$.01 < p < .05$	mükemmel uyum	$.05 < p < 1.00$	kabul edilebilir uyum
$.95 < NFI < 1.00$	mükemmel uyum	$.90 < NFI < .95$	kabul edilebilir uyum
$.95 < IFI < 1.00$	mükemmel uyum	$.90 < IFI < .95$	kabul edilebilir uyum
$.95 < CFI < 1.00$	mükemmel uyum	$.90 < CFI < .95$	kabul edilebilir uyum
$.95 < GFI < 1.00$	mükemmel uyum	$.90 < GFI < .95$	kabul edilebilir uyum
$.90 < AGFI < 1.00$	mükemmel uyum	$.85 < AGFI < .90$	kabul edilebilir uyum
$0 < RMSEA < .05$	mükemmel uyum	$.05 < RMSEA < .08$	kabul edilebilir uyum

Orijinal ölçeğin altı faktörlü yapısının toplanan veri üzerindeki uyumunun incelenmesi için DFA yürütülmüştür. Yapılan analiz sonucunda modelin uyum indeksleri, $X^2/Sd= 3.98$, $p < 0.001$, $CFI= .78$, $IFI= .78$, $GFI= .75$, $AGFI= .73$, $NFI= .73$, $RMSEA= .07$ olarak bulunmuştur. Model yolları (paths) incelendiğinde 3., 12. ve 29. maddelerin modeli anlamlı yordamadığı tespit edilmiştir. Bu maddeler modelden yordama düzeyi düşükten yükseğe doğru sırayla çıkarılarak analiz tekrardan yürütülmüştür. Yapılan analiz sonucunda modelin uyum indeksleri, $X^2/Sd= 3.78$, $p < 0.001$, $CFI= .82$, $IFI= .82$, $GFI= .78$, $AGFI= .75$, $NFI= .77$, $RMSEA= .07$ olarak bulunmuştur. Analiz sonuçları modelin iyileştirilmesi gerektiğini göstermektedir. Modifikasyon indeksleri doğrultusunda 2.-34. ve 14.-17. maddelerin hata varyansları eşleştirilmiştir. Tabachnick ve Fidell (2001) önerileri doğrultusunda her bir hata ilişkilendirilmesi sonrasında tekrardan ki-kare fark testi analizi yürütülmüştür. Modifikasyonlar sonrasında model daha uyumlu hale gelmekle birlikte genel olarak kabul gören sınırları karşılamamaktadır ($X^2/Sd= 3.68$, $p < 0.001$, $CFI= .78$, $IFI= .83$, $GFI= .78$, $AGFI= .75$, $NFI= .78$, $RMSEA= .07$). Sonuç olarak BTWBTÖ'nün altı faktörlü yapısına ilişkin modelinin desteklenmediğine karar verilmiştir.

Orijinal ölçekler, ölçeğin geliştirildiği kültürdeki kuramsal ilgi ve deneyimler doğrultusunda şekillenerek bir yapı oluşturmaktadır. Savaşır (1994) ölçek uyarlama

sürecinin bir dilden diğere çeviri olarak görülmemesi gerektiğini, kültürden kültüre madde içeriklerinin ve o kültürde yaşayan bireylerde yarattığı etkinin ve anlamının değişebileceğini belirtmiştir. Bu nedenle ölçek uyarlama aşamasında çalışmanın yapıldığı kültüre bağlı olarak ölçeğin faktör yapısında ve maddelerin dağılımında farklılıklar görülebilmektedir. Çokluk ve ark. (2016), DFA ile ölçüm aracının orijinal faktör yapısı doğrulanmıyorsa veya model yüksek uyum indeksleri göstermiyorsa aracın mevcut kültürdeki faktör deseninin incelenmesi için Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA)'nin kullanılmasını önermektedir. Bu yolla orijinal ölçeğin, uyarlaması yapılan kültürdeki faktör yapısının belirlenip, bu modelin geçerliğinin test edilebileceği belirtilmektedir

Bu bilgiler ışığında, BTWBTÖ'nün yapı geçerliğini incelemek için yapılan DFA sonucunda modele ait uyum indekslerinin orta düzeyde uyumu işaret etmesi ve çok sayıda gözlenen değişken ile modifikasyon önerisi olması sebebiyle özgün kültürdeki yapının incelenmesi için Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA)'nin yürütülmesine karar verilmiştir.

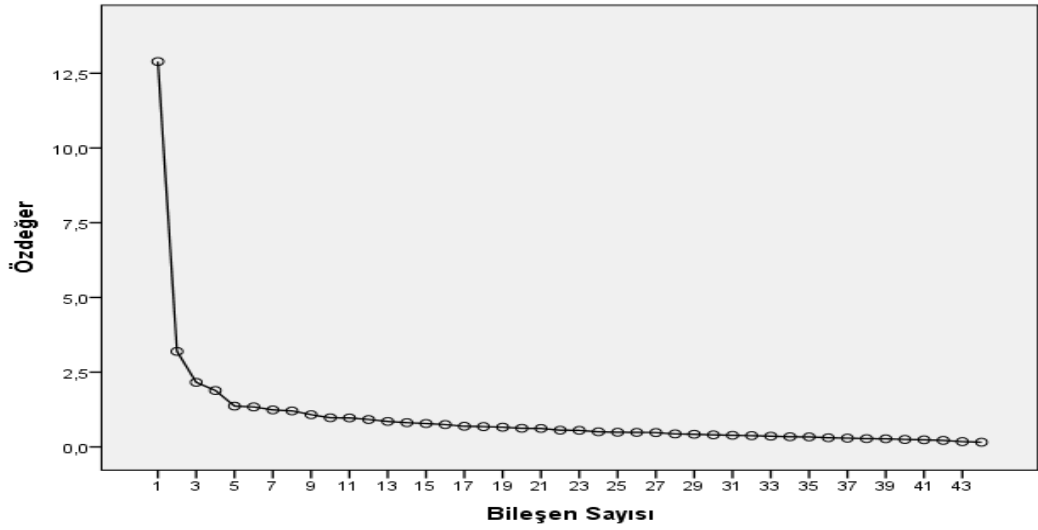
İlk olarak örneklem büyüklüğünün analiz için uygunluğunu test etmek için Kaiser Meyer-Olkin (KMO) testi yapılmıştır. Mevcut veri için KMO değeri .94 olup, Bartlett Küresellik Testi sonucu istatistiksel olarak anlamlı ($X^2(.95)= 11505.89$, $p < .001$) bulunmuştur. Bu değerler verinin açıklayıcı faktör analizi için mükemmel düzeyde uygun olduğunu göstermektedir. BTWBDÖ'nün faktör desenini incelemek için faktörleştirme yöntemi olarak temel birleşenler yöntemi ile eğik döndürme (direct oblimin) yöntemi kullanılmıştır. Faktör sayısı belirtilmeksizin yapılan analizde özdeğeri (eigenvalue) 1'in üzerinde olan toplam varyansın %59.89'unu açıklayan dokuz faktör bulunmuştur. Dokuz faktörlü yapıda ilk faktör toplam varyansın %29.30'unu, ikinci faktör %7.26'sını; 3. faktör % 4.91'ini; 4. faktör %4.29'unu; 5. faktör %3.11'ini; 6. faktör %3.04'ünü; 7. faktör %2.82'sini; 8. faktör %2.74'ünü; 9. faktör %2.45'ini açıklamaktadır.

Dokuz faktörlü yapıda soruların dağılımı incelendiğinde 35., 20., 1., 42., 40., 19., 4., 24., 30., 36., 38. ve 32. maddelerin binişik maddeler olduğu tespit edilmiştir. Bir maddenin binişik madde olması için birden fazla alt boyutta faktör yükünün olması ve bu faktör yükleri arasındaki farkın birden küçük olması gerekmektedir. Bir maddenin

sadece bir faktörü yordaması beklendiği için bu maddelerin ayrıştırıcılığın düşük olması nedeniyle ölçekten çıkarılması önerilmektedir (Çokluk ve ark. 2016; Tabachnick ve Fidell, 2001). Bu öneri doğrultusunda binişik maddeler veriden teker teker çıkarılmış, her bir işlem sonrası analiz tekrarlanmıştır. Bu işlemler sonrasında bazı faktörlerin bir maddeden oluşması ve oluşan faktör deseninin kuramsal olarak birbirinden ayrıştırılamaması nedeniyle dokuz faktörlü yapının ölçek için uygun olmadığına karar verilmiştir.

Bir modelin faktör sayısına karar verilirken, sadece özdeğeri (eigenvalue) 1'den büyük olan faktör sayısının göz önünde bulundurulmaması gerektiği belirtilmektedir. Faktörlerin modele yaptıkları katkıların ve yamaç birikinti grafiğinin de karar verme aşamasında kullanılması önerilmektedir (Catell, 1966 akt. Çokluk ve ark., 2016). Bu bilgiler ışığında, model faktör yükleri açısından incelendiğinde 4. faktörden sonraki faktörlerin modele katkılarının çok düşük olduğu görülmüştür. Ayrıca yamaç birikinti grafiği incelendiğinde, ivmeli düşüş ve kırılmaların dört faktörlü yapıyı işaret ettiği görülmüştür (Şekil 1). Bunlara ek olarak, sosyal bilimler alanında sıklıkla kullanılan paralel analiz yöntemi (Horn, 1965) ile de modelin olası faktör sayısı test edilmiştir. O'Connor (2000) tarafından SPSS programı için yazılan syntax dosyası üzerinden paralel analiz yürütülmüştür. Analiz sonuçları verinin en iyi şekilde dört faktörlü yapıya uyum sağladığına işaret etmektedir.

Özetle, ölçeğin varyans dağılım tablosu, faktör içerikleri, yamaç birikinti grafiği ve paralel analiz sonuçları göz önünde bulundurularak dört faktörlü yapının model için daha uygun olduğuna karar verilmiştir.



Şekil 1. BTWBTÖ'nün faktör yapısını gösteren yamaç birikinti grafiği

Eğik döndürme yöntemi (Direct Oblimin) ile dört faktöre zorlanan modelin madde dağılımları incelendiğinde, 9., 13. ve 41. maddelerin faktör yüklerinin .30'un altında olduğu görülmüştür. Bir maddenin faktör yükünün düşük olması, o maddenin ilgili faktörü yeteri kadar yansıtamadığına işaret etmektedir. Alanyazında bir maddenin faktör yük değeri için asgari büyüklüğünün .32 olması yönünde yaygın bir görüş vardır (Çokluk ve ark., 2016). Dolayısıyla, 9., 13. ve 41. maddenin faktör yükleri .30'un altında yüklendiği için veri setinden çıkarılarak analiz tekrarlanmıştır. Bu işlem sonrası madde yükleri ve faktör yapısı incelendiğinde 17., 24., 36. ve 37. maddelerin binişik maddeler olduğu tespit edilmiş ve bu maddeler veri setinden çıkartılarak analizin tekrarlanmasına karar verilmiştir. Bu işlemler sonrası oluşan faktör yapısı ve madde dağılımı Tablo 4'de sunulmuştur.

Tablo 4.

BTWBTÖ'nün AFA Sonucunda Ortaya Çıkan Faktör Yapısı ve Madde Dağılımı (Kaiser Normalleştirilmesiyle Eğik Döndürme (Direct Oblimin) yöntemi kullanılmıştır)

BTWBTÖ'nün AFA sonucunda ortaya çıkan faktör yapısı ve madde dağılımı	F1	F2	F3	F4
Faktör 1. Şişmanlık				
28. Fotoğrafım çekildiğinde kendimi şişman hissedirim.	.80			
32. Zihnim daha ince/zayıf olma arzusu ile meşgul.	.79			
5. Giydiğim şeyler kalçalarımın geçmediğinde kendimi şişman hissedirim.	.78			
4. Görüntüm hakkında öyle kaygılıyım ki diyet yapmalıyım diye düşünüyorum	.77			
10. Hemen hemen hiç şişman hissetmem.	.75			
35. Genellikle şişman hissedirim.	.72			
27. Kalçalarımın çok geniş olduğunu düşünüyorum.	.70			
23. Kalçalarımın kalın olduğunu düşünüyorum.	.70			
25. Tatlılar, pastalar veya diğer yüksek kalorili yiyecekleri yemek beni şişman hissettirir.	.70			
42. Önceden sığabildiğim kıyafetlerin içine artık giremeyince kendimi şişman hissedirim.	.70			
8. Başkalarının bel çevremdeki ve göbeğimdeki yağları görebileceğinden endişe duyarım.	.66			
39. Kalça ve popomdaki selülitler beni endişelendiriyor.	.64			
38. Yalnız olduğumda kendimi şişman hissedirim.	.60	.32		
21. Bedenimin bozulduğunu hissediyorum.	.59			
33. Bir ayna veya vitrin camında kendi görüntümü yakalarsam, vücut şeklim yüzünden kendimi kötü hissedirim.	.58	.38		
14. Belime oturan kıyafetler giydiğimde kendimi şişman hissediyorum.	.55		.33	
20. Vücudumun şekli üzerine pek düşünmem.	.48		-	
19. Bol kıyafetler giymek beni zayıf hissettirir.	.43		.35	
29. Formda kalmaya çalışıyorum.	.39			
Faktör 2. Aşğılama				
18. Yaşamım, görünüşümden dolayı mahvoluyor.	.70			
15. Görünüşümden dolayı intihar etmeyi düşündüğüm oldu.	.69			
34. İnsanlar görünüşüm yüzünden benimle alay eder.	.66			
6. İnsanlar görünümümden dolayı benden kaçarlar.	.65			
7. Yüzümden memnunum.		.57		

Tablo 4

BTWBTÖ'nün AFA sonucunda ortaya çıkan faktör yapısı ve madde dağılımı (Devam)

30. Vücut şeklimi düşünmekten başka bir işe odaklanamıyorum.	.37	.54
11. Yaşamda vücudumun şeklinden daha önemli şeyler var.		.52
31. Aklım fikrim yiyeceklerde.		.33
Faktör 3. Çekicilik		
44. Özellikle beden hatlarımı ortaya çıkaran kıyafetler giymekten kaçınırım.	.34	.63
1. Fiziksel olarak kendimi genellikle çekici hissedirim.	.32	.57
40. İnsanlar görünüşüm hakkında genellikle bana iltifat eder.	.32	.54
12. Daha iyi görünmek için estetik ameliyat yaptırmanın saçma olduğunu düşünüyorum.		.52
2. Başkalarının vücudumu görmesini istemem.		.43
Faktör 4. Güçlü ve Fit Olma		
26. Bedenen güçlüyümdür.		.86
22. Fiziksel gücümle gurur duyuyorum.		.79
43. Hiç bir zaman çok güçlü olmadım		.75
16. Fazla çabalarsam çabuk yorulurum.		.45
3. İnsanlar beni nadiren cinsel olarak çekici bulur.		.32
Faktörlerin açıkladığı varyans %	30.11	8.31 5.41 4.53
Toplam açıklanan varyans		48.36

Tablo 4'den de takip edileceği üzere, 1. Faktör 19 maddeden oluşmaktadır (28, 32, 5,4, 10, 35, 27, 23, 25, 42, 8, 39, 38, 21, 33, 14, 20, 19 ve 29). Birinci faktörde yer alan maddelerin yük değerleri .80 ile .39 arasında değişmektedir. Faktöre yüklenen madde içerikleri incelendiğinde 32., 21., 33., 20. ve 29. maddenin dışında orijinal ölçekteki Şişman Hissetme ve Düşük Yağ Oranı alt boyutlarının maddelerini kapsamaktadır. Orijinal ölçekte Bedenini Aşağılama alt boyutunda olan 21. (Bedenimin bozulduğunu hissediyorum) ve 33. (Bir ayna veya vitrin camında kendi görüntümü yakalarsam, vücut şeklim yüzünden kendimi kötü hissedirim) maddenin içeriklerine bakıldığında bireyin bedeninin şeklinden rahatsız olmasıyla ilgili duygu ve düşünceleri yansıtmaktadır. Bedene yönelik rahatsızlık hissinin, kilo ve yağ oranına bağlı olarak

vücut şeklinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle diğer ifadelerle tutarlı olarak bu maddelerin bu alt boyuta yüklendiği düşünülmektedir. Benzer şekilde orijinal ölçekte Kilo ve Görünüşe Yönelik Odak alt boyutunda yer alan 20. (Vücudumun şekli üzerine pek düşünmem) ve 29. (Formda kalmaya çalışıyorum) maddenin içeriğinin de kadınların kilo ve vücut yağ oranı ile ilişkili olarak vücut şekillerine yönelik kaygılarını yansıttığı düşünülmektedir. Sonuç olarak, bu faktöre yüklenen maddeler genel olarak bireyin görüntüsü ve vücut yağ oranına bağlı olarak şişman hissetmesiyle ilişkili maddelerden oluşmaktadır. Bu nedenle bu alt boyut “Şişman hissetme” olarak adlandırılmıştır.

İkinci alt boyut ise sekiz (18, 15, 34, 6, 7, 30, 11 ve 31) maddeden oluşmaktadır. Madde yükleri .70 ile .33 arasında değişmektedir. Madde içerikleri incelendiğinde bu alt boyuttaki maddelerin orijinal ölçekteki bedenini aşağılama ve bedene yönelik odak alt boyutlarındaki maddeleri kapsadığı gözlenmiştir. Sadece 7. Madde (Yüzümden memnunum) çekicilik alt boyutunda yer almaktadır. Uyarlama aşamasında maddenin diğer maddelerle ilişkisine bağlı olarak ters kodlanmasına karar verilmiştir. Dolayısıyla, 7. madde de diğer ifadelerle benzer şekilde kadının bedenine yönelik olumsuz tutumunu yansıtmaktadır. Bu alt boyuttaki madde içerikleri incelendiğinde kişinin fiziksel görünüşüne yönelik olumsuz tutumunu ve görünüşüne yönelik zihinsel meşguliyetini yansıtan ifadeler yer almaktadır. Dolayısıyla bu alt boyut kişinin beden yapısı nedeniyle beğenilmediği, dışlandığı ve benliğinin kilo ve görünüş üzerinden olumsuz değerlendirmesiyle ilgili maddeleri içerdiği için “Aşağılanma” olarak adlandırılmıştır.

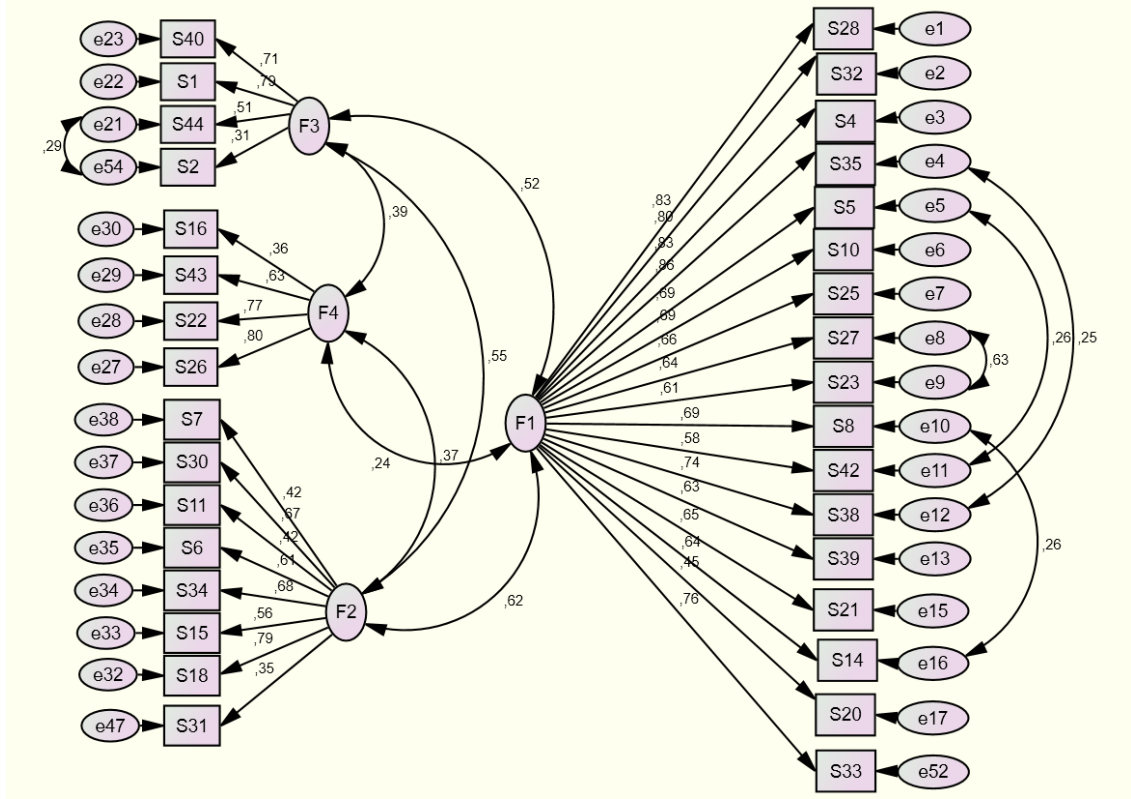
Üçüncü alt boyut ise beş (44, 1, 40, 12 ve 2) maddeden oluşmaktadır. Bu alt boyut 44. madde dışında orijinal ölçekteki Çekicilik alt boyutu ile tutarlılık göstermektedir. Ters kodlu maddelerden olan 44. maddenin (Özellikle beden hatlarımı ortaya çıkaran kıyafetler giymekten kaçınırım.) içeriği düşünüldüğünde, kişinin beden hatlarımı ortaya çıkaran kıyafetler giymekten kaçınmamasının kendini çekici hissetmesiyle ilişki olabileceği düşünülmektedir. Dolayısıyla, bu maddenin içeriği diğer maddelerle tutarlılık göstermektedir. Üçüncü alt boyutun madde yükleri .63 ile .43 arasında değişmektedir. Madde içerikleri incelendiğinde kişinin beden yapısından rahatsızlık

duymaması ve diğerleri tarafından beğenildiğine dair düşüncelerini yansıtan ifadelerden oluştuğu için bu alt boyut “Çekicilik” olarak adlandırılmıştır.

Son olarak 4. alt boyut beş (26, 22, 43, 16 ve 3) maddeden oluşmaktadır. Madde yükleri .86 ile .32 arasında değişmektedir. Bu alt boyut bireyin fiziksel gücü ve fit bir vücuda sahip olmayla ilgili düşüncelerini içermektedir. Madde içerikleri incelendiğinde 3. madde (İnsanlar nadir olarak beni cinsel olarak çekici bulur) hariç orijinal ölçekteki Güçlü ve Fit olma faktörü ile tutarlılık göstermektedir. Alanyazında güzelliğin, çekiciliğin fiziksel olarak fit olmayla ilişkilendirilmesinin, kadınların cinsel yaşantısını da etkilediği tartışılmaktadır (Woertman ve van den Brink, 2012; Weaver ve Byers, 2006). Tekrarlı çalışmalarda beden memnuniyetsizliği gösteren kadınların daha çok cinsel işlev bozukluğu yaşadığı bulunmuştur (Weaver ve Byers, 2006). Dolayısıyla, bir kadının fit olması ile cinsel olarak çekici hissetmenin ilişkili olduğu düşünülmektedir.

6.3.2. BTWBTÖ'nün Faktör Yapısının Doğrulanması

Bir önceki bölümde aktarılan faktör döndürmesi ile elde edilen dört faktörlü yapının geçerliği IBM SPSS AMOS 22 programı ile Yapısal Eşitlik Modellemesi (YEM) ile test edilmiştir. Uyum indeksleri dört faktörlü yapının orta düzeyde uyumlu olduğunu göstermektedir ($X^2/SS= 3.86$, $p < .001$, CFI= .83, IFI= .83, GFI= .81, AGFI= .79, NFI= .78, RMSEA= .07). Model için önerilen modifikasyon indeksleri doğrultusunda, aynı faktörde yer alan 2 - 44 ($X^2= .29$, $p < .001$), 23 - 27 ($X^2= .63$, $p < .001$), 5 - 42 ($X^2= .24$, $p < .001$), 8 - 14 ($X^2= .26$, $p < .001$) ve 35 - 38 ($X^2= .26$, $p < .001$) madde çiftlerinin hataları ilişkilendirilmiştir. Her bir hata eşleştirmesinden sonra ki-kare testi yapılmıştır. Bu düzeltmeler sonrası model indeksleri daha anlamlı hale gelmiştir ($X^2/SS= 2.90$, $p < .001$, CFI= .90, IFI= .90, GFI= .88, AGFI= .85, NFI= .85, RMSEA= .06 olarak bulunmuştur).



Şekil 2. BTWBTO'nün Faktör Analizi Sonuçları

F1: Şişmanlık, F2: Aşağılama, F3: Çekicilik, F4: Güçlü ve Fit Olma

6.4. BTWBTO'NÜN PSİKOMETRİK ÖZELLİKLERİ

BTWBTO'nün iç tutarlılık değerinin hesaplanması için ölçeğin tamamının ve alt boyutlarının Cronbach Alfa kat sayıları hesaplanmıştır. Madde çıkarılmadan yapılan analizde Cronbach Alfa değeri ölçeğin tamamı için .93 ($p < .001$) olarak bulunmuştur. Ek 6'dan takip edileceği üzere, madde havuzundan çıkarıldığı takdirde Cronbach Alfa değerinde önemli bir değişim yaratan bir madde olmadığı için ölçeğin toplam Cronbach Alfa değeri 44 madde üzerinden yürütülmüştür. Madde korelasyon katsayıları Tablo 5'de sunulmuştur. Ölçeğin alt boyutlarının Cronbach Alfa kat sayıları ise şu şekildedir: Şişmanlık .94, Aşağılama .78, Çekicilik .68, Güçlü ve Fit olma .72'dir.

Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliğini ölçmek için 107 katılımcıdan oluşan gruba ölçek seti tekrar uygulanmıştır. İki ölçüm arasındaki Pearson korelasyon katsayılarının

toplam puanı pozitif yönde .95'dir. Ölçeğin Spearman Brown eşit yarılar güvenilirliği .92 ($p < .05$)'dir. Sonuç olarak, bulgular BTWBTÖ'nün iyi düzeyde güvenilir bir ölçüm aracı olduğuna işaret etmektedir.

Tablo 5.

Maddeler, Madde Puan Ortalaması ve Standart Sapma değerleri ile Madde Toplam Puan Korelasyonları (N= 599)

	<i>Ort</i>	<i>SS</i>	<i>r</i>		<i>Ort</i>	<i>SS</i>	<i>r</i>
MADDE1	2.77	1.07	.45	MADDE23	2.90	1.43	.56
MADDE2	3.22	1.22	.27	MADDE24	1.78	1.15	.58
MADDE3	2.7 .87	.98	.08	MADDE25	2.46	1.43	.60
MADDE4	2.33	1.40	.76	MADDE26	2.62	1.13	.21
MADDE5	2.97	1.48	.64	MADDE27	2.59	1.43	.60
MADDE6	1.37	.77	.41	MADDE28	2.56	1.42	.76
MADDE7	2.08	1.03	.23	MADDE29	3.19	1.23	.13
MADDE8	2.59	1.39	.66	MADDE30	1.50	.86	.58
MADDE9	2.18	1.10	.05	MADDE31	2.35	1.35	.30
MADDE10	3.07	1.39	.62	MADDE32	2.23	1.33	.72
MADDE11	1.57	.80	.30	MADDE33	2.15	1.26	.77
MADDE12	3.24	1.44	-.05	MADDE34	1.42	.79	.47
MADDE13	2.80	1.24	.26	MADDE35	2.12	1.34	.82
MADDE14	2.32	1.28	.64	MADDE36	1.87	1.16	.72
MADDE15	1.24	.73	.29	MADDE37	1.48	.97	.64
MADDE16	2.74	1.29	.22	MADDE38	1.78	1.20	.73
MADDE17	2.62	1.38	.49	MADDE39	2.50	1.43	.59
MADDE18	1.54	.89	.58	MADDE40	2.54	1.04	.44
MADDE19	2.69	1.33	.43	MADDE41	3.23	1.33	.21
MADDE20	3.35	1.22	.39	MADDE42	3.47	1.35	.52
MADDE21	2.43	1.31	.63	MADDE43	2.37	1.26	.30
MADDE22	2.78	1.12	.35	MADDE44	2.67	1.40	.45

6.5. BTWBTÖ'NÜN BİRLEŞEN GEÇERLİĞİ

BTWBTÖ'nün birleşen geçerliğinin test edilmesi için ilk olarak ölçeğin alt boyutlarının birbiriyle ilişkisine bakılmış sonrasında BTWBTÖ'nün ölçtüğü yapılarla ilişkili olduğu düşünülen yeme tutumu, beden memnuniyetsizliği ve benlik saygısı kavramları ile arasındaki ilişki incelenmiştir.

Ölçeğin alt boyutlarının toplam puan ile ilişkisinin incelendiği analiz bulgularına göre Çekicilik ($r = .61, p < .001$), Güçlü ve Fit olma ($r = .42, p < .001$), Aşağılanma ($r = .67, p < .001$) ve Şişmanlık ($r = .94, p < .001$) alt boyutları BTWBTÖ toplam puanı ile pozitif yönde ilişki göstermektedir. Korelasyon katsayıları incelendiğinde alt boyutlar en yüksek korelasyonu ölçeğin toplam puanı ile göstermektedir. Bu ilişki ölçeğin alt boyutlarının birbirinden bağımsız yapıları ölçtüğüne işaret etmektedir. BTWBTÖ'nün alt boyutları arasındaki ilişki Tablo 6'da aktarılmıştır.

Tablo 6.

BTWBTÖ'nün Alt Boyutları Arasındaki İlişki

	Çekicilik	Güçlü_fit	Aşağılanma	Şişmanlık	BTWBTÖ_T
Çekicilik	1				
Güçlü ve fit olma	.29**	1			
Aşağılanma	.34**	.35**	1		
Şişmanlık	.46**	.23**	.50**	1	
BTWBTÖ_T	.61**	.42**	.67**	.94**	1

*BTWBTÖ_T: BTWBTÖ toplam puanı (Çekicilik, Güçlü ve fit olma, Aşağılanma, Şişmanlık alt boyutları)

İkinci olarak, BTWBTÖ'nün birleşen geçerliğinin test edilmesi için ilişkili yapılarla olan ilişkisi incelenmiştir. BTWBTÖ kadınların kilo ve beden yapılarına yönelik duygu ve düşüncelerini çekicilik, Güçlü ve Fit olma, Şişmanlık ve Aşağılanma boyutları üzerinden değerlendirmektedir. Türkçe alan yazınında kadın beden algısını

benzer yapılarla ölçen bir ölçüm aracı olmadığı için orijinal çalışma referans alınarak ilişkili yapılar belirlenmiştir. Analiz bulguları Tablo 7’de özetlenmiştir.

BTWBTÖ’den alınan toplam puan BKİ ($r = .49, p < .001$), beden memnuniyetsizliği ($r = .60, p < .001$), benlik saygısı ($r = .43, p < .001$) ve yeme tutumları ($r = .43, p < .001$) ile pozitif yönde anlamlı ilişki göstermektedir. Diğer bir ifade ile kadınların vucüt şekillerine yönelik olumsuz tutumları arttıkça, beden memnuniyetsizlikleri ve yeme tutumlarındaki bozulmalar artmakta, benlik saygıları azalmaktadır. Alt boyutlar açısından incelendiğinde Çekicilik alt boyutu BKİ ($r = .29, p < .001$), beden memnuniyetsizliği ($r = .46, p < .001$), benlik saygısı ($r = .38, p < .001$) ve yeme tutumları ($r = .20, p < .001$) ile pozitif yönde anlamlı ilişki göstermektedir. Diğer bir ifadeyle, kadınların fiziksel olarak çekici olmalarına yönelik kaygıları arttıkça beden memnuniyetsizlikleri ve yeme tutumlarındaki bozulmalar artmakta, benlik saygıları düşmektedir. Güçlü ve Fit olma boyutu; beden memnuniyetsizliği ($r = .42, p < .001$), benlik saygısı ($r = .42, p < .001$) ve yeme tutumları ($r = .11, p < .001$) ile pozitif yönde anlamlı ilişki göstermektedir. Sadece Güçlü ve Fit olma ile BKİ arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Bu ilişkiden kadınların fiziksel olarak güçlü ve fit olmadıklarına yönelik algılarının arttıkça beden memnuniyetsizliklerinin ve yeme tutumlarındaki bozulmalarının arttığı sonucuna ulaşılabilir. Aşağılanma boyutu ise BKİ ($r = .18, p < .001$), beden memnuniyetsizliği ($r = .47, p < .001$), benlik saygısı ($r = .46, p < .001$) ve yeme tutumları ($r = .38, p < .001$) ile pozitif yönde anlamlı ilişki göstermektedir. Diğer bir ifade ile kadınların fiziksel görünüşleri üzerinden olumsuz yargılandıklarına yönelik düşünceleri arttıkça beden memnuniyetsizlikleri ve yeme tutumlarındaki bozulmalar artmakta, benlik saygıları azalmaktadır. Son olarak Şişmanlık alt boyutu; BKİ ($r = .52, p < .001$), beden memnuniyetsizliği ($r = .51, p < .001$), benlik saygısı ($r = .30, p < .001$) ve yeme tutumları ($r = .39, p < .001$) ile pozitif yönde anlamlı ilişki göstermektedir. Kadınların şişman hissetme düzeyleri arttıkça beden memnuniyetsizlikleri ve yeme tutumlarındaki bozulmalar artmakta, benlik saygıları azalmaktadır.

Tablo 7.

BTWBTÖ ile İlişkili Faktörler Arasındaki İlişkiler

	BTW- C	BTW-GF	BTW-A	BTW-S	BTW_T	BKİ	VAÖ_T	SE_T	YTT_T
BTW- C	1								
BTW-GF	.29**	1							
BTW-A	.34**	.35**	1						
BTW-S	.46**	.23**	.50**	1					
BTWBTÖ_T	.61**	.42**	.67**	.94**	1				
BKİ	.29**	.01	.18**	.52**	.49**	1			
VAÖ_T	.46**	.42**	.47**	.51**	.60**	.22**	1		
BS_T	.38**	.42**	.46**	.30**	.43**	.01	.53**	1	
YTT_T	.20**	.11*	.38**	.39**	.43**	.04	.24**	.18**	1

• ** $p < .01$, * $p < .05$

• BTW- C: Çekicilik, BTW-GF: Güçlü_Fit Olma, BTW-A: Aşağılanma, BTW-S: Şişmanlık, BTWBTÖ_T: BTWBTÖ Toplam Puanı, BKİ: Beden Kitle İndeksi, VAÖ_T: Vücut Algısı Ölçeği Toplam Puanı, BS_T: Benlik Saygısı Toplam Puanı, YTT_T: Yeme Tutum Ölçeği Toplam Puanı

Orijinal ölçekte birleşen geçerliği AN tanısı alan bireylerle normal örneklemin puanlarının karşılaştırılması ile incelenmiştir. Mevcut çalışmada klinik örneklem ile çalışılmadığı için Yeme Tutum Testi'nden alınan puanlara göre yüksek (ortalamanın bir standart sapma üstü) ve düşük (ortalamanın bir standart sapma altı) risk grupları oluşturulmuş. Bu grupların BTWBTÖ'den aldıkları puanlar arasında farklılaşma olup olmadığını görmek için Tek Yönlü Varyans Analizi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, yeme tutumu geliştirme riskine göre BTWBTÖ'den alınan puanlar arasında anlamlı fark vardır [$F(1, 128) = 57.11, p < .001$]. Yeme bozukluğu gelişimi için yüksek risk grubunda olan kadınların ($Ort = 130.49, SS = 30.55$) bedenlerine yönelik olumsuz tutumları düşük risk grubunda olanlardan ($Ort = 95.64, SS = 18.74$) daha yüksektir.

Sonuç olarak, bulgular üniversite örnekleminde Türk kültürüne uyarlaması yapılan BTWBTÖ'nün geçerli bir ölçüm aracı olduğuna işaret etmektedir.

6.6. DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLER İLE BTWBTÖ'DEN ALINAN PUANLAR ARASINDAKİ İLİŞKİ

Araştırmacılar tarafından oluşturulan Sosyo-Demografik Form üzerinden katılımcıların yaş, boy-kilo oranları, diyet yapma sıklıkları, eğitim ve gelir düzeyleri hakkında bilgi toplanmıştır. Orijinal ölçekle tutarlı olarak, katılımcılar BKİ'ye göre 20 altı “zayıf”, 20-25 arası “normal”, 26-30 arası “fazla kilolu”, 31 ve üstü “obez” olarak gruplandırılmıştır. İlk olarak BKİ'ye göre bu grupların BTWBTÖ'den aldıkları puanlar arasındaki olası farklılıklar Tek Yönlü Varyans Analizi ile incelenmiştir. Gruplar arasında beden tutumları arasında anlamlı fark bulunmuştur [$F(3, 593) = 70.25, p < .001$]. Tukey post hoc testine göre fazla kilolu ($Ort = 128.21, SS = 25.14$) ve obez ($Ort = 138.69, SS = 21.40$) grubu dışında, zayıf ($Ort = 90.47, SS = 22.28$) - normal ($Ort = 111.40, SS = 23.53$), zayıf ($Ort = 90.47, SS = 22.28$) - fazla kilolu ($Ort = 128.21, SS = 25.14$) ve zayıf ($Ort = 90.47, SS = 22.28$) - obez ($Ort = 138.69, SS = 21.40$) grupları arasında beden tutumları açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Kadınların kiloları arttıkça bedene yönelik olumsuz tutumları artmaktadır. Bir diğer değişken olan sosyo ekonomik düzey (SED) ile BTWBTÖ toplam puanı arasında gruplar arasında anlamlı fark bulunmamıştır ($p = .13$). Son olarak yaş ile BTWBTÖ'den alınan toplam puan ve alt boyutları arasındaki ilişki incelenmiş ve anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

6.7. BTWBTÖ'NÜN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI: SONUÇ

Mevcut çalışmada kadınların, dış görünüşleri ve beden şekillerine yönelik duygu ve düşüncülerinin değerlendirilmesi için geliştirilen Ben Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği (BTWBTÖ)'nin Türk diline uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda, ölçek maddeleri İngilizceden Türkçeye çevrilmiş, çevirinin anlaşılabilirliği ve uygunluğunun değerlendirilmesi için klinik alanda çalışan akademisyenlerden ve uzmanlardan geri bildirimler alınmıştır. Geri bildirimler

doğrultusunda çeviriye son şekli verilmiştir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik analizleri için iç tutarlılık katsayıları, Açımlayıcı ve Doğruyucu Faktör Analizleri ile BTWBTÖ'nün değerlendirdiği yapılarla ilişkili değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Türkçe formun iç geçerlik katsayıları, ölçeğin tamamı için .93 olarak bulunmuştur. Yapı geçerliğinin incelenmesi için yürütülen analizlerde ise ölçeğin orijinal formundaki altı faktörlü yapı yerine dört faktörlü yapının veriye daha iyi uyum sağladığı tespit edilmiştir. Faktör yapıları incelendiğinde modelde en çok varyansa sahip olan 1. Faktör, "Şişmanlık" olarak adlandırılmıştır. Bu alt boyutun maddeleri ağırlıklı olarak Şişman hissetme ve Düşük yağ oranı faktörlerinin maddelerinden oluşmaktadır. Aşağılanma ile Kilo ve Görüntüye Yönelik Odak alt boyutlarının altında yer alan birer madde de bu alt boyutta yer almıştır. Madde içerikleri incelendiğinde yapı genel olarak kadınların kilo ve vücut yağ oranlarıyla ilişkili düşünceleri, fiziksel görünüşleriyle ilgili kaygılarını ve zayıf olma arzusuna yönelik duygu ve düşüncelerini içermektedir. Orijinal ölçekten farklı olarak şişman hissetme; kilo, vücut yağ oranı gibi somut göstergelere ek olarak, görünüş ve beden yapısına yönelik düşünceler üzerinden de kadınların şişman hissetme düzeylerini ölçmektedir. İkinci alt boyut ise bedenini aşağılama ve bedene yönelik odak alt boyutlarındaki maddelerden oluşmaktadır. Orijinal ölçekten farklı olarak kadınların kendilerini fiziksel görünüşleri üzerinden olumsuz yargılamalarıyla, diğerleri tarafından yargılandıklarını düşünmeleri birbirinden ayrılmamıştır. Bu fark Nesneleştirme Kuramı (Fredrickson ve Roberts, 1997) çerçevesinde tartışılabilir. Türkiye gibi ataerkil kültüre bağlı geleneklerin sürdüğü toplumlarda, erkeğin kadına bakıldığında haz yaratan bir nesne olması yönündeki beklentisinin kadınları birer obje konumuna koyarak, benlik değerlerini sürdürebilmek için fiziksel olarak çekici olmaları yönünde baskı yarattığı düşünülmektedir. (Fredrickson ve Roberts, 1997). Özellikle kadınların bedenlerine yönelik sosyo-kültürel beklentileri karşılayamamalarının bedenlerinden utanmalarına neden olabileceği ve diğerleri tarafından dışlanacakları, beğenilmeyeceklerine yönelik kaygılarını arttırabileceği düşünülmektedir (Fredrickson ve Roberts, 1997).

Bu görüşle paralel olarak madde içerikleri incelendiğinde, kadınların dış görünüşlerine yönelik olumsuz düşüncelerinin benlik algılarını da şekillendirdiği söylenebilir.

Fiziksel görünüşünü beğenmeyen kadınlar diğerleri tarafından sevilmececekleri, beğenilmeyeceklerine yönelik kaygılar yaşamaktadır. Bu nedenle, bu alt boyut kadınların diğerleri tarafından fiziksel görünüşleri üzerinden olumsuz yönde yargılanıp, eleştirildiklerine yönelik algılarını değerlendirdiği için “Aşağılanma” olarak adlandırılmıştır. Üçüncü alt boyut olan Çekicilik ise 44. madde dışında (Özellikle beden hatlarını ortaya çıkaran kıyafetler giymekten kaçınırım) orijinal ölçekle tutarlılık göstermektedir. Bu alt boyut genel olarak kadınların beden yapılarından memnuniyet seviyelerini değerlendirmektedir. Orijinal ölçekten farklı olarak, bu alt boyuttaki maddelerin yüklerinin ters yüklendiği belirlenmiştir. Bu bağlamda, 44. madde ters kodlanarak değerlendirildiğinde, kadınların vücut hatlarını ortaya çıkaran kıyafetler giymekten hoşlanmaları vücut şekillerinden rahatsız olmadıkları, hoşnut oldukları şeklinde yorumlanabilir. Ölçekten alınan puanlar arttıkça, beden şekline, görünüşüne yönelik hoşnutsuzluğun arttığı göz önünde bulundurulduğunda, madde yüklerinin negatif olması diğer yapılarla tutarlılık göstermektedir. Bu nedenle, toplam puan hesaplanırken maddelerin ters kodlanarak kullanılması önerilmektedir. Son olarak, 4. alt boyut Güçlü ve Fit olma, orijinal ölçekle 3. madde (İnsanlar nadir olarak beni cinsel olarak çekici bulur) dışında tutarlılık göstermektedir. Alanyazında güzelliğin, çekiciliğin fiziksel olarak formda olmayla ilişkilendirilmesinin, kadınların cinsel yaşantısını da etkilediği tartışılmaktadır (Weaver ve Byers, 2006; Woertman ve van den Brink, 2012). Tekrarlı çalışmalarda beden memnuniyetsizliği gösteren kadınların daha çok cinsel işlev bozukluğu yaşadığı gösterilmiştir (Weaver ve Byers, 2006). Dolayısıyla, bir kadının formda/fit olması ile cinsel olarak çekici hissetmesinin ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bu faktöre yüklenen maddeler de eksi yüklü olduğu için ters kodlanan maddeler olarak belirlenmiştir.

Sonuç olarak, genç yetişkin kadın örnekleminde yapılan uyarlama çalışması sonucunda ölçeğin güvenilirlik değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu düşünülmektedir. Yapı geçerliği için yapılan analizler sonucunda ise orijinal ölçekten farklı olarak mevcut örnekleminde altı faktörlü yapı yerine dört faktörlü yapının ölçeğe daha iyi uyum sağladığı belirlenmiştir. Uyarlama çalışmalarında kültür ve dil özelliklerinden dolayı bu tür farklılıkların olması beklenmektedir (Savaşır, 1994).

Sonraki çalışmalarda farklı yaş aralığındaki kadınlarda ve klinik örneklemede ölçeğin psikometrik özellikleri incelenebilir.

7. ERKEKLERE ÖZGÜ BEDEN TUTUM ÖLÇEĞİ (EÖBTÖ)'NİN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ

Beden memnuniyetsizliği yeme bozukluğunun gelişmesinde önemli bir risk faktörüdür. Ayrıca, yüksek düzeydeki beden memnuniyetsizliği hem kadınlarda hem de erkeklerde fiziksel ve psikolojik iyilik halinin bozulmasına neden olabilmektedir (O'Dea ve Abraham, 2000; Menzel ve ark., 2010). Son yıllarda beden memnuniyetsizliği alanında yapılan çalışmalarda geleneksel ölçüm araçlarının ağırlıklı olarak zayıflıkla ilgili temalara vurgu yaptığı tartışılmaktadır (Tylka, Bergeron ve Schwartz, 2005). Bu yaklaşımın erkeklerdeki beden memnuniyetsizliğini değerlendirirken yanlış tanı ve tedavi sürecine yol açabileceği düşünülmektedir (Tylka ve ark., 2005).

Bu nedenle, özellikle klinik alanda tanı ve tedavi sürecinde erkeklerdeki beden memnuniyetsizliği düzeyinin yanlış değerlendirilmemesi için geçerli ölçüm araçlarına ihtiyaç duyulmaktadır. Yakın dönemde alandaki bu açığı kapatmak için erkeklerde beden memnuniyetsizliğine yol açabilecek özgün faktörlerin değerlendirildiği ölçüm araçları geliştirilmeye başlanmıştır. Bu ölçüm araçlarından biri de Tylka ve ark. (2005) tarafından geliştirilen Erkekler Özgü Beden Tutum Ölçeği'dir. Türkçe alanyazınında erkeklerdeki beden memnuniyetsizliğini değerlendirecek özgün bir aracın olmaması, bu alanda çalışmaların yapılmasına ihtiyaç doğurmaktadır. Bu doğrultuda mevcut çalışmada Tylka ve ark. (2005) tarafından geliştirilen ölçüm aracının Türkçeye uyarlanması yapılacaktır.

7.1. EÖBTÖ'NÜN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ: ÖRNEKLEM

Erkekler Özgü Beden Tutum Ölçeği (EÖBTÖ)'nin uyarlanması aşamasında Akdeniz Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde okuyan 308 erkeğe ulaşılmıştır. Çalışmanın dışlama ölçütleri gereği EÖBTÖ'de bir katılımcıda birden fazla kayıp değer var ise bu katılımcı veri setinden çıkarılmıştır. Diğer ölçüm araçları için de veri setinde %5'den fazla kayıp değer tespit edilen katılımcılar çalışmadan çıkarılmıştır. Bu işlem

sonucunda analize 277 erkek ile devam edilmiştir. Yaş aralığı 18-30 arasında değişen örneklemin yaş ortalaması 21.06 ($SS= 2.92$)'dir. Örneklem ortalama gelir düzeyine göre sınıflandırıldığında % 7.2'si ($N= 20$) alt, % 47.3'ü ($N= 131$) orta, % 19.5 'i ($N= 54$) üst-orta, % 3.2'si ($N= 9$) üst sınıf olarak belirlenmiştir. Katılımcıların % 65.3'ü ($N= 181$) anne-babasının birarada olduğunu, %6.1'i ($N= 17$) anne-babasının boşandığını, %1.8'i ($N=5$) babasını, % 1.8'si ($N= 5$) annesini kaybettiğini, % 4'ü ($N= 11$) de anne-babasının ayrı yaşadığını belirtmiştir. Katılımcıların % 3.6'sı ($N=10$) tek çocuktur. Geriye kalanların % 26'sı ($N= 72$) bir; % 23.1'i ($N= 64$) iki, % 10.5'i ($N= 29$) üç, % 5.8'i ($N= 16$) dört, % 1.8'i ($N= 5$) beş, % 1.8'i ($N= 5$) altı, % 2.9'u ($N= 16$) 7 ve üstü kardeşe sahip olduklarını belirtmiştir.

Kilo ve beden algısı üzerine sorulan sorulardan "İdeal kiloda olduğunuzu düşünüyor musunuz?" sorusuna %31.8'i ($N= 88$) "Evet", %45.5'i ($N=126$) "Hayır" cevabını vermiştir. Katılımcıların %18.1'i ($N= 50$) daha önce en az bir kere rejim yaptığını; % 57'si ($N= 158$) ise yaşamları boyunca hiç rejim yapmadıklarını belirtmişlerdir. Şimdiki kilonuzu nasıl değerlendiriyorsunuz sorusuna ise % 2.9'u ($N= 8$) çok zayıf; % 18.8'i ($N= 52$) zayıf; % 42.6'sı ($N= 118$) normal; % 12.6'sı ($N= 35$) biraz şişman; % 1.4'ü ($N= 5$) de çok şişman olarak cevaplandırmıştır. Katılımcılar BKİ'ye göre sınıflandırıldığında ise % 9.6'sı ($N= 27$) zayıf, % 54.6'sı ($N= 154$) normal, % 21.3'ü ($N= 60$) hafif şişman, % 3.9'u ($N= 11$) I. dereceden obez aralığındadır. Örneklemle ilgili diğer sosyo-demografik özellikler Tablo 8'de sunulmuştur.

Tablo 8.

EÖBTÖ'nün Uyarlama Çalışmasının Katılımcılarına ait Sosyo-Demografik Değişkenlere İlişkin Sıklık ve Yüzdeler Değerleri

Değişken	Sıklık	(%)
Bölüm		
Alman Dili Edebiyatı	71	25.2
Psikoloji	22	7.8
Sosyoloji	19	6.7
Hukuk	68	24.2
Tarih	93	40
Felsefe	8	2.8
En Uzun Süreyle Yaşanılan Yer		
İl	185	65.6
İlçe	26	9.2
Kasaba	1	0.4
Yurtdışı	3	1.1
Kimlerle Yaşanıyor		
Anne-baba	56	19.9
Arkadaş	68	24.2
Yurt	63	22.3
Yalnız	21	7.4
Diğer	8	2.8
Anne eğitim seviyesi		
Eğitimi yok	22	7.8
Okur-yazar	6	2.1
İlkokul	89	31.6
Ortaokul	38	13.5
Lise	39	13.8
Lisans	22	7.8
YL ve üstü	2	0.7
Baba eğitim seviyesi		
Eğitimi yok	6	2.1
Okur-yazar	6	2.1
İlkokul	69	24.6
Ortaokul	44	15.6
Lise	44	15.6
Lisans	34	12.1
YL ve üstü	5	1.8

7.2. EÖBTÖ'NÜN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ: VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

EÖBTÖ'nün Türkçeye uyarlanması aşamasında orijinal ölçekle birlikte birleşen geçerliğinin test edilmesi için ilgili alan yazındaki araştırmaların ışığında beden algısı ile ilişkili olduğu düşünülen Yeme Tutum Testi- 40 (YTT-40), Vücut Algısı Ölçeği (VAÖ), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ), Kaslı Olma İsteği Ölçeği (KOİÖ),

Görünüme Yönelik Sosyo-kültürel Tutumlar Anketi (SATAQ-4R) ve Sosyal Beğenilirlik Ölçeği (SBÖ) kullanılmıştır.

7.2.1. Sosyo- Demografik Form-II

Katılımcılara ait yaş, cinsiyet, boy, kilo, eğitim durumu, anne-baba eğitimi, spor alışkanlıkları, destekleyici madde kullanımı gibi sosyo-demografik bilgilere ulaşılması için araştırmacılar tarafından Demografik Bilgi Formu-II oluşturulmuştur. EÖBTÖ'nün psikometrik özelliklerinin incelenmesi için oluşturulan Sosyo-Demografik Form-II Ek 6'da sunulmuştur.

7.2.2. Kaslı Olma İsteği Ölçeği

Kaslı Olma İsteği Ölçeği (The Drive for Muscularity Ölçeği) bireylerin sahip oldukları kas kütlesi ve vücut yağ oranından bağımsız olarak bedendeki kas oranına yönelik algılarını değerlendirmek için geliştirilmiştir. Ölçek zihinsel meşguliyetin yanı sıra kas geliştirmeye yönelik bireylerin davranış ve tutumlarını da değerlendirmektedir. Önceki çalışmalarda kaslı olmaya yönelik tutkunun erkeklerde daha yaygın olduğu bildirilse de, yakın dönemde bazı çalışmalarda kadınların da benzer motivasyonu gösterdiği belirtilmiştir (McCreary ve Sasse, 2000).

Ölçek 6'lı Likert tipinde, toplamda 15 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınan puanlar artıkça kaslı bir vücutta sahip olma isteği de artmaktadır. Madde havuzu spor salonunda ağırlık çalışan bireylerden ve farklı dergilerde kilo kontrolü ve kas geliştirme üzerine çıkan makalelerden yola çıkarak oluşturulmuştur. Erkek örnekleminde, kaslılık yönelimli beden algısı ve kaslılık yönelimli davranışlar olmak üzere iki boyut üzerinden değerlendirme yapılabileceği belirtilmektedir. Kadınlarda ise tek boyut üzerinden değerlendirme yapılması önerilmektedir. Erkeklerde, Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .85 ile .91 arasında değişmektedir. Kadınlarda ise Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .80 ve üzeri olarak belirtilmiştir. Cafri and Thompson (2004) ise yedi ile on gün arasında yapılan test-tekrar test güvenilirliğini erkeklerde ölçeğin tamamı için .93 olarak belirtmiştir.

Ölçek Türkçe'ye Selvi ve Bozo (2018) tarafından uyarlanmıştır. Üniversite örnekleminin kullanıldığı çalışmada, erkekler için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .89, kadınlar için .86 olarak bulunmuştur. Ölçek iki faktörden oluşmaktadır. Bunlar kaslılık odaklı egzersiz davranışı (2, 3, 4, 5, 6, 8, 10 ve 12), ek gıda kullanımı ve yeme davranışları (1,7 ,9 ,11, 13, 14, 15. madde) boyutudur. Ölçeğin çalışmada kullanılan formu Ek 7'de sunulmuştur.

7.2.3. Sosyal Beğenilirlik Ölçeği

Sosyal Beğenilirlik Ölçeği, Edwards ve Marlowe Crowne'un "sosyal beğenirlik" kavramı üzerine öne sürdüğü kuramsal temeller doğrultusunda Kozan (1984) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek genel olarak bireylerin toplumsal olarak kabul edilen davranışlara uyumlarına yönelik eğilimlerini değerlendirmektedir. Madde içerikleri bireyin içten bir şekilde itiraf edemediği ama yapmayı arzu ettiği davranışları ve düşünceleri içermektedir. Ölçek toplamda doğru/yanlış şeklinde değerlendirilen 20 maddeden oluşmaktadır. Toplam puan 0-20 arasında değişmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .76, test-tekrar test güvenilirliği ise .91 olarak bulunmuştur. Ölçeğin geçerliği, MMPI alt testleri ile arasındaki ilişkinin karşılaştırılması ile incelenmiştir. Yazar ölçeğin tek faktörlü yapıdan oluştuğunu, ölçekten alınan puanların arttıkça, sosyal beğenirlik arzusunun arttığını belirtmiştir (Kozan, 1983). Ölçeğin çalışmada kullanılan formu Ek 8'de aktarılmıştır.

7.2.4. Erkeklerle Özgü Beden Tutum Ölçeği

Erkeklerle Özgü Beden Tutum Ölçeği (Male Body Attitudes Scale) erkeklerin beden tutumlarını değerlendirmek amacıyla Tylka ve ark. (2005) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 6'lı Likert tipinde, toplamda 15 maddeden oluşmaktadır. Ölçekteki 12 madde erkeklerin kas yapılarına, 8 madde vücut yağ oranına, 2 madde ise boy uzunluğuna yönelik memnuniyetlerini ölçmektedir. Son yedi madde ise kaslılık, zayıflık veya boy dışında erkeklerin beden tutumlarına yönelik düşüncelerini değerlendirmektedir. (Tylka ve ark., 2005). Orijinal ölçeğin tamamının Cronbach Alfa değeri .93'dür. Alt boyutlardan Vücut yağ oranı için Cronbach Alfa .90, Kaslılık için .88, Boy için .88 olarak bulunmuştur (Tylka ve ark., 2005). Ölçek duygu durum yoğunluğu, dışadönüklük, optimizm, iç kontrol odağı, yaşam doyumu, öz saygı ve mutluluk

yoğunluğu ve sıklığı ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Nörotizm, suçluluk, fiziksel ve sosyal anhedoni, umutsuzluk, depresyon ve mutsuzluk ve nötr duygu durum sıklığı ile ters yönlü ilişki gösterdiği belirtilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması tez çalışması kapsamında gerçekleştirilecektir. Ölçek Ek 9'da sunulmuştur.

7.2.5. Yeme Tutum Testi

Ölçeğe ilişkin bilgi Çalışma I'de ölçüm araçları kısmında aktarılmıştır. Ek 3'de sunulmuştur.

7.2.6. Vücut Algısı Ölçeği (VAÖ)

Ölçeğe ilişkin bilgi Çalışma I'de ölçüm araçları kısmında aktarılmıştır. Ek 4'de sunulmuştur.

7.2.7. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Ölçeğe ilişkin bilgi Çalışma I'de ölçüm araçları kısmında aktarılmıştır. Ek 5'de sunulmuştur.

7.3. EÖBTÖ'NÜN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ: İŞLEM

7.3.1. . EÖBTÖ'nün Çeviri Süreci

Ön Çalışma I'de Yöntem başlığının altında ölçeklerin Türkçeden İngilizceye çevirisinde izlenen yollar detaylı olarak aktarılmıştır.

7.3.2. EÖBTÖ'nün Veri Toplama Süreci

EÖBTÖ'nün Türkçe formunun psikometrik özelliklerinin incelenmesi için oluşturulan soru formu gerekli izinler alındıktan sonra Akdeniz Üniversitesi'nin Edebiyat, Eğitim ve Mühendislik Fakülteleri'nde görev yapan öğretim görevlileri ile iletişime geçilerek ders saatlerinde gönüllü olan katılımcılara uygulanmıştır. Sıra etkisinin kontrol edilmesi için üç farklı grup oluşturulmuştur. Uygulamalar grup halinde, sınıf ortamında tek oturumda gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliğinin incelenmesi için de Hukuk ve Tarih bölümlerinde önceden belirlenen iki sınıfta üç

hafta sonra tekrar bir uygulama daha yapılmıştır. İlk ölçüm alınırken katılımcıların bir rumuz belirleyip, bu rumuzu demografik formun üstüne yazmaları istenmiştir. İkinci uygulamada da belirledikleri rumuzları soru formunun üstüne yazmaları istenmiştir. Analiz aşamasında rumuzlar eşleştirilerek işlem yapılmıştır. Toplamda 66 erkeğe ulaşılmıştır. Uygulama grup halinde, tek oturumda gerçekleştirilmiştir.

7.3.3. EÖBTÖ'nün Veri Analizi Süreci

Analizlere başlamadan önce verinin kayıp değer, uç değer ve normal dağılım ölçütlerini karşılayıp karşılamadığı incelenmiştir. EÖBTÖ'de bir katılımcıda birden fazla kayıp değer var ise bu katılımcı veri setinden çıkarılmıştır. Bu ölçüte göre dokuz kişi veri setinden çıkarılmıştır. Bir tane kayıp değer olduğunda ise o değer yerine grubun ortalaması atanmıştır. Sonrasında, tüm ölçüm araçları için z puanları hesaplanmıştır. Örneklem tamamının z puanı $-/+3$ aralığında olduğu tespit edilmiştir. Normal dağılım sayılısının ölçütlerinden basıklık ve çarpıklık değerlerinin de $+/-1.5$ aralığında olduğu görülmüştür. Değişkenlere ait basıklık ve çarpıklık değerleri Tablo 9'da özetlenmiştir. Ayrıca, EÖBTÖ'nün toplam puanı ve alt boyutları için aykırı değerlerin tespit edilmesi için değişkenler arasındaki mahalnobis uzaklığı hesaplanmış ve uç değer tespit edilmemiştir [$X^2(3) = 5.95, p < .001$].

Tablo 9.

EÖBTÖ'nün Uyarılma Çalışmasındaki Değişkenlere Ait Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

	Min	Max	Ort	SS	Çarpıklık	SE	Basıklık	SE
EÖBTÖ_T	24	130	64.95	18.97	.33	.15	-.003	.29
VAÖ_T	40	138	89.52	17.85	-.04	.15	.46	.29
SATAQ_T	15	57	42.06	5.80	-.35	.15	1.38	.29
YTT_T	1	39	13.52	8.48	.10	.19	.63	.37
BS_T	10	34	18.84	4.99	.31	.17	-.22	.33

EÖBTÖ_T: Erkekler Özgülü Beden Tutum Ölçeği Toplam Puanı, VAÖ_T: Beden Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı, SATAQ_T: Görünüme Yönelik Sosyo-kültürel Tutumlar Anketi Toplam Puanı, YTT_T: Yeme Tutum Testi Toplam Puanı, BS_T: Benlik Saygısı Boyutu Toplam Puanı

Veri seti bu ölçütler açısından incelendiğinde normal dağılım varsayımını karşılamaktadır. Sonuç olarak, veri seti geçerlik- güvenirlilik analizlerinin yürütülmesi için gerekli olan normallik sayıltılarını sağlamaktadır.

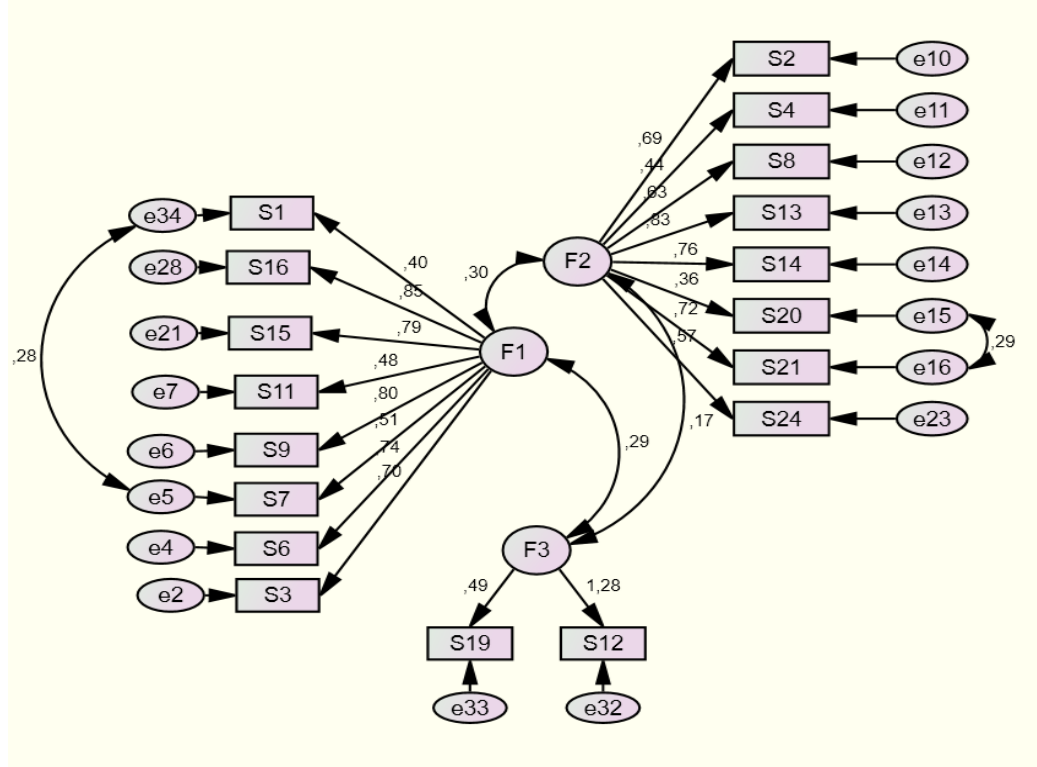
7.4. EÖBTÖ'NÜN GÜVENİRLİK VE GEÇERLİK ANALİZLERİ: BULGULAR

Bu bölümde ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelenmesi için veri tarama süreci, geçerlik ve güvenirlilik değerlerinin hesaplanması için yapılan DFA, Cronbach Alfa kat sayıları ve ilişkili değişkenler arasındaki korelasyon değerleri sırası ile aktarılmıştır. Güvenirlilik değerleri için iç tutarlık katsayıları ve Spearman Brown eşit yarılar güvenirliliği değerleri hesaplanmıştır. EÖBTÖ'nün yapı geçerliğinin incelenmesi için ise AMOS 22 programı aracılığı ile Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. Birleşen geçerliği için korelasyon analizleri yürütülmüştür. Ayrıca, araştırmacı tarafından oluşturulan formdaki sosyo-demografik bilgiler ile EÖBTÖ'den alınan değerleri karşılaştırmak için de Tek Yönlü Varyans Analizi ve Hiyerarşik Regresyon Analizi yürütülmüştür.

7.4.1. EÖBTÖ'nün Faktör Analizi Bulguları

Üç faktörlü ölçeğin yapı geçerliği DFA ile test edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre uyum indeksleri $X^2/Sd= 2.86$, $p < .001$, CFI= .85, IFI= .86, GFI= .85, AGFI= .81 ve RMSEA= .08 olarak bulunmuştur. Modifikasyon indeksleri doğrultusunda 1-17 ($X^2= .52$, $p < .001$), 20-21 ($X^2=.39$, $p < .001$) ve 2-5. ($X^2= .34$, $p < .001$) madde çiftlerinin hata puanları eşleştirilmiştir. Bu işlemler sonucunda uyum indekleri, $X^2/Sd= 2.52$, $p < .001$, CFI= .88, IFI= .88, GFI= .87, AGFI= .83 ve RMSEA= .07 olarak bulunmuştur. Bu değerler, modelin orta düzeyde uyumlu olduğunu göstermektedir. Modelinin geliştirilmesi için modifikasyon önerileri doğrultusunda modeli yordama düzeyi düşük olan ve diğer maddelerin hata puanları arasındaki yüksek ilişki gösteren 5. ve 17. maddenin modelden çıkarılmasına karar verilmiştir. Ayrıca 1. - 7. ($X^2= .28$, $p < .001$) ile 20. - 21. ($X^2= .29$, $p < .001$) maddelerin hata puanları eşleştirilmiştir. Bu işlem sonrasında uyum indekleri $X^2/Sd= 2.40$, $p < .001$, CFI= .91, IFI= .91, GFI= .89, AGFI= .86 ve RMSEA= .07 olarak bulunmuştur. Bu değerler, orijinal ölçekle uyumlu

olarak, üç faktörlü yapıyı desteklemektedir. Oluşturulan model Şekil 3’de sunulmuştur. Tablo 10’da ise maddelerin standardize regresyon katsayıları aktarılmıştır.



Şekil 3. EÖBTÖ'nün Faktör Yapısına İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

F1: Kaslılık alt boyutu, F2: Vücut Yağ Oranı alt boyutu , F3: Boy Alt boyutu

Analiz sonuçlarına göre 1. faktör modelin % 29.76'sını açıklamaktadır. Madde içerikleri erkeklerin vücutlarındaki kas miktarına ve yapısına yönelik tutumlarını değerlendirdiği için orijinal ölçekle tutarlı olarak bu alt boyut “Kaslılık” olarak adlandırılmıştır. Kaslılık alt boyutu sekiz maddeden (3, 16, 15, 11, 9, 7, 6, 1) oluşmakta ve madde yük değerleri .85 ile .40 arasında değişmektedir. İkinci faktör modelin %16.88'ini açıklamaktadır. Toplamda sekiz maddeden oluşmakta (2, 4, 8, 13, 14, 20, 21, 24) ve madde yük değerleri .83 ile .36 arasında değişmektedir. Madde içerikleri erkeklerin vücutlarındaki yağ miktarına yönelik tutumlarını değerlendirdiği için bu alt boyut orijinal ölçekle tutarlı olarak “Vücut Yağ Oranı” olarak adlandırılmıştır. Son olarak üçüncü faktör modelin %8.12'sini açıklamaktadır. Bu alt boyut iki maddeden oluşmakta (12, 19) ve madde yükleri .49 ile 1.28'dir. Bu faktör

erkeklerin boylarına yönelik tutumlarını değerlendirdiği için orijinal ölçekle tutarlı olarak “Boy” olarak adlandırılmıştır.

Tablo 10.

EÖBTÖ'nün Maddelerinin Standardize Regresyon Katsayıları

		r				r	
EÖBTÖ1	<---	F1	.42	EÖBTÖ20	<---	F2	.36
EÖBTÖ6	<---	F1	.75	EÖBTÖ21	<---	F2	.72
EÖBTÖ7	<---	F1	.52	EÖBTÖ15	<---	F1	.78
EÖBTÖ9	<---	F1	.80	EÖBTÖ24	<---	F2	.57
EÖBTÖ11	<---	F1	.49	EÖBTÖ16	<---	F1	.84
EÖBTÖ2	<---	F2	.69	EÖBTÖ12	<---	F3	1.26
EÖBTÖ4	<---	F2	.44	EÖBTÖ19	<---	F3	.50
EÖBTÖ8	<---	F2	.63	EÖBTÖ3	<---	F1	.70
EÖBTÖ13	<---	F2	.83	EÖBTÖ5	<---	F1	.31
EÖBTÖ14	<---	F2	.76	EÖBTÖ17	<---	F1	.23

Ölçeğin alt boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde, ölçeğin toplam puanı ile en yüksek korelasyonu Kaslılık ($r = .81$) alt boyutu göstermektedir. Sonrasında sırasıyla Vücut yağ oranı ($r = .75$) ve Boy ($r = .48$) alt boyutu gelmektedir. Faktörler en yüksek ilişkiyi ölçeğin toplam puanı ile göstermektedir. Bu bulgular doğrultusunda faktörlerin birbirlerinden farklı yapıları ölçtüğü düşünülmektedir.

7.4.2. EÖBTÖ'nün Güvenilirlik Analizleri

Ölçeğin güvenilirlik analizleri kapsamında Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı, Spearman Brown iki yarı test korelasyonu ve test-tekrar test güvenirliliği katsayıları ve madde toplam puan korelasyonları hesaplanmıştır. Orijinal çalışmada Tylka ve ark. (2005), faktör analizinde yer almayan maddeleri (10., 18., 22. ve 23.) ölçeğin güvenilirlik değeri hesaplanırken analize dahil etmişlerdir. Mevcut çalışmada da faktör yapısında yer almayan maddeler çıkarıldığında Cronbach Alfa değerinde önemli bir

değişim olmadığı için analizler 24 madde üzerinden yürütülmüştür. Orijinal ölçeğin tamamının Cronbach Alfa değeri .93'dür. Alt boyutlardan Vücuttaki yağ oranı için Cronbach Alfa .90, Kaslılık için .88, Boy için .88 olarak bulunmuştur (Tylka ve ark., 2005). Bu çalışmada ölçeğin tamamı için Cronbach Alfa değeri .88 olarak bulunmuştur. Alt boyutlar için Cronbach Alfa değerleri ise sırasıyla Kaslılık .86, Vücuttaki Yağ Oranı .84 ve Boy alt boyutu ise .77 ($p < .001$)'dir. Ölçeğin Spearman Brown iki yarı test korelasyon katsayısı ise .85 ($p < .001$)'dir. Ölçeğe ait madde toplam puan korelasyon katsayıları Tablo 11'de aktarılmıştır.

Son olarak, dört hafta ara ile 66 erkekte oluşan örneklem üzerinde yapılan ölçümde, test-tekrar test güvenilirliği .88 ($p < .001$) olarak bulunmuştur. Alt boyutların test-tekrar test güvenilirliği sırası ile Kaslılık için .71 ($p < .001$), Vücut yağ oranı için .79 ve Boy için .61 ($p < .001$) olarak bulunmuştur.

Tablo 11.

EÖBTÖ'nün Madde Puan Ortalaması ve Standart Sapmaları ile Madde Toplam Puan Korelasyonları

	<i>Ort</i>	<i>SS</i>	Madde Toplam Korelasyon (r)		<i>Ort</i>	<i>SS</i>	Madde Toplam Korelasyon (r)
M1	2.6	1.3	.43	M13	2.2	1.4	.58
M2	2.9	1.8	.48	M14	2.5	1.6	.52
M3	3.9	1.7	.55	M15	3.0	1.6	.59
*M4	3.8	1.6	.35	M16	3.2	1.7	.56
M5	2.9	1.6	.35	*M17	3.5	1.5	.29
M6	3.1	1.7	.48	*M18	3.2	1.4	.45
M7	2.0	1.3	.41	*M19	2.9	1.6	.30
M8	2.4	1.5	.58	M20	2.2	1.5	.29
M9	3.5	1.7	.56	M21	2.1	1.4	.45
M10	2.1	1.3	.64	M22	1.7	1.1	.57
M11	2.4	1.5	.41	M23	1.9	1.2	.59
M12	3.2	1.8	.41	M24	1.9	1.3	.38

* Ters kodlanan maddeler

7.4.3. EÖBTÖ'nün Birleşen Geçerliği

Türkçe alanyazında erkeklerin beden yapılarına yönelik tutumlarını değerlendiren özgün bir ölçüm aracı olmadığı için EÖBTÖ'nün birleşen geçerliği ilişkili yapılar üzerinden incelenmiştir. Bu doğrultuda, ilgili alan yazın taramasında erkeklerin kadınlardan farklı olarak vücutlarındaki kas miktarı ve bu kaslı yapının dağılımı üzerinden sosyal baskıya maruz kaldıkları ileri sürülmektedir (Andersen ve ark., 2000; Baghurst, Hollander, Nardella ve Half, 2006). Araştırmalarda erkeklerin kadınlarla benzer olarak, toplum tarafından dayatılan vücut normlarından uzaklaştıkça, beden memnuniyetsizliklerinin arttığı ve yeme tutumlarının bozulduğu bildirilmiştir (Tylka ve ark., 2005; Lamanna, Grieve, Derryberry, Hakman ve McClure, 2010).

Kadınlara benzer olarak, erkeklerin de ideal beden yapısına ulaşamadıkça yeme bozukluğu gelişme riskinin arttığı tekrarlı çalışmalarda desteklenmiştir (Duggan ve McCreary, 2008). Bunlara ek olarak, benlik saygısının da beden memnuniyetsizliğinden etkilenebileceği düşünülmektedir. Erkeklerin bedenlerine yönelik memnuniyetsizliklerinin arttıkça benlik saygılarının azaldığını destekleyen bulgular bulunmaktadır (McCreary ve Sasse, 2000; Tylka ve ark., 2005; Lamanna, Grieve, Derryberry, Hakman ve McClure, 2010). Bu bilgiler ışığında mevcut çalışmada ölçeğin birleşen geçerliğinin incelenmesi için erkeklerin beden tutumları ile ilişkili olduğu düşünülen yeme tutumu, beden algısı, benlik saygısı ve sosyal görünüşe yönelik kaygı değişkenleri ile EÖBTÖ'den alınan puanlar arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Değişkenler arasındaki korelasyon değerleri Tablo 12'de sunulmuştur.

Tablo 12.

EÖBDÖ'nün Alt Boyutları ile Vücut Algısı Ölçeği, Yeme Tutum Testi, Benlik Saygısı Ölçeği, Kaslı Olma İsteği, Sosyal Beğenirlik Ölçeği Puanları Arasındaki Korelasyon Katsayıları

	EÖBTÖ_T	Kaslılık	Yağ	Boy	VAÖ_T	YTT_T	BS_T	SGO_T
EÖBTÖ_T	1							
Kaslılık	.81**	1						
Yağ	.75**	.29**	1					
Boy	.48**	.25**	.26**	1				
VAÖ_T	.33**	.25**	.21**	.21**	1			
YTT_T	.18*	.17*	.12	.08	-.06	1		
BS_T	.21**	.14*	.15*	.04	.38**	.19*	1	
KOİ_T	.42**	.55**	.12	.07	.09	.43**	.28**	
SBÖ_T	.00	.04	-.03	-.05	-.07	-.05	-.06	1

Not: * $p < .05$, ** $p < .001$. EÖBTÖ: Erkeklerle Özgü Beden Tutum Ölçeği Toplam Puanı (Kaslılık, Vücut Yağ Oranı, Boy alt boyutları), VAÖ_T: Vücut Algısı Ölçeği Toplam Puanı, YTT_T: Yeme Tutum Testi Toplam Puanı, BS_T: Benlik Saygısı Ölçeği Toplam Puanı, KOİ_T: Kaslı Olma İsteği Ölçeği Toplam Puanı, SBÖ_T: Sosyal Beğenirlik Ölçeği Toplam Puanı

Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre EÖBTÖ'den alınan toplam puan ile VAÖ ($r = .33$, $p < .001$), YTT ($r = .18$, $p < .001$), BS ($r = .21$, $p < .001$) ve KOİ ($r = .42$, $p < .001$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Diğer bir ifade ile erkeklerin beden yapılarına yönelik olumsuz tutumları arttıkça beden memnuniyetsizlikleri, yeme tutumlarındaki bozulmalar, zayıf ve kaslı görünmeye yönelik tutum ve kaslı olmaya yönelik istekleri artmaktadır. İkinci olarak yeme tutumlarındaki bozulmalar, Kaslılık boyutu ile ilişkiliyken ($r = .17$, $p < .001$), vücut yağ oranı ve boy boyutları ile ilişkili bulunmamıştır. Bu farklılığın erkeklerin beden algıları açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Önceki bölümlerde ideal erkek bedeni algısında kas yapısının önemli bir faktör olduğu tartışılmıştır. Bu bilgiler ışığında, erkeklerde kadınlardan farklı olarak vücuttaki fazla kilo yerine kaslı bir bedene sahip olma arzusunun yeme tutumlarındaki bozulmalar için daha ayırt edici bir faktör olduğu düşünülebilir.

7.5. EÖBTÖ'NÜN GÜVENİRLİK VE GEÇERLİK ANALİZLERİ: SONUÇ

Bu çalışmada Tylka ve ark. (2005) tarafından erkeklere özgü olarak beden tutumunu değerlendirmek için geliştirilen Erkeklere Özgü Beden Tutum Ölçeği (Male Body Attitue Scale)'nin Türkçe formunun geçerlik - güvenirlik analizi bulguları özetlenmiştir. Türkçe formun iç geçerlik katsayıları, ölçeğin tamamı için .88, Kaslılık, Vücut yağ oranı ve Boy alt boyutları için sırasıyla .86, .84 ve .77 olarak bulunmuştur. Yapı geçerliğini test etmek için yürütülen analiz sonuçlarında da ölçeğin Türkçe formunun orijinal ölçek ile tutarlı olarak üç faktörlü yapıyı desteklediği ve uyum indekslerinin kabul edilir sınırlarda olduğu bulunmuştur. Türkçe formun birleşen geçerliğinin incelenmesi için EÖBTÖ'den alınan puanlar, yeme tutumu, kaslı olma arzusu, benlik saygısı ve beden memnuniyetsizliği değişkenleri ile arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Analiz sonuçlarına göre erkeklerin bedenlerine yönelik olumsuz tutumları arttıkça yeme tutumlarındaki bozulmalar artmakta, benlik saygıları düşmektedir. Bulgular alan yazın ile tutarlılık göstermektedir (O'Dea ve Abraham, 2000; Cohane ve Pope, 2001). Benzer şekilde erkeklerin kaslı ve düşük yağ oranına sahip olma arzusunun (Cohane ve Pope, 2001; Duggan ve McCreary, 2008) beden memnuniyetsizliği ve yeme bozukluğu gelişme riskini arttırdığı farklı çalışma bulguları ile desteklenmiştir (Furnham, Badmin ve Sneade, 2002; Duggan ve McCreary, 2008). Mevcut çalışmada da erkeklerin kaslı olma arzusu beden memnuniyersizliği ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Sonuçlar beraber değerlendirildiğinde alan yazın ile tutarlılık göstermektedir. Sonuç olarak EÖBTÖ, erkeklerde genç yetişkin örnekleminde yapılacak araştırmalarda kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu düşünülmektedir. İlerleyen çalışmalarda kullanılabilmesi için farklı gelişim dönemlerindeki erkekler (örn. ergenler, yetişkinler, yaşlılar vb.) üzerinde veya özel gruplarda (örn. sporcular, dansçıları vb.) ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelenmesinin alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

8. KADINLIĞA DAİR DÜŞÜNCELER ÖLÇEĞİ- KISA FORMU (KDDÖ-K): GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ

Cinsiyet kavramı sadece biyolojik cinsiyet temelinde hangi kromozom grubuna sahip olduğuyula açıklanamaz. Cinsiyet biyolojik özelliklerin yanı sıra kültürel, sosyal ve toplumsal faktörlerle ilişkili yapıları da barındıran çok boyutlu bir kavramdır (Uluyol, 2016). Mevcut çalışmada sosyo-kültürel faktörlerin ağırlıklı olarak etkisinin olduğu düşünülen toplumsal cinsiyet algısı üzerinde durulacaktır. Bu alanda çalışan araştırmacılardan biri olan Levant (1996), cinsiyetin sosyo-kültürel boyutunu “cinsiyet ideolojisi” kavramı üzerinden tartışmaktadır. Yazar, cinsiyet ideolojisini bireyin hem hissettiği cinsiyet hem de diğer cinsiyete yönelik yaşadığı kültürdeki cinsiyet rollerini içselleştirmesi sonucu sahip olduğu tutum ve davranışlar olarak tanımlamaktadır (Levant, 1996). Farklı çalışmalarda çocukluktan itibaren bireye empoze edilen cinsiyet rolleriyle ilgili normların bireyin üzerinde baskı yaratarak cinsel işlev bozuklukları, depresyon, kaygı gibi psikolojik sıkıntılar yaratabileceği tartışılmaktadır (Nolen-Hoeksema, 2012). Türkçe alan yazın incelendiğinde erkeksilik ideolojisini değerlendiren ölçüm aracına ulaşılmışken (örn. Lease ve ark., 2009), kadınlığa ilişkin görüşlerin değerlendirildiği bir ölçüm aracına yapılan taramada ulaşılamamıştır. Bu nedenle bu bölümde Levant ve ark. (2007) tarafından geleneksel kadın ideolojisini değerlendirmek için geliştirilen Kadınlığa Dair Düşünceler (Feminity İdeology Scale) Ölçeği'nin Türkçe formunun psikometrik özellikleri aktarılmıştır.

8.1. KDDÖ-K'NİN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ: YÖNTEM

Bu bölümde Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği (KDDÖ)'nin Türkçeye uyarlanması aşamasında izlenen yöntem aktarılacaktır.

8.1.1 KDDÖ-K'nin Geçerlik ve Güvenirlik Analizi: Örneklem

Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği'nin Türkçeye uyarlama çalışması kapsamında Akdeniz Üniversitesi'nin Psikoloji, Sosyoloji, Hukuk, Felsefe, Türkçe ve Sosyal Bilimler Eğitimi ile Tarih bölümünde 2017- 2018 eğitim öğretim yılında öğrenim gören 644 kadın ve erkekten veri toplanmıştır. Çalışmanın dışlama ölçütleri gereği

ölçek formunun %5'inden fazlasını doldurmayan 18 kişi veri setinden çıkarılmıştır. Ayrıca, medeni durumu evli olan 10 kadın ve 2 erkek katılımcı örneklemin homojenliğini bozmaması açısından veri setinden çıkarılmıştır. Bu işlemler sonrasında örneklem 373 kadın ve 231 erkek üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Kadınların yaş ortalaması 20.17 ($SS = 3.03$), erkeklerin yaş ortalaması ise 20.35 ($SS = 1.96$)'dir.

Katılımcıların ailelerinin ortalama gelir düzeyi incelendiğinde % 7.5'i ($N=45$) alt; % 60.7'si ($N= 364$) orta, %16.3'ü ($N= 98$) üst-orta, %2'si ($N=12$) üst sosyo-ekonomik düzeydedir. Katılımcıların %74.2'si ($N= 445$) anne-babasının birarada olduğunu, %6.5'i ($N=39$) anne-babasının boşandığını, %3.2'si ($N=19$) anne-babasının ayrı yaşadığını belirtmiştir. Ayrıca, %3'ü ($N= 18$) babasını, %1.2'si ($N=7$) de annesini kaybetmiştir.

Katılımcılar sahip oldukları kardeş sayısı açısından incelendiğinde % 3.7'si ($N=22$) tek çocuk, % 33'ü ($N=198$) bir, % 27.2'si ($N=163$) iki, % 11.7'si ($N=70$) üç, % 3.5'i ($N=21$) dört, % 1'i ($N=6$) beş, % 6.6'sı ($N=39$) altı ve üzeri kardeşe sahip olduklarını belirtmiştir. Kilo ve beden algısı üzerine sorulan sorulardan "İdeal kiloda olduğunuzu düşünüyor musunuz?" sorusuna %30.7'si ($N=184$) "Evet", %57'si ($N=342$) "Hayır" cevabını vermiştir. Katılımcıların %32.8'i ($N= 197$) daha önce en az bir kere rejim yaptığını, % 53.3'ü ($N=320$) ise hiç rejim yapmadığını belirtmiştir. Örnekleme ilgili diğer sosyo-demografik özellikler Tablo 13'de sunulmuştur.

Tablo 13.

KDDÖ'nün Geçerlik Çalışmasının Örnekleminin Sosyo-Demografik Özellikleri

Değişken	Sıklık	(%)
Bölüm		
Hukuk	105	17.5
Psikoloji	251	42
Sosyoloji	29	4.9
Tarih	134	22.3
En Uzun Süreyle Yaşanılan Yer		
İl	423	70.5
İlçe	8	13.7
Kasaba	2	0.3
Yurtdışı	9	1.5
Kimlerle Yaşanıyor		
Anne-baba	130	21.7
Arkadaş	98	16.3
Yurt	251	41.8
Yalnız	31	5.2
Diğer	16	2.7
Anne eğitim seviyesi		
Eğitimi yok	48	8
Okur-yazar	8	1.3
İlkokul	215	35.8
Ortaokul	76	12.7
Lise	120	20
Lisans	54	9
YL ve üstü	7	1.1
Baba eğitim seviyesi		
Eğitimi yok	13	2.2
Okur-yazar	4	0.7
İlkokul	161	26.8
Ortaokul	84	14
Lise	127	21.2
Lisans	97	16.2
YL ve üstü	27	2.8

8.2. KDDÖ-K'NİN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ: VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

8.2.1. Demografik Bilgi Formu-III

Katılımcılara ait yaş, cinsiyet, boy, kilo, anne-baba eğitim seviyesi, gelir durumu gibi sosyo-demografik bilgilere ulaşılması için araştırmacı tarafından Demografik Bilgi Formu-III oluşturulmuştur. Çalışmada kullanılan form Ek 10'da sunulmuştur.

8.2.2. Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği

Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği, Lehman (2000) tarafından kişilerin geleneksel kadın rollerini onaylama düzeylerini değerlendirmek için geliştirilmiştir. Bu amaçla ilk olarak, üniversite öğrencilerinden geleneksel kadınlık normları ile ilgili maddeler yazmaları istenmiş ve elde edilen 166 madde üzerinde faktör analizi yürütülerek 45 maddelik beş boyutlu bir yapı elde edilmiştir. Ölçek Hiç katılmıyorum - Tamamen katılıyorum aralığında, 5'li Likert tipindedir. Madde içerikleri genel olarak kadınların toplumda nasıl davranması gerektiğine yönelik inançlar ile kadının fiziksel görüntüsü ve ilgi alanlarıyla ilgili ifadelerden oluşmaktadır. Ölçekten alınan puanlar arttıkça kadınlığa dair geleneksel yargıları onaylama düzeyi artmaktadır (akt. Levant, Richmond, Cook, House ve Aupont, 2007).

Levant ve ark. (2007), Lehman (2000)'nin yaptığı çalışma sonuçlarına göre ölçeğin yüksek güvenilirliğe ve geçerliğe sahip olduğunu fakat bu çalışmanın örneklem sayısının yetersiz olduğunu düşündükleri için çalışmayı tekrarladıklarını belirtmişlerdir. Üniversite öğrencileri ile yapılan bu çalışmada beş faktörlü yapı desteklenmiş ve güvenilirlik değerleri kabul edilir sınırlarda bulunmuştur (Levant ve ark., 2007). Ölçeğin tamamı için Cronbach Alfa değeri .93 olarak bulunmuştur. Ek olarak, kadınlar ve erkekler için ayrı güvenilirlik analizleri yürütülmüştür. Kadınlar için yürütülen analizde, alt boyutlardan ilki kadınlığa dair basmakalıp görüntü ve etkinlikler (Stereotypic Image and Activities)'dir. Bu alt boyut 11 maddeden oluşmakta ve Cronbach Alpha değeri .79'dur. İkinci olarak, Bağıllık/İtaat (Dependency/Deference) boyutu on maddeden oluşmakta ve Cronbach Alpha değeri .76'dır. Üçüncü olarak, Saflık (Purity) alt boyutu dokuz maddeden oluşmakta, Cronbach Alpha değeri .85'dir. İlgi (Caretaking) alt boyutu yedi maddeden oluşmakta ve Cronbach Alpha değeri .80'dir. Bir diğer alt boyut olan Duygusalılık (Emotionality) sekiz maddeden oluşmakta ve Cronbach Alpha değeri .81'dir. Ölçeğin toplamının Cronbach Alpha değeri ise .92'dir. Erkek örnekleminde yürütülen analizlerde basmakalıp görüntü ve etkinlikler boyutunun Cronbach Alpha değeri .84, Bağımlılık/İtaat alt boyutu .85, Saflık alt boyutu .84, İlgi alt boyutu .72, Duygusalılık alt boyutu .79 olarak bulunmuştur (Levant ve ark., 2007). Erkek örnekleminde ölçeğin toplam Cronbach Alpha değeri ise .93'dür (Levant ve ark., 2007).

Ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelenmesi için veri toplama aşamasına geçilmiştir. Bu süreçte ölçeği geliştiren yazarlar farklı çalışmalarda KDDÖ'nün iç geçerliğinin desteklendiğini (Cronbach Alfa değerinin .70 üzeri) fakat yapı geçerliğiyle ilgili tutarsız sonuçların olduğunu belirtmiştir (örn. Levant ve ark., 2007; Richmond, Levant, Smalley ve Cook, 2015). Bu nedenle, Levant, Alto, McKelvey, Richmond ve McDermott (2017), KDDÖ'nün yapı geçerliği konusundaki tutarsızlığı gidermek için 45 madde üzerinde AFA ve İki Etkenli Model Analizi'ni (Bifactor Analyses) yürüterek ölçeğin faktör yapısını tekrardan test etmişlerdir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre 12 maddeden oluşan üç faktörlü yapının ölçeği daha iyi temsil ettiği belirtilmiştir. Buna göre birinci faktör olan Bağlılık/İtaat dört maddeden (9, 10, 11, 13) oluşmakta ve madde yükleri .26 ile .63 arasında değişmektedir. İkinci alt boyut Saflık (15, 25, 26, 30) dört maddeden oluşmakta ve madde yükleri .29 ile .71 arasında değişmektedir. Üçüncü alt boyut uzun formdan farklı olarak Duygusallık ve Basmakalıp görüntü ve etkinlikler alt boyutunun maddelerinden oluştuğu için bu iki faktör birleştirilerek Duygusallık/Geleneksel roller olarak yeniden adlandırılmıştır. Bu faktör dört maddeden (36, 37, 39, 40) oluşmakta ve madde yükleri .64 ile .78 arasında değişmektedir. Alt boyutların varyansları çoktan aza doğru sıralandığında 1. Faktör %78, 2. Faktör %42, 3. Faktör %40 oranında modeli açıklamaktadır.

Mevcut çalışmada hem daha güvenilir bir ölçüm aracı elde etmek hem de 12 maddelik kısa formun alanda kullanım kolaylığı sağlayacağı düşünüldüğü için Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği Kısa Formu (KDDÖ-K)'nin Türk kültüründeki psikometrik özellikleri incelenmiştir. Ölçek Ek 11'de sunulmuştur.

8.2.3. Bem Cinsiyet Rolü Envanteri

Bem Cinsiyet Rolü Envanteri, Bem (1974) tarafından stereotipik cinsiyet davranışlarını değerlendirmek için geliştirilmiştir. Ölçeğin orijinali 20 kadınsılık (K), 20 erkeksilik (E) ve 20 sosyal beğenirlikle ilgili ifadelerden oluşmaktadır. Cevaplar 1. Hiç uygun değil ile 7. Tamamen uygun aralığında derecelendirilmektedir. Ölçekten alınan puanların medyanlarına göre bireyler kadınsı, erkeksi, androjen ve belirsiz cinsiyet rollerine sahip olarak gruplandırılmaktadır.

Ölçek ilk olarak Türkçeye Kavuncu (1987) tarafından uyarlanmıştır (akt. Dökmen, 1999). Sonrasında ölçeğin psikometrik özellikleri Dökmen (1999) tarafından tekrardan incelenmiştir. Bu çalışmada Türk popülasyonu için 20 kadınsılık, 20 erkeksilik olmak üzere iki faktörlü yapı elde edilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları Kadınsılık için .73, Erkeksilik için .75 olarak bulunmuştur (Dökmen, 1999). Ölçeğin uyarlanmasının üzerinden zaman geçmesinden dolayı yakın dönemli bir çalışmada ölçeğin psikometrik özellikleri yeniden gözden geçirilmiştir (Özkan ve Lajunen, 2005). Çalışma sonuçlarına göre ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı tüm ölçek için .84'dür. Alt boyutların Cronbach Alfa değeri kadınsılık için .80, erkeksilik için .83 olarak bulunmuştur. Çalışmada kullanılan form Ek 12'de aktarılmıştır.

8.2.4. Erkeklik Rol Normları (Male Role Norms Scale)

Thompson ve Pleck (1986) tarafından geliştirilen ölçek erkeklerin saygınlık kazanmak ve sürdürmek için erkek normlarına olan bağlılığını değerlendirmek için geliştirilmiştir. Ölçek Türkçeye Lease, Çiftçi, Demir ve Boyraz (2009) tarafından uyarlanmıştır. Erkeklik Rol Normları, "Statü" alt boyutu saygınlıklarını kazanmak ve sürdürmek için erkek rollerini kullanmakla ilgili 11 maddeden oluşmaktadır. Kadınsılık karşıtı alt boyutu ise her türlü basmakalıp kadınsı hareketten uzak durmakla ilgili yedi maddeyi içermektedir. Son olarak, Sertlik alt boyutu, duygusal görünmek ve kendisi ve diğerlerinin gözünde fiziksel olarak sert görünmekle ilgili endişeleri içeren sekiz maddeden oluşmaktadır. Katılımcılar 1 (Kesinlikle Katılmıyorum) ile 7 (Tamamen Katılıyorum) arasındaki Likert ölçek üzerinden 26 maddeyi değerlendirmektedir. Ölçekten alınan puanlar yükseldikçe erkeklik rol normlarını içselleştirme ve onaylama davranışları artmaktadır. Orijinal ölçeğin alt boyutlarının Cronbach Alpha değerleri .74 ile .81 arasında değişmektedir. Üniversite popülasyonunda yapılan uyarlama çalışmasının sonuçlarına göre, ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik değerlerinin kabul edilirden aralıklarda olduğu bulunmuştur. Bulgulara göre ölçeğin toplam Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .81'dir. Alt boyutlarının Cronbach Alfa değerleri ise .73 ile .81 arasında değişmektedir. Çalışmada kullanılan form Ek 13'de aktarılmıştır.

8.2.5. Görünüme Yönelik Sosyo-Kültürel Tutumlar Ölçeği (SATAQ-4R)

SATAQ-4R kadınların zayıf veya kaslı görünmekle ilgili içselleştirdikleri düşünceleri değerlendirmek için Schaefer, Harriger ve ark. (2015) tarafından geliştirilen ölçeğin yeniden gözden geçirilmiş versiyonudur. Ölçek 5'li Likert tipinde toplam 31 maddeden oluşmaktadır. Ölçek yedi alt boyuttan oluşmaktadır: Zayıf/Düşük Yağ Oranı, İçselleştirme: Kaslılık, İçselleştirme: Genel Çekicilik, Baskı: Akran, Baskı: Aile; Baskı: Önemli Diğerleri; Baskı: Medya olmak üzere yedi alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin toplam Cronbach Alfa katsayısı .92'dir. Ölçeğin alt boyutlarının Cronbach Alfa katsayısı ise .84 ile .96 arasında değişmektedir. Ölçek Türkçeye Cihan, Bozo, Schaefer ve Thompson (2016) tarafından uyarlanmıştır. Ölçek orijinalinden farklı olarak yazarlar Türkçe uyarlamasında altı faktörlü yapının veriye daha iyi uyum sağladığını belirtmiştir. Türk kültüründe Baskı: akranlar ile Baskı: Önemli diğeri alt boyutları tek boyut altında toplanmıştır. Alt boyutların Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları .84 ve üstü bulunmuştur. Yazarlar SATAQ-4R'ın genç yetişkin örneklemindeki kadınlarda medya, aile, akranlar ve önemli diğerleri tarafından zayıflık veya kaslı görünüme yönelik baskıyla ilgili algıyı değerlendirmek için geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu belirtmektedir. Mevcut çalışmada KDDÖ-K'nin birleşen geçerliğinin test edilmesi için İçselleştirme: Kaslılık, Zayıf/ Düşük Yağ Oranı alt boyutu kullanılmıştır. Çalışmada kullanılan form Ek 14'de aktarılmıştır.

8.3. KDDÖ-K'NİN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ: İŞLEM

8.3.1. KDDÖ-K'nin Geçerlik Ve Güvenirlik Analizi: Çeviri Süreci

Ön Çalışma I'de Çevirici Süreci başlığı altında ölçeklerin Türkçeden İngilizceye çevirisinde izlenen yollar detaylı olarak aktarıldığı için bu bölümde tekrardan çeviri sürecine dair bilgilere yer verilmemiştir.

8.3.2. KDDÖ-K'nin Geçerlik Ve Güvenirlik Analizi: Veri Toplama Süreci

Diğer çalışmalarla benzer olarak Akdeniz Üniversitesi'ne bağlı ilgili dekanlıklardan izinler alındıktan sonra belirlenen fakültelerdeki öğretim görevlileri ile iletişime geçilerek, uygulamanın yapılması için uygun ders saatleri belirlenmiştir. Belirlenen saatlerde sınıflara gidilerek araştırma hakkında öğrencilere bilgilendirme yapılmış ve gönüllü olan katılımcılara ölçüm araçları verilmiştir. Sıra etkisinin kontrol edilmesi

için, ölçüm araçlarının sıraları değiştirilerek dört farklı grup oluşturulmuştur. Uygulamalar grup halinde, sınıf ortamında tek oturumda gerçekleştirilmiştir.

Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliğinin incelenmesi için veri toplama sürecinde Psikoloji ve Tarih bölümünde önceden belirlenen iki sınıfta ilk ölçüm alınırken katılımcıların bir rumuz belirlemeleri ve bu rumuzu demografik formun üstüne yazmaları istenmiştir. Dört hafta sonra bu sınıflara tekrardan gidilerek, soru formu, sınıf ortamında tek oturumda uygulanmıştır. Toplamda 59 erkek ve 93 kadın katılımcıya ulaşılmıştır.

8.3.3. KDDÖ-K'nin Geçerlik ve Güvenirlik Analizi: Doğrusallık Sayıtlarının İncelenmesi

Çalışma I'de İşlem kısmında aktarılan kriterler doğrultusunda analiz öncesi verinin kayıp değer, uç değer ve normal dağılım ölçütlerini karşılayıp karşılamadığı incelenmiştir. Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği (KDDÖ)'nde bir katılımcıda birden fazla kayıp değer var ise bu katılımcı veri setinden çıkarılmıştır. Bir kayıp değer olduğunda ise o değer yerine grubun ortalaması atanmıştır. Diğer değişkenler için de toplamda %5'den fazla kayıp değere sahip olma dışlama ölçütü olarak kabul edilmiştir. İkinci olarak maddelerin z puanları hesaplanmış ve uç değer olarak görülen on sekiz verinin puanlarının 1 ile 5 arasında olduğu, hatalı bir girişin olmadığı tespit edilmiştir. Bu nedenle katılımcılar veri setinden çıkarılmamıştır. Sonuç olarak, veri seti geçerlik-güvenirlik analizlerinin yürütülmesi için gerekli ölçütleri karşılamaktadır.

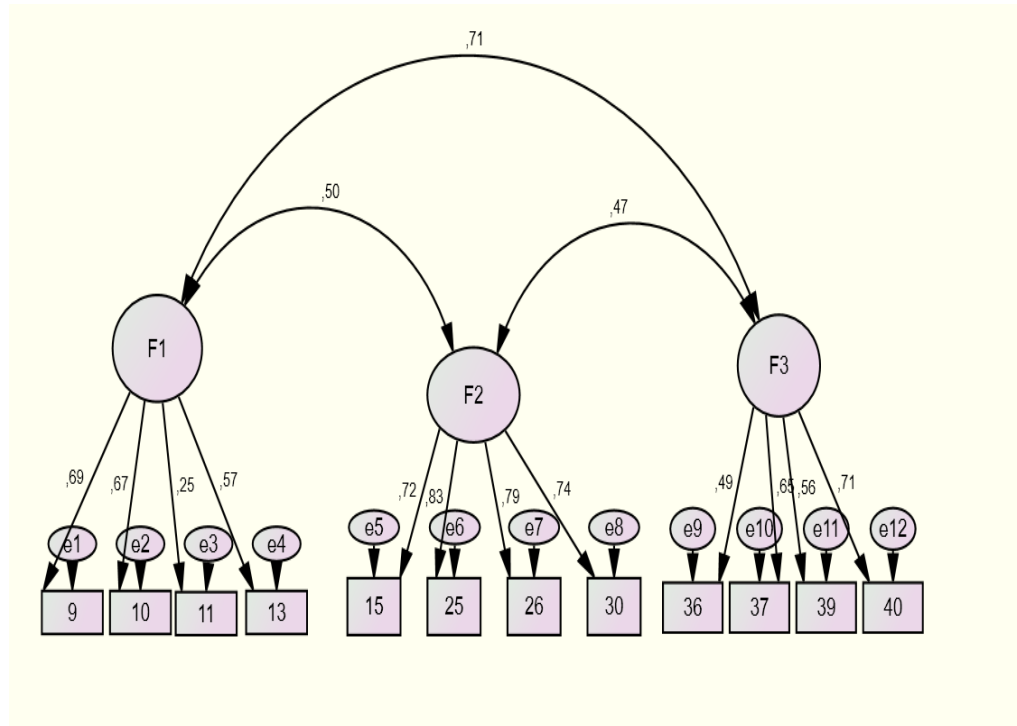
8.3.4. KDDÖ-K'nin Geçerlik Ve Güvenirlik Analizi: Veri Analizi Süreci

KDDÖ-K'nin yapı geçerliğinin incelenmesi için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. Birleşen geçerliği için ilişkili değişkenlerle arasındaki ilişkinin incelenmesi için Pearson korelasyon analizleri yürütülmüştür. Güvenirlik değerleri için iç tutarlık katsayıları ve Spearman Brown iki yarı test güvenilirliği hesaplanmıştır. Ayrıca, sosyo-demografik değişkenlerle KDDÖ-K'dan alınan değerleri karşılaştırmak için de *t* testi, Tek Yönlü Varyans Analizleri ve Pearson korelasyon analizleri yürütülmüştür.

8.4. KDDÖ-K'NİN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ: BULGULAR

8.4.1. Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği Kısa Formu (KDDÖ-K)'nin Faktör Analizi Bulguları

KDDÖ-K'nın Türkçe formunun yapı geçerliğinin toplanan veri üzerindeki uygunluğunun incelenmesi için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yürütülmüştür. Yapılan analiz sonucunda modelin uyum indeksleri, $X^2/Sd= 2.32$, $p < .001$, CFI= .97, IFI= .97, GFI= .97, AGFI= .95, NFI= .95, RMSEA= .05 olarak bulunmuştur. Sonuç olarak, model anlamlı olup, veri ile mükemmel düzeyde uyum göstermektedir. Elde edilen model ve modele ilişkin standardize değerler Şekil 4'de sunulmuştur.



Şekil 4. KDDÖ-K'nın faktör yapısına ilişkin yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçları

F1:Bağlılık/İtaat, F2:Safalık, F3: Duygusallık/Geleneksel roller

Analiz sonuçlarına göre Bağlılık/İtaat (9, 10, 11, 13) boyutu modelin % 34.37'sini açıklamakta, madde yükleri .25 ile .69 arasında değişmektedir. İkinci alt boyut Safalık (15, 25, 26, 30) modelin % 13.70'ini açıklamakta, madde yükleri .72 ile .83 arasında

değişmektedir. Üçüncü alt boyut olan Duygusal/Geleneksel roller (36, 37, 39, 40) modelin % 8.38'ini açıklamakta, madde yükleri de .64 ile .78 arasında değişmektedir. Bulgular orijinal çalışma ile tutarlılık göstermektedir.

8.5. KADINLIĞA DAİR DÜŞÜNCELER ÖLÇEĞİ KISA FORMU (KDDÖ-K)'NUN BİRLEŞEN GEÇERLİĞİ

KDDÖ-K'nın birleşen geçerliğini değerlendirmek için ölçeğin ölçtüğü yapılarla ilişkili olan değişkenlerle arasındaki korelasyonlara bakılmıştır. İlk olarak KDDÖ-K ile alt boyutları arasındaki ilişki kadın ve erkek grubunda ayrı olarak incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre KDDÖ-K ve alt boyutları arasındaki ilişki katsayısı .29 ile .81 arasında değişmektedir. Bütün alt boyutlar en yüksek ilişkiyi KDDÖ-K ile göstermektedir. Dolayısıyla, her bir alt boyutun genel yapının farklı bir boyutunu ölçtüğü söylenebilir. Analiz bulguları Tablo 14'de aktarılmıştır.

Tablo 14.

Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği Kısa Formu'nun Toplam Puanı ile Bağlılık, Saflık ve Duygusal/Geleneksel roller Alt Boyutları Arasındaki İlişki Katsayısı

		1.	2	3	4
Erkek	1.KDDÖ-K	1	.53**	.80**	.59**
Kadın	2. Bağlılık/İtaat	.66**	1	.36**	.35**
	3.Saflık	.81**	.38**	1	.29**
	4.Duygusal/Geleneksel roller	.72**	.52**	.46**	1

*Tablonun üstündeki değerler kadınlarda, altındakiler ise erkeklerde yürütülen analiz bulgularıdır.

İkinci olarak, KDDÖ-K'nın birleşen geçerliğinin incelenmesi için Bem Cinsiyet Rolü Envanteri (BCRE), Erkek Rol Normları (ERN) ve Görünüme Yönelik Sosyo-Kültürel Tutumlar Ölçeği'nin İçselleştirilen Kaslılık, Zayıflık, Çekicilik alt boyutu ile arasındaki ilişkiye bakılmıştır. İlgili alan yazında, BCRE ile KDDÖ'nün farklı yapıları ölçtüğü tartışılmaktadır (Levant ve ark., 2007; Richmond, Levant, Smalley ve Cook, 2015). Yazarlar BCRE'nin toplumsal cinsiyet rolleri ile ilişkili olarak kadına özgü kişilik özelliklerini değerlendirdiğini belirtmektedir. Bu bağlamda, BCRE biyolojik

cinsiyet kavramı üzerinden kişilik özelliklerini incelerken, KDDÖ toplumsal cinsiyet normları çerçevesinde bir kadının nasıl görünmesi, davranması, düşünmesi, hissetmesi gerektiğine yönelik algıları değerlendirdiği düşünülmektedir. Bu nedenle, BCR ile KDDÖ arasında ilişki beklenmemektedir (Levant ve ark., 2007). İkinci olarak, KDDÖ ile ERN ölçeği cinsiyet ideolojisini ölçtükleri için bu iki kavramın birbiri ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Levant ve ark., 2007). Son olarak, kadınlarda geleneksel cinsiyet normlarına bağlılık arttıkça, kadın bedenine yönelik beklentileri içselleştirme oranının da artacağı düşünülmektedir (Miller ve Pumariage, 2001; Hawkins ve ark., 2004). Analiz bulguları Tablo 15’de özetlenmiştir.

Tablo 15.

KDDÖ-K ile İlişkili Yapılar Arasındaki Korelasyon Değerleri

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Erkek Kadın	1.KDDÖ-K_T	1	.66**	.81**	.72**	.57**	.52**	.39**	.43**	.11	.18*	.20**
	2.Bağlilik_T	.53**	1	.38**	.52**	.35**	.30**	.20**	.39**	.07	.06	.03
	3.Saflık_T	.80**	.36**	1	.46**	.42**	.38**	.27**	.39**	.08	.27**	.11
	4.DuyguGele_T	.59**	.35**	.29**	1	.39**	.36**	.26**	.37**	.06	.14	.29**
	5.ER_T	.69**	.35**	.50**	.37**	1	.85**	.86**	.75**	.23**	.04	.40**
	6.Statu	.59**	.33**	.40**	.34**	.90**	1	.58**	.48**	.19*	.13	.37**
	7.Sertlik	.56**	.28**	.38**	.31**	.91**	.73**	1	.52**	.17*	.01	.28**
	8.Kadkarsit	.62**	.28**	.53**	.28**	.81**	.56**	.69**	1	.14	.01	.28**
	9.SATAQ_T	.18**	.11*	.03	.21**	.21**	.22**	.22**	.14*	1	.02	.12
	10.BCR_K	.09	.01	.06	-.01	.01	.10	-.02	.004	.1	1	.20*
	11.BCR_E	.08	.03	.10	-.01	.21**	.23**	.23**	.11	.02	.12	1

* $p < .05$, ** $p < .001$. KDDÖ-K_T: KDDÖ-K formu toplam puan, Bağlilik_T: Bağlilik toplam puanı, Saflık_T: Saflık toplam puanı,

DuyguGele_T: Duygusal/Geleneksel roller toplam puanı, ER_T: Erkeklik Rol Normları Toplam Puan (Statü, Sertlik, Kadınsılık karşıtı alt boyutları), SATAQ_T: İçselleştirilen kaslılık-zayıflık, çekicilik alt boyutu toplam puanı; BCR_K: Bem Cinsiyet Rolü Envanteri_Kadınsılık, BCR_E: Bem Cinsiyet Rolü Envanteri_Erkeklik *** Tablonun üstündeki değerler erkeklere, altındakiler ise kadınlara aittir.

Analiz sonuçlarına göre KDDÖ-K, ER_T ile pozitif yönde ilişki göstermektedir. Bu ilişki kadınlar için .69, erkekler için .57 ($p < .001$) olarak bulunmuştur. Ayrıca, KDDÖ-K'nin alt boyutları hem erkeklerde hem de kadınlarda ER_T ile pozitif yönde ilişki göstermektedir. Korelasyon kat sayısı kadınlarda .53 -.80 arasında, erkeklerde ise .35 -.42 arasında değişmektedir ($p < .001$). Orijinal çalışma ile tutarlı olarak, kadınlarda KDDÖ-K ile BCR ölçeği arasında ilişki bulunmamıştır. Erkekler de ise KDDÖ-K ile BCR kadınsılık, erkeksilik alt boyutları ile orta derecede ilişki göstermektedir. Bu farkın görülmesinde erkeklerin kadınlığa dair geleneksel normları yaşayarak deneyimlemedikleri için yaşantıları üzerinden değil, teorik olarak cevap vermelerinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Kadınlar ise kendi yaşam deneyimlerinden yola çıkarak cevaplandıkları için basmakalıp kadın profiline bağlı kalmayarak daha farklı düşünebildikleri belirtilmektedir (Levant ve ark., 2017). Sonuç olarak, analiz bulguları beraber değerlendirildiğinde, KDDÖ-K'nin birleşen geçerliğinin desteklendiği düşünülmektedir.

8.6. KADINLIĞA DAİR DÜŞÜNCELER ÖLÇEĞİ KISA FORMU (KDDÖ-K)'NUN GÜVENİLİRLİK ANALİZİ

Ölçeğin güvenirlik analizleri kapsamında Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı hesaplanmış, Spearman Brown eşit yarılar güvenirliği testi ve test-tekrar test yöntemleri kullanılmıştır. KDDÖ-K formunun Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı ölçeğin tamamı için .81 olarak bulunmuştur. Alt boyutlardan Bağlılık/İtaat .65, Sağlık alt boyutu .84, Duygusallık/Geleneksel Roller ise .66 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Spearman Brown iki yarı test güvenirliği .92 olarak bulunmuştur ($p < .001$). Üç hafta ara ile yapılan test-tekrar güvenirliği ölçeğin tamamı için .89, $p < .001$ olarak bulunmuştur. Alt boyutların test-tekrar güvenirliği sırası ile Bağlılık/İtaat .65, Sağlık .87, Duygusallık/Geleneksel Roller için ise .63 olarak bulunmuştur ($p < .001$). Özetle, KDDÖ-K'nin iç tutarlık değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu söylenebilir. KDDÖ-K Türkçe formunun madde toplam puan korelasyon katsayıları ise Tablo 16'da sunulmuştur.

Tablo 16.

KDDÖ-K Formunun Maddelerinin Madde Puan Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Madde Toplam Puan Korelasyon Değerleri

Madde no	Ort	SS	Madde Toplam Korelasyon	Madde ölçekten çıkarıldığı takdirde Cronbach Alfa değeri
9. Kadının değeri, eşinin başarısıyla ölçülmelidir.	1.32	.73	.44	.80
10. Kadınlar iş yaşamında başarılı olmamalı çünkü erkekler bu tür kadınlarla evlenmek istemeyecektir	1.22	.57	.42	.81
11. Kadın, eşi tarafından cinsel olarak tatmin edilmeyi beklememelidir.	1.82	1.15	.23	.82
13. Kadın, rekabetçi olmamalıdır.	1.51	.84	.43	.80
15. Kadın, evlenene kadar bakire kalmalıdır	2.83	1.57	.62	.79
26. Kadının mastürbasyon yapması kabul edilemez	1.91	1.10	.60	.79
25. Kadın, pornografik dergileri okumamalıdır.	2.35	1.31	.63	.78
30. Kadın, cinsel içerikli şakalar yapmamalıdır.	2.32	1.38	.58	.79
36. Kadınların, duygusallaşmadan, stresle başa çıkmakta zorlanması beklenir.	2.17	1.22	.43	.80
37. Lider rolündeki kadınların ciddiye alınması beklenmez.	1.35	.76	.39	.81
39. Kadınların aşırı duygusal görünmeleri beklenir.	1.99	1.09	.43	.80
40. Bekar bir kadının, evli bir kadına göre eksik olduğu düşünülür.	1.46	.93	.47	.80

8.7. KDDÖ-K'NİN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ANALİZİ: SONUÇ

İlgili alan yazında, cinsiyet kavramını farklı açılardan değerlendiren ölçüm araçları bulunmaktadır. Örneğin, cinsiyetle ilişkili kişilik özelliklerinin (Bem, 1981), cinsiyete özgü ilgilerin (Lippa, 2005), erkeksilik ideolojisinin (Levant ve Fischer, 1998), cinsiyet rollerinin yarattığı stresin (Eisler, 1995) değerlendirildiği ölçüm araçları bulunmaktadır (akt. Levant, Richmond ve Cook, 2007). Mevcut çalışmada ise bu yapılardan farklı olarak Levant ve ark. (2007) tarafından geliştirilen, yaşanan toplumdaki kadın algısını fiziksel görünüş, ilişki kurma biçimi, davranış ve düşünce biçimi gibi farklı boyutlarda değerlendirdiği düşünülen Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği'nin Türkçe formunun psikometrik özelliklerin incelenmesi amaçlanmıştır. Veri

toplama sürecinde Levant ve ark. (2017)'nin ölçeğin geçerliği konusundaki tutarsızlıkları gidermek için faktör yapısı üzerinde revizyon yaparak 12 maddelik kısa formunu yayınladıkları tespit edilmiştir. Alanda kullanım kolaylığı sağlayacağı düşünüldüğü için veri toplama aşaması sonrasında analizlere KDDÖ-K formu üzerinden devam edilmiştir. Analiz bulguları orijinal ölçekle tutarlı olarak üç faktörlü yapıyı desteklemiştir. Ölçeğin toplamının iç geçerlik katsayısı .81, alt boyutların iç geçerlik katsayıları ise .65 ile .84 arasında değişmektedir. KDDÖ-K'nın güvenilirlik değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu düşünülmektedir.

Alt boyutlar arasında en büyük varyansa Bağlılık/İtaat boyutu sahipken, sonrasında sırasıyla Saflık ve Duygusallık/Geleneksel roller alt boyutları gelmektedir. Bu sonuçlara göre geleneksel kadın rollerine bağlılık arttıkça, kadınların üst bir otoriteriye (eş, anne-baba, patron) bağlı olmaları ve bu otorite figürlerinin uygun gördüğü davranışları sergilemesi gerektiği düşünülmektedir. İkinci olarak saf, namuslu kadının cinsellikle ilgilenmemesi, cinsellikten keyif almaması ancak evli ise cinselliği eşi ile yaşaması gerektiği yönünde bir algı olduğu söylenebilir. Bu algının ataerkil sistemin dayattığı normlarla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Ataerkil sistemin geleneklerinin sürdüğü toplumlarda kadınların eğitimsiz, yönlendirilmeye ihtiyacı olan ve evin içinde dışarı ile temas etmeden kendisinden istenenleri yerine getirmesi gerektiği yönünde bir beklenti olduğu ileri sürülmektedir. Örneğin, Leung (2003) derleme çalışmasında ataerkil yapı ile ilişkili olarak ahlaki normların kadınların yaşamları boyunca itaat edecekleri üç yapı yarattığını tartışmaktadır. Yazara göre geleneksel kadın rollerinde; evli olmayan kadınların babalarına ve erkek kardeşlerine, evli olanların eşlerine, dul olanların ise büyük erkek çocuklarına itaat etmeleri beklenmektedir. Ayrıca bu bağlılık uygun görünen davranışları yapmanın yanı sıra cinsel olarak da evlenene kadar ilişki yaşamayarak o erkeğe ait olmayı gerektirmektedir. Evlendikten sonra da eşini kaybetse dahi namuslu/saf kalabilmek için ölene kadar başka ilişkiler yaşamayarak bu erkeğe olan bağlılığını göstermesi beklenmektedir (Leung, 2003). Türkiye'deki sosyo-kültürel yapı incelendiğinde ataerkil sistemin izlerinin olduğu düşünülmektedir (örn., Yavuz, 2015). Mevcut çalışmada, kadınlığa yönelik geleneksel algıda bağlılık, itaat, saflık gibi kavramların ön plana çıkmasının alan yazınla tutarlı olduğu düşünülmektedir. Son olarak, üniversite örnekleminin bir özelliği olarak katılımcıların öğrencilik statüsünde olması, evlilik, iş gibi sosyal değişimlerin getirdiği rollere daha

az maruz kalmalarına yol açıyor olabilir. Buna bağlı olarak da bu gruptaki kadınların, kadınlara yönelik basmakalıp ilgi, tutum ve davranışlara bakış açılarında farklı dinamiklere sahip olabilecekleri düşünölmektedir. İlerleyen çalışmalarda farklı yaş gruplarında yapılacak geçerlik-güvenirlik çalışmaları bu alanda daha fazla bilgi sahibi olmamızı sağlayacaktır.

9. ANA ÇALIŞMA

Tez çalışması kapsamında klinik deneyimler ve görgül araştırmalardan elde edilen bilgiler ışığında yeme tutumlarının bozulmasında risk faktörü olduğu düşünülen beden memnuniyetsizliği, olumlu ve olumsuz duygu düzenleme, kadınlığa ve erkeklığe dair düşüncelere bağlılığın yeme tutumları ile arasındaki ilişkiyi açıklayan kuramsal modelin test edilmesi amaçlanmaktadır.

Bu doğrultuda ilk önce hedeflenen yapıları ölçmek için Türkçe geçerlik-güvenirlilik analizleri yapılmamış olan psiko-sosyal faktörlerle ilişkili olarak gelişen ideal erkek ve kadın beden algısını değerlendiren Erkekler Özgülü Beden Tutum Ölçeği ve Ben Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği ile geleneksel kadın rollerini değerlendiren Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği Türkçeye çevrilmiştir. Yapılan analizler sonrasında ölçüm araçlarının araştırmalarda kullanılması için yeterli geçerlik ve güvenirlik değerlerine sahip olduğu belirlenmiştir.

Bu bölümde ise kadınlar ve erkekler için önerilen kuramsal modeller test edilmiştir. Mevcut çalışmada araştırılan duygu düzenleme süreçleri, beden algısı, kadınlığa ve erkeklığe yönelik düşünceler değişkenlerinin ilgili alan yazın doğrultusunda kadınlarda ve erkeklerde birbiriyle farklı ilişkiler içerisinde olduğu varsayıldığı için kadın ve erkek katılımcılar için kuramsal model ayrı ayrı test edilmiştir.

9.1. YÖNTEM

9.1. 1. Örneklem

Ana çalışmanın yürütülmesi için Akdeniz Üniversitesi'nin farklı bölümlerinden okuyan erkek ve kadın katılımcılardan veri toplanmıştır. Bu aşamada ön çalışmada veri toplanan sınıflardan tekrardan veri toplanmamıştır. Bu bağlamda, 2016-2017 akademik yılının bahar döneminde öğrenim göre 455 erkek ve 482 kadın katılımcıya ulaşılmıştır. Çalışmanın dışlama kriterleri doğrultusunda psikiyatrik bir tanısı olanlar ve halihazırda ilaç kullanan 10 erkek ve 21 kadın klinik örneklem özellikleri taşıdıkları için üniversite popülasyonunda yürütülecek çalışmanın yapısını bozmamak adına veri setinden çıkarılmıştır.

Kadın katılımcıların yaş ortalaması 20.59 ($SS = 1.64$), yaş aralığı ise 18-29 arasındadır. Kadınların ailelerinin ortalama gelir düzeyi incelendiğinde % 7.2'si ($N=32$) alt, % 75.1'i ($N=334$) orta, % 15.8'i ($N=70$) üst-orta, % 1.6'sı ($N=7$) üst SED'de gruplanmıştır. Kadın katılımcıların % 84.7'si ($N=377$) anne-babasının birarada olduğunu, % 7.4'ü ($N=33$) anne-babasının boşandığını, %3.6'sı ($N=16$) anne-babasının ayrı yaşadığını, % 2.5'i ($N=11$) babasını, % 1.8'i ($N=8$) ise annesini kaybettiğini belirtmiştir. Kadınların % 6.3'ü ($N=28$) tek çocuk, % 41.3'ü ($N=184$) bir, % 27.6'sı ($N= 123$) iki, % 8.5'i ($N=38$) üç, % 3.4'ü ($N= 15$) dört, % 1.3'ü ($N= 6$) beş, % 0.9'u ($N= 4$) altı, %5.6'sı ($N=25$) yedi ve üstü kardeşe sahiptir. Ek olarak, kadınların % 31.2'si ($N=139$) kilolarını ideal görürken, % 68.7'si ($N=305$) ideal kiloda olmadıklarını düşünmektedir. Kilo kontrolü ve beden algısına yönelik sorulardan olan “Şimdiki kilonuzu nasıl değerlendiriyorsunuz” sorusuna, % 2.7'si ($N=12$) çok zayıf; % 8.1'i ($N= 36$) zayıf; % 47.2'si ($N=210$) normal; % 36.9'u ($N=164$) biraz şişman; %4.9'u ($N= 22$) çok şişman olarak cevaplandırmıştır. Hiç rejim yaptınız mı sorusuna ise katılımcıların % 49.9'u ($N=222$) “Evet”, % 47.9'u ise ($N=213$) “Hayır” olarak belirtmiştir. Kadın örneklemeyle ilgili diğer sosyo-demografik özelliklere ilişkin bilgiler Tablo 17’de sunulmuştur.

Tablo 17.

Kadın Katılımcıların Sosyo-Demografik Değişkenlerinin Sıklık ve Yüzdellik Değerleri

Değişken	Sıklık	(%)
Bölüm		
Sosyoloji	39	7
Bilgisayar Programcılığı	64	14.3
Felsefe	30	6.7
İnşaat Mühendisliği	64	14.3
Psi. Danış. Reh.	163	36.3
Türk Dili Edebiyatı	95	21.4
En Uzun Süreyle Yaşanılan Yer		
İl	261	58.1
İlçe	153	34.1
Kasaba	4	0.9
Köy	18	4
Yurtdışı	7	1.6
Kimlerle Yaşanıyor		
Anne-baba	115	25.6
Arkadaş	68	15.1
Yurt	226	50.3
Yalnız	23	5.1
Diğer	10	2.2

Kadın Katılımcıların Sosyo-Demografik Değişkenlerinin Sıklık ve Yüzdeler Değerleri (Devam)

Anne eğitim seviyesi			
	Eğitimi yok	2.7	6
	Okur-yazar	8	1.8
	İlkokul	201	44.8
	Ortaokul	47	10.5
	Lise	101	22.5
	Ön Lisans	16	3.6
	Lisans	36	8
	YL ve üstü	7	1.5
Baba eğitim seviyesi			
	Eğitimi yok	7	1.6
	Okur-yazar	7	1.6
	İlkokul	122	27.2
	Ortaokul	81	18
	Lise	122	27.2
	Ön Lisans	24	5.3
	Lisans	57	12.7
	YL ve üstü	15	3.4

Erkeklerin yaş ortalaması ise 20.98 ($SS= 1.64$) olup, yaş aralığı 18-29 arasında değişmektedir. Erkek katılımcıların ailelerinin ortalama gelir düzeyi incelendiğinde %7.5'i ($N= 31$) alt; %70.8'i ($N= 293$) orta; %15.7'si ($N= 65$) üst-orta; %3.4'ü ($N= 14$) üst SED'de gruplanmıştır. Katılımcıların % 84.4'ü ($N= 349$) anne-babasının birarada olduğunu, %8'i ($N=33$) anne-babasının boşandığını, %1'i ($N= 4$) anne-babasının ayrı yaşadığını, % 5.1'i ($N= 21$) babasını, % 1.7'si ($N= 7$) ise annesini kaybettiğini belirtmiştir. Katılımcıların % 4.3'ü ($N= 18$) tek çocuk, % 36.7'si ($N= 152$) bir, % 25.1'i ($N= 104$) iki, % 11.6'sı ($N= 48$) üç, % 5.8'i ($N= 24$) dört, % 3.4'ü ($N= 14$) beş, % 1.4'ü ($N= 6$) altı, % 4.7'si ($N= 20$) yedi ve üstü kardeşe sahiptir. Ek olarak, erkeklerin % 41.1'i ($N= 170$) kilolarını ideal görürken, % 58.7'si ($N= 243$) ideal kiloda olmadıklarını düşünmektedir. Kilo kontrolü ve beden algısına yönelik sorulardan olan "Şimdiki kilonuzu nasıl değerlendiriyorsunuz" sorusuna, % 3.9'u ($N= 16$) çok zayıf; % 17.9'u ($N= 74$) zayıf; % 48.8'i ($N= 202$) normal; % 25.1'i ($N= 104$) biraz şişman; % 3.4'ü ($N= 14$) çok şişman olarak cevaplandırmıştır. Hiç rejim yaptınız mı sorusuna ise katılımcıların % 26.1'i ($N= 108$) "Evet", % 71.7'si ise ($N= 297$) "Hayır" olarak belirtmiştir. Ayrıca, erkeklerin % 44.7'si ($N= 185$) düzenli spor yaparken, % 52.7'si ($N= 218$) düzenli spor yapmadığını belirtmiştir. Erkek örneklemeyle ilgili diğer sosyo-demografik özelliklere ait değerler Tablo 18'de sunulmuştur.

Tablo 18.

Erkek Katılımcılara Ait Sosyo-Demografik Bilgilerin Sıklık ve Yüzdeler Değerleri

Değişken	Sıklık	(%)
Bölüm		
Elektronik Mühendisliği	76	18.4
Bilgisayar Programcılığı	22	5.3
Felsefe	16	3.9
İnşaat Mühendisliği	24	5.8
Makine Mühendisliği	51	12.3
Psi. Danış. Reh.	79	19.1
Psikoloji	15	3.6
Türk Dili Edebiyatı	39	9.4
Meslek Yüksek Okulu Bölümleri	92	22.2
En Uzun Süreyle Yaşanılan Yer		
İl	232	56.7
İlçe	151	36.5
Kasaba	6	1.4
Köy	13	3.4
Yurtdışı	6	1.4
Kimlerle Yaşanıyor		
Anne-baba	101	24.4
Arkadaş	129	29.3
Yurt	133	32.1
Yalnız	42	10.1
Diğer	7	1.7
Anne eğitim seviyesi		
Eğitimi yok	45	10.9
Okur-yazar	8	1.9
İlkokul	162	39.1
Ortaokul	58	14
Lise	102	24.6
Ön Lisans	8	1.9
Lisans	27	6.5
YL ve üstü	3	0.7
Baba eğitim seviyesi		
Eğitimi yok	13	4.3
Okur-yazar	8	1.9
İlkokul	121	29.2
Ortaokul	68	16.4
Lise	93	22.5
Ön Lisans	17	4.1
Lisans	65	15.7
YL ve üstü	11	2.6

9.1.2. Veri Toplama Araçları

Sosyo- Demografik Form, Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği (DDSÖ), Ben-Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği (BTWBTÖ), Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği-Kısa Formu (KDDÖ-K), Erkeklik Rol Normları (ERN), Erkeklerle Özgü Beden Tutum Ölçeği (EÖBTÖ) ve Yeme Tutum Testi (YTT) kullanılmıştır. Bir önceki bölümde psikometrik özellikleri aktarılan ölçüm araçlarına bu bölümde tekrardan yer verilmemiştir.

9.1.2.1. Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği

Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği, Gross'un (2007) ileri sürdüğü duygu düzenleme süreçlerini değerlendirmek için Schutte, Manes ve Malouff (2009) tarafından geliştirilen öz bildirim ölçeğidir. Ölçek 7'li Likert tipte, 28 maddeden oluşmaktadır. Her biri dört maddeden oluşan, yedi duygu düzenleme süreci değerlendirilmektedir. Duygu düzenleme süreçlerini oluşturan dört maddeden ikisi olumsuz duyguları azaltmakla, diğer ikisi ise olumlu duyguları artırmakla ilgili ifadeleri içermektedir. Ayrıca, ölçeğin ilk 16 maddesi öncül-odaklı (antecedent-focused) duygu düzenleme süreçlerini, kalan 12 maddesi ise tepki-odaklı duygu düzenleme süreçlerini yansıtmaktadır.

Ölçeğin Türkçe formunun psikometrik özellikleri Aka (2011) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .91'dir. Alt boyutlardan öncül-odaklı duygu düzenleme süreçlerinin Cronbach Alfa değeri .86, tepki-odaklı duygu düzenleme süreçlerinin ise .83'tür. Ölçeğin değerlendirdiği yedi farklı duygu düzenleme stratejisinin Cronbach Alfa değeri ise ortam/konum seçimi için .51, ortamı/konumu değiştirme için .86, dikkatin dağılması/yayılması için .74, bilişsel değişim için .84, deneyimsel tepki modülasyonu için .69, davranışsal tepki modülasyonu için .75, fiziksel tepki modülasyonu için .62 olarak bulunmuştur.

Bu tez kapsamında, kişilerin Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği'nden aldıkları puan toplam ölçek puanı üzerinden değerlendirilmemiştir. Daha önce aktarıldığı gibi her bir duygu düzenleme süreci kendi içinde olumlu duyguları artırmayı ve olumsuz duyguları azaltmayı hedefleyen iki kola ayrılabilir. Mevcut çalışmada da

olumlu ve olumsuz duyguların öncül odaklı ve tepki odaklı düzenlenme süreçlerinin araştırma değişkenleri ile arasındaki ilişkisinin incelenmesi için ölçek maddeleri dört ayrı kategoriye ayrılmıştır. Çalışmada kullanılan form Ek 15’de aktarılmıştır.

9.1.2.2. Yeme Tutum Testi

Ölçeğin psikometrik özelliklerine ilişkin bilgiler Bölüm I’de ölçüm araçları kısmında aktarılmıştır. Ölçek Ek 3’de sunulmuştur.

9.1.2.3. Ben Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği

Ölçeğin psikometrik özelliklerine ilişkin bilgiler Bölüm I’de aktarılmıştır. Ölçek Ek 2’de sunulmuştur

9.1.2.4. Erkeklik Rol Normları

Ölçeğin psikometrik özelliklerine ilişkin bilgiler Bölüm II’de aktarılmıştır. Ölçek Ek 13’de sunulmuştur

9.1.2.5. Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği

Ölçeğin psikometrik özelliklerine ilişkin bilgiler Bölüm III’de aktarılmıştır. Ölçek Ek 11’de sunulmuştur

9.1.2.6. Erkeklere Özgü Beden Tutum Ölçeği

Ölçeğin psikometrik özelliklerine ilişkin bilgiler Bölüm II’de aktarılmıştır. Ölçek Ek 9’da sunulmuştur

9.2. İŞLEM

9.2.1. Veri Toplama Süreci

Ana çalışmanın yürütülmesi için Akdeniz Üniversitesi’nin 2017-2018 güz döneminde öğrenim gören öğrencilerden veri toplanmıştır. Bu aşamada ön çalışmada veri toplanan sınıflardan tekrardan veri toplanmamıştır. İlgili derslerin öğretim görevlileri ile iletişime geçilerek ders saatlerinde sınıflara gidilerek çalışma hakkında bilgilendirme yapıp, gönüllü olan katılımcılara ölçek formları doldurmaları için verilmiştir. Sıra etkisinin kontrol edilmesi için ölçüm araçlarından üç farklı grup oluşturulmuştur.

Uygulamalar grup halinde, sınıf ortamında tek oturumda gerçekleştirilmiştir. Çalışma yaklaşık 35 dakika sürmüştür

9.2.2. Verilerin Analizi

İlk olarak cinsiyete göre çalışma değişkenleri arasındaki farklılıkların incelenmesi için Tek Yönlü MANOVA ve ANOVA yapılmıştır. Sonrasında çalışma değişkenlerinin birbiriyle ilişkisini açıklamak için oluşturulan kuramsal modeller kadınlar ve erkekler için ayrı ayrı test edilmiştir. Oluşturulan modeller AMOS 22 programı maksimum olabilirlik tekniği ile YEM modellerinden biri olan Yapısal Regresyon Modellemesi ile analiz edilmiştir. Yapısal Regresyon Modellemesi ile aynı anda doğrulayıcı faktör analizi ve yol analizlerinin yapılabileceği belirtilmektedir. Bu modellerde gözlemlenen ve gizil değişkenler beraber kullanılabilir. (Meydan ve Şeşen,2011).

Yapısal Eşitlik Modellemelerinde, veri uyumunun değerlendirilmesinde en yaygın kullanılan yöntem Ki-Kare (X^2) testidir (Sümer, 2000). Bu analizde verinin çok değişkenli normallik sayılığını karşıladığı varsayıldığı için analiz öncesinde verinin bu ölçütü karşılayıp karşılamadığının incelenmesi gerekmektedir. Bu doğrultuda, ana çalışmanın yürütülmesi için toplanan veride örneklem büyüklüğü, kayıp değer, normallik, doğrusallık ve çoklu doğrusallık uç değerleri sayılıları incelenmiştir.

9.2.3. Kadınlardan Toplanan Verinin Doğrusallık Sayılılarının İncelenmesi

İlk olarak veri seti hatalı giriş, sistematik veya özensiz doldurma ve kayıp değerler açısından incelenmiştir. Tabachnick ve Fidell (2001)'in önerileri doğrultusunda kayıp değerler verinin kalitesini bozacağı için çok sayıda ardışık işaretlemeler yapan (maddeler arasındaki standart sapma değeri .3'den küçük olanlar) ve %5'den fazla kayıp değeri olan kadın katılımcılar veri setinden çıkarılmıştır. Bu işlem ile veriden 37 kişi çıkarılmıştır. Bu işlem sonrasında veri setindeki toplam kayıp değer oranı %2 olduğu için bu veriler yerine ilgili ölçekteki diğer maddelerin ortalaması atanmıştır. İkinci olarak, uç değerlerin hesaplanması için tüm ölçek puanları z puanlarına çevrilmiş ve -/+3 aralığında olup olmadıkları incelenmiştir. Farklı ölçüm araçlarında

uç değer olarak tespit edilen yirmi sekiz cevabın ilgili ölçeğin puan aralığında olduğu için verinin doğasını bozmamak için herhangi bir değişiklik yapılmamıştır.

Üçüncü olarak aykırı değerlerin tespit edilmesi için duygu düzenleme, yeme tutumları, beden algısı, erkeklik ve kadınlığa yönelik normlara bağlılık değişkenleri arasındaki mahalonobis uzaklığı hesaplanmıştır. Sekiz katılımcı veri setinde aykırı değerlere sahip olduğu için çıkarılmıştır. Sonrasında modeldeki değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanarak, normal dağılım şekilleri incelenmiştir. Tabachnick ve Fidell (2001), sosyal bilimler için basıklık ve çarpıklık değerlerinin -1.5 ve +1.5 aralığında olmasının normal dağılım sayılıtısının karşılanması için yeterli olacağını belirtmektedir. George ve Mallery (2010) ise +/- 2 aralığındaki çarpıklık ve basıklık değerlerinin kabul edilebilir değerler olduğunu belirtmiştir. Kline (2005) ise bu değerlerin örneklem büyüklüğüne göre değişebileceğini düşünmektedir. Yazar, basıklık ve çarpıklık değerlerinin +/- 3 aralığında olmasının normal dağılım ölçütünü karşılayacağını belirtmektedir (Kline, 2005). Bu tartışmalar doğrultusunda analiz sonuçları incelendiğinde toplam puanlar için çarpıklık değerleri -.28 ile 1.54, basıklık değeri -.01 ile 1.04 arasında değişmektedir. Alt boyutların çarpıklık değerleri -.12 ile 1.54 aralığında, basıklık değeri ise -.77 ile 1.56 aralığında değişmektedir. Yeme Tutum Testi (YTT)'den alınan toplam puan, Aşağılanma ve Bağlılık/ İtaat alt boyutu Tabachnick ve Fidell (2014)'in önerdiği +/-1.5 sınırını geçmektedir. YTT'den alınan puanlar incelendiğinde puanların sola basık olduğu görülmüştür. Bu dağılımın görülmesinde normal popülasyonun kullanılmasının etkisinin olduğu düşünülmektedir. YTT'den alınan toplam puanlar kendi içinde değerlendirildiğinde 13 katılımcının puanları uç değer olarak belirlenmiştir. Bu katılımcıların dahil edilerek ve çıkarılarak yapılan analizlerde modelin uyum indekslerinde anlamlı bir farklılık görülmediği için bu katılımcılar veriden çıkarılmadan analizlere devam edilmiştir. Diğer alt boyutlar açısından ise verinin genel dağılımına bakıldığında geçerli aralıkta olması ve bu iki alt boyutun değerlerinin +/-1.5 sınırına çok yakın olması nedeniyle verinin genel olarak normal dağıldığı düşünülmektedir. Araştırma değişkenlerine ait basıklık ve çarpıklık değerleri Tablo 19'da aktarılmıştır.

Tablo 19.

Duygu Düzenleme Süreçleri, Yeme Tutumları, Beden Algısı, Erkeklik ve Kadınlığa Dair Düşünceler Değişkenlerinin Ortalama, Standart Sapma,  arpıklık ve Basıklık Değerleri (N= 416)

	Min	Max	Ort	SS	�arpıklık	SE	Basıklık	SE
OD_POZ	20	56	44.93	5.79	-.92	.24	1.8	.24
OD_NEG	8	56	39.	7.23	-.71	.12	1.3.	.12
TO_POZ	11	42	34.	4.97	-.87	.24	1.65	.24
TO_NEG	6	42	26.	6.61	-.32	.24	.02	.24
YTT_T	1	58	14.88	9.16	1.50	.12	2.50	.24
BTWBTO_T	54	180	107.62	23.34	.36	.12	-.15	.24
ÇEKİCİLİK	4	20	11.43	2.88	.16	.12	-.12	.24
G�CL�/FIT	4	19	10.51	3.46	.13	.12	-.54	.24
AŞAĞILANMA	8	28	13.29	3.79	1.07	.12	1.12	.24
ŞİŞMANLIK	17	80	44.91	13.83	.16	.12	-.64	.24
KDDO-K_T	49	182	91.72	25.51	.42	.12	-.33	.24
BAĞLILIK	4	15	5.84	2.18	1.30	.12	1.71	.24
SAFLILIK	4	20	8.74	4.17	.471	.12	-.89	.24
DUYGU./GELEN.	4	16	6.56	2.48	.906	.12	.42	.24
ER_T	30	110	68.28	15.04	-.112	.12	-.32	.24
STATÜ	11	53	32.19	7.55	-.260	.12	-.10	.24
SERTLİK	9	36	21.66	5.08	.108	.12	-.24	.24
KADINSILIK_KAR.	8	29	16.20	4.68	.254	.12	-.30	.24

OD_POZ: Olumlu Duyguların  nc l Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, OD_NEG: Olumsuz Duyguların  nc l Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_POZ: Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_NEG: Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, YTT_T: Yeme Tutum Testi Toplam Puanı, BTWBTO_T: Ben Tovim Walker Beden Tutum  l eği Toplam Puanı ( ekicilik, G cl  ve Fit olma, AŞağılanma, Şişman hissetme alt boyutları), KDDO-K_T: Kadınlığa Dair Düşünceler Kısa Formu Toplam Puanı (Bağlılık, Saflık, Duygusallık/Geleneksel roller alt boyutları), ER_T: Erkeklik Rol Normları Toplam Puanı (Statü, Sertlik ve Kadınsılık KarŐtı Alt boyutları Toplam Puanı)

Yapısal eşitlik modellerinde çoklu bağlantının olmaması bir diğer önemli sayılıdır. Tabachnick ve Fidel (2001) farklı yapıları temsil ettiği düşünülen değişkenler arasında $r > .90$ 'dan yüksek ilişki olması durumunda çoklu bağlantı sorununun yaŐanacađını belirtmektedir. Bu durumda bu değişkenlerin aynı yapıyı test ettiği varsayıldığı için bu deęiŐkenlerden birinin çıkarılması önerilmektedir.

Tablo 20.

Kadınlarda Duygu Düzenleme Süreçleri, Yeme Tutumları, Beden Algısı, Erkeklik ve Kadınlığa Dair Düşünceler Değişkenleri Arasındaki İlişkiler

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
DD_T	1	.79**	.78**	.65**	.70**	.05	-.02	-.06	-.18**	-.10*	.05	.09	.02	.08	.07	.13**	.16**	.14**	.03	.01
OD_POZ		1	.52**	.49**	.34**	.03	-.11*	-.10*	-.21**	-.17**	-.03	.15**	.04	.11*	.08	.19**	.22**	.18**	.08	-.04
OD_NEG			1	.29**	.37**	.04	.02	-.05	-.08	-.06	.07	.02	.001	.01	.03	.07	.08	.08	-.01	.02
TO_POZ				1	.27**	.03	.04	-.05	-.13**	-.003	.102*	.01	-.10*	.04	.01	-.001	.01	.03	-.06	-.001
TO_NEG					1	.05	-.01	.01	-.14**	-.05	.02	.10*	.09	.00	.07	.13**	.14**	.12*	.05	.04
YTT_T						1	.41**	.17**	.05	.41**	.38**	.04	.12*	-.02	-.07	.11*	.16**	.09	.02	.09
BTWBTÖ_T							1	.58**	.38**	.70**	.94**	.08	.11*	.07	.01	.07	.08	.01	.07	.43**
BTW1								1	.25**	.33**	.42**	.23**	.11*	.32**	.08	.03	.04	-.06	.08	.26**
BTW2									1	.24**	.20**	.001	-.03	.01	.10*	-.05	-.07	-.10*	.05	-.07
BTW3										1	.55**	.11*	.22**	.08	.03	.12*	.10*	.08	.10*	.12*
BTW4											1	.04	.06	.01	-.02	.07	.08	.03	.05	.48**
KDDÖ-K_T												1	.61**	.83**	.67**	.65**	.55**	.53**	.57**	.01
K1													1	.42**	.41**	.35**	.28**	.28**	.34**	.05
K2														1	.43**	.47**	.37**	.37**	.48**	.01
K3															1	.34**	.26**	.28**	.31**	-.002
ER_T																1	.88**	.88**	.82**	-.03
ER1																	1	.65**	.55**	-.01
ER2																		1	.67**	-.06
ER3																			1	-.05
BKİ																				1

DD_T: Duygu Düzenleme Süreçleri Toplam Puanı, OD_POZ: Olumlu Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, OD_NEG: Olumsuz Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_POZ: Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_NEG: Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, YTT_T: Yeme Tutum Testi Toplam Puanı, BTWBTÖ_T: Ben Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği Toplam Puanı, BTW1: Çekicilik, BTW2: Güçlü/Fit olma, BTW3: Aşağılanma, BTW4: Şişman Hissetme, KDDÖ-K_T: Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği Kısa Formu Toplam Puanı, K1: Bağlılık/İtaat, K2: Sağlık, K3: Duygusallık/Geleneksel roller, ER_T: Erkeklik Rol Normları Toplam Puanı, ER1: Statü, ER2: Sertlik, ER3: Kadınsılık Karşıtı, BKİ: Beden Kitle İndeks

9.2.4 Erkeklerden Toplanan Verinin Doğrusallık Sayıtlarının İncelenmesi

Bir önceki bölümde aktarılan, YEM analizinin yürütülebilmesi için karşılanması gereken sayıtlar erkek örnekleme için de test edilmiştir. Bu doğrultuda aynı ölçüm aracında maddeler arasındaki standart sapma değeri .3'den küçük olanlar ve %5'den fazla kayıp değeri olan 27 katılımcı veri setinden çıkarılmıştır. Bu işlem sonrası toplam kayıp değer oranı %1 olup, bu değerler yerine ilgili ölçekteki diğer maddelerin ortalaması atanmıştır. Sonrasında olası uç değerlerin hesaplanması için tüm ölçek puanları z puanlarına çevrilmiş ve -/ +3 aralığında olup olmadıkları incelenmiştir. Uç değer olarak tespit edilen on iki maddenin ölçeğin puan aralığında olduğu için herhangi bir değişiklik yapılmamıştır.

İkinci olarak, değişkenler arasındaki mahalnobis uzaklığı hesaplanmış ve dört katılımcı veri setinde aykırı değerlere sahip olduğu için analiz dışı bırakılmıştır. Üçüncü olarak, modeldeki değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanarak normal dağılım eğrileri incelenmiştir. Değişkenlere ait basıklık ve çarpıklık değerleri Tablo 21'de aktarılmıştır. Değerler verinin normal dağıldığına işaret etmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2014).

Tablo 21.

Erkeklerde Test Edilen Modelin Değişkenlerine Ait Betimleyici Değerler (N= 414)

	Min	Max	Ort	SS	Çarpıklık	SE	Basıklık	SE
YTT_T	1	49	16.34	8.98	.88	.12	.68	.24
EÖBTÖ_T	25	121	69.71	19.34	.34	.12	-.51	.24
KASLILIK	8	47	24.61	8.87	.27	.12	-.72	.24
YAG	8	48	21.88	9.38	.70	.12	-.28	.24
BOY	2	12	6.30	3.12	.22	.12	-1.07	.24
ER_T	37	114	80.05	16.09	-.39	.12	-.32	.24
STATU	15	55	36.27	8.19	-.29	.12	-.48	.24
SERTLİK	10	38	25.91	5.57	-.39	.12	-.30	.24
K. KARŞITI	8	32	18.33	5.00	.07	.12	-.46	.24
KDDO-K_T	47	183	115.59	28.58	-.41	.12	-.33	.24
BAGLILIK	4	19	7.59	3.06	.81	.12	.34	.24
SAFLIK	4	20	10.34	4.21	.10	.12	-.84	.24
DUY.GEL	4	18	8.66	2.96	.12	.12	-.56	.24
DD_T	68	191	140.39	20.09	-.22	.12	.47	.24
OD_POZ	18	56	43.52	6.73	-.70	.12	.78	.24
OD_NEG	13	56	37.24	7.83	-.26	.12	-.12	.24
TO_POZ	9	42	33.08	5.65	-1.08	.12	1.88	.24
TO_NEG	10	42	26.55	6.43	-.02	.12	-.19	.24
BKİ	16.25	37.62	23.36	3.26	.72	.12	1.06	.24

YTT_T: Yeme Tutum Testi Toplam Puanı, EÖBTÖ_T: Erkeklerle Özgü Beden Tutum Ölçeği Toplam Puanı, (Kaslılık, Vücut Yağ Oranı, Boy alt boyutları), ER_T: Erkeklik Rol Normları Toplam Puanı (Statü, Sertlik, Kadınsılık Karşiti alt boyutları), KDDO-K_T: Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği Toplam Puanı (Bağlılık, Saflık, Duygusalılık/Geleneksel roller alt boyutları), DD_T: Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği Toplam Puanı, OD_POZ: Olumlu Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, OD_NEG: Olumsuz Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_POZ: Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_NEG: Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, BKİ: Beden Kitle İndeksi

Son olarak, yapısal eşitlik modellemesinde analizlerin yürütülebilmesi için belli sayıda katılımcının olması gerekmektedir. Örneklem büyüklüğünün belirlenmesinde farklı yaklaşımlar olmakla birlikte yaygın bir görüş ölçülen değişken sayısının en az on katı katılımcının olması yönündedir (Kline, 2015). Veri taraması sürecinde yapılan işlemler sonrası elde edilen katılımcı sayısı ilişkili analizlerin yürütülmesi için yeterli olduğu sonucuna varılmıştır.

Dördüncü olarak, çoklu bağlantı sorununun incelenmesi için değişkenler arasındaki korelasyon değerleri hesaplanmıştır. Değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları incelendiğinde çoklu bağlantı problemine yol açabilecek bir ilişki tespit edilmemiştir. Araştırma değişkenleri arasındaki korelasyon değerleri Tablo 22'de aktarılmıştır.

Tablo 22.

Erkeklerde Test Edilen Modelin Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Değerleri

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
1.YTT_T	1	.17**	.20**	.20**	.01	.18**	.16**	.16**	.14**	.08	.04	.04	-.04	.03	.22**	.15**	.16**	.21**	-.03
2.ER_T		1	.89**	.86**	.77**	.14**	.12*	.04	.05	.22**	.67**	.44**	.46**	.49**	.26**	.09	.26**	.16**	-.02
3.ER1			1	.68**	.51**	.24**	.22**	.08	.17**	.26**	.59**	.39**	.39**	.43**	.24**	.10*	.25**	.15**	-.03
4.ER2				1	.52**	.13**	.09	.06	.06	.19**	.51**	.31**	.34**	.38**	.18**	.06	.22**	.07	-.01
5.ER3					1	-.03	-.02	-.04	-.12*	.09	.60**	.44**	.45**	.44**	.21**	.07	.19**	.14**	-.05
6.DD_T						1	.80**	.77**	.73**	.71**	.10*	.01	.13*	.03	.07	.08	.06	.07	.04
7.OD_POZ							1	.47**	.58**	.38**	.07	.02	.08	.003	-.02	.01	.02	.01	.04
8.OD_NEG								1	.34**	.39**	.02	-.07	.11*	-.03	.05	.09	.03	.05	.05
9.TO_POZ									1	.39**	-.01	-.09	-.03	-.02	.04	.04	.06	.02	-.004
10.TO_NEG										1	.21**	.15**	.19**	.15**	.14**	.09	.09	.13*	.02
11.KDDÖ-K_T											1	.69**	.79**	.76**	.19**	.03	.22**	.09	-.05
12.K1												1	.48**	.55**	.15**	.08	.12*	.10*	-.06
13.K2													1	.53**	.12*	-.01	.17**	.03	-.004
14.K3														1	.16**	.05	.22**	.01	-.11*
15.EÖBTÖ_T															1	.44**	.74**	.73**	.13**
16.EB1																1	.22**	.21**	.07
17.EB2																	1	.18**	-.26**
18.EB3																		1	.50**
19.BKİ																			1

YTT_T: Yeme Tutum Testi Toplam Puanı, ER_T: Erkeklik Rol Normları Toplam Puanı, ER1: Statü, ER2:Sertlik, ER3:Kadınsılık karşıtı, DD_T: Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği Toplam Puanı, OD_POZ: Olumlu Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, OD_NEG: Olumsuz Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_POZ: Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_NEG: Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, KDDÖ-K_T: Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği Kısa Formu Toplam Puanı, K1: Bağlılık, K2:Safılık, K3: Duygusalılık/Geleneksel roller), EÖBTÖ_T: Erkeklere Özgü Beden Tutum Ölçeği Toplam Puanı, EB1: Boy alt boyutu EB2: Kaslılık alt boyutu, EB3:Vücut Yağ Oranı alt boyutu, BKİ: Beden Kitle İndeksi * $p < .05$, ** $p < .01$, $N = 414$

9.3. ARAŞTIRMA DEĞİŞKENLERİ ARASINDAKİ FARKLILIKLAR

9.3.1. Cinsiyete göre Araştırma Değişkenleri Arasındaki Farklara ait

Bulgular

Cinsiyetin duygu düzenleme süreçleri üzerindeki etkisinin araştırılması için tek yönlü MANOVA yapılmıştır. Cinsiyet modele bağımsız değişken olarak, öncül odaklı ve tepki odaklı olumlu ve olumsuz duygu düzenleme süreçleri ise bağımlı değişken olarak analize sokulmuştur. Bağımlı değişkenler arasındaki popülasyon varyans kovaryanslarının bağımsız değişkenlerin tüm düzeylerinde aynı olduğu sayıltısı Box's M istatistiği kullanılarak test edilmiş ve sayıltının karşılanmadığı görülmüştür, ($Box' M = 53.95$, $F(30, 8593.39) = 105,63$, $p < .001$). Bu sayıltı sağlanmadığı için Pillai's Trace testinin sonuçları raporlanmıştır. Analiz bulgularına göre cinsiyete göre duygu düzenleme süreçleri arasında anlamlı fark bulunmuştur, $F(3, 628) = 9.33$, Pillai's Trace = .04, $\eta^2 = .04$. Duygu düzenleme süreçleri arasındaki farkın incelenmesi için yürütülen iki değişkenli analiz için Bonferroni düzeltmesi ile p değeri $.05/4$ (p/ bağımlı değişken sayısı) yeniden düzenlenmiş ve yeni değer .013 olarak belirlenmiştir. İki değişkenli analiz sonuçlarına göre olumlu duyguların öncül odaklı düzenlenme puanı [$F(1, 844) = 10.75$, $p < .001$, $\eta^2 = .01$], olumsuz duyguların öncül odaklı düzenlenme [$F(1, 844) = 24.49$, $p < .001$, $\eta^2 = .03$] ve olumlu duyguların tepki odaklı düzenlenme [$F(1, 844) = 15.21$, $p < .001$, $\eta^2 = .02$] puanlarında cinsiyete göre anlamlı fark bulunmuştur. Anlamlı sonuçlar incelendiğinde kadınların olumlu duyguların öncül odaklı düzenlenme puanları ($Ort = 44.93$, $SS = 5.79$), erkeklerin ($Ort = 43.52$, $SS = 6.73$) puanlarından; kadınların olumsuz duyguların öncül odaklı düzenlenme puanı ($Ort = 39.81$, $SS = 7.23$) erkeklerin puanlarından ($Ort = 37.24$, $SS = 7.83$), kadınların olumlu duyguların tepki odaklı düzenlenme puanı ($Ort = 34.51$, $SS = 4.97$), erkeklerin puanlarından anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Değişkenlere ait ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 22'de aktarılmıştır.

Benzer şekilde kadınlığa ve erkekliğe dair normların cinsiyete göre değişiminin incelenmesi için tek yönlü MANOVA yürütülmüştür. Cinsiyet analize bağımsız değişken olarak, kadınlığa ve erkekliğe dair düşünceler de bağımlı değişken olarak analize sokulmuştur. Bağımlı değişkenler arasındaki popülasyon varyans

kovaryanslarının bağımsız değişkenlerin tüm düzeylerinde aynı olduğu sayıltısı Box's M istatistiği kullanılarak test edilmiş ve sayıltının karşılandığı görülmüştür, ($Box'M=6.02$, $F(3, 133666458,093)=1.20$, $p>.05$). Bu sayıltı sağlandığı için Wilks' Lambda testinin sonuçları raporlanmıştır. Analiz sonuçlarına göre erkeklığe ve kadınlığa dair düşüncelere bağıllıkta kadın ve erkekler arasında anlamlı fark bulunmuştur [$F(2, 841)=84.46$, $p<.001$; Wilks' Lambda = .83, $\eta^2 = .17$]. İki değişkenli analiz sonuçlarına göre erkeklik rol normlarında $F(1, 844)=115.27$, $p<.001$, $\eta^2 = .12$ ve kadınlığa dair düşüncelere bağıllıkta $F(1, 844)=158.71$, $p<.001$, $\eta^2 = .16$ cinsiyete göre anlamlı fark bulunmuştur. Erkeklik rol normlarını erkekler ($Ort=80.05$, $SS=16.10$) kadınlara ($Ort=68.49$, $SS=15.18$) kıyasla daha çok onaylamaktadır. Ek olarak, kadınlığa dair düşüncelere de erkekler ($Ort=115.60$, $SS=28.58$) kadınlara ($Ort=92.13$, $SS=25.50$) kıyasla daha çok onaylamaktadır. Değişkenlere ait ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 23'de aktarılmıştır.

Kadınlar ve erkekler arasında yeme tutumlarındaki bozulmalar açısından fark olup olmadığını incelemek için de Tek Yönlü ANOVA yürütülmüştür. Analiz sonuçlarına göre kadınlar ve erkekler arasında yeme tutumlarındaki bozulma oranları açısından anlamlı fark bulunmuştur [$F(1, 843)=11.02$, $p<.001$, $\eta^2 = .03$]. Erkeklerin yeme tutumlarındaki bozulma oranı ($Ort=16.34$, $SS=8.94$) kadınların yeme tutumlarındaki bozulma oranından ($Ort=14.33$, $SS=8.63$) anlamlı olarak daha yüksektir.

Sonuçlar beraber değerlendirildiğinde, kadınların duygu düzenleme becerilerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yeme tutumları, kadınlığa dair düşünceler ve erkeklik rol normları açısından ise erkekler kadınlara kıyasla daha çok bozulmuş yeme davranışı sergilemektedir.

Tablo 23.

Kadınlarda ve Erkeklerde Araştırma Değişkenlerine Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		N	Ort	SS
YTT_T	Kadın	430	14.33	8.63
	Erkek	414	16.34	8.98
OD_POZ	Kadın	430	44.93	5.79
	Erkek	414	43.52	6.73
OD_NEG	Kadın	430	39.81	7.23
	Erkek	414	37.24	7.83
TO_POZ	Kadın	430	34.51	4.97
	Erkek	414	33.08	5.65
TO_NEG	Kadın	430	26.57	6.61
	Erkek	414	26.55	6.43
KDDÖ-K_T	Kadın	430	92.13	25.49
	Erkek	414	115.59	28.58
ER_T	Kadın	430	68.49	15.18
	Erkek	414	80.05	16.09

YTT_T: Yeme Tutum Testi, OD_POZ: Pozitif Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, OD_NEG: Olumsuz Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_POZ: Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_NEG: Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, ER_T: Erkeklik Rol Normları, KDDÖ-K_T: Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği

9.3.2. Yüksek ve Düşük Bozulmuş Yeme Tutumu ve Beden Memnuniyetsizliği Gösteren Grupların Duygu Düzenleme Süreçleri Açısından Karşılaştırılması

Yüksek ve düşük bozulmuş yeme davranışı gösteren kadınların duygu düzenleme süreçleri arasındaki farklılıkların incelenmesi için tek yönlü MANOVA yapılmıştır. Çalışma örnekleminin normal popülasyon olmasından dolayı Tabachnick ve Fidell (2013)'in önerileri doğrultusunda yüksek puan alanların ilk %25'i ile düşük puan alanların ilk %25'i düşük ve yüksek risk grupları olarak belirlenmiştir. Sonrasında yüksek ve düşük bozulmuş yeme davranışı gösteren gruplar modele bağımsız değişken olarak, öncül odaklı ve tepki odaklı olumlu ve olumsuz duygu düzenleme süreçleri ise bağımlı değişken olarak analize sokulmuştur. Bağımlı değişkenler arasındaki popülasyon varyans kovaryanslarının bağımsız değişkenlerin tüm düzeylerinde aynı olduğu sayıltısı Box's M istatistiği kullanılarak test edilmiş ve sayıltının karşılanmadığı görülmüştür, ($Box'M= 37.74, F(20, 542539.78)= 1.86, p < .05$). Bu sayıltı sağlanmadığı için Pillai's Trace testinin sonuçları raporlanmıştır. Analiz bulgularına göre yeme

tutumlarındaki bozulmalara göre yüksek ve düşük olarak gruplandırılan kadınlar arasında duygu düzenleme süreçleri açısından anlamlı fark bulunmamıştır $F(8, 850) = 1.55$, Pillai's Trace= .03, $\eta^2 = .01$, $p > .05$. Değişkenlere ait ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 23'de sunulmuştur.

Yüksek ve düşük beden memnuniyetsizliği gösteren kadınların duygu düzenleme süreçleri arasındaki farklılıklarının incelenmesi için bir diğer tek yönlü MANOVA yürütülmüştür. Yüksek ve düşük beden memnuniyetsizliği gösteren gruplar modele bağımsız değişkenler olarak, öncül odaklı ve tepki odaklı olumlu ve olumsuz duygu düzenleme süreçleri ise bağımlı değişkenler olarak analize sokulmuştur. Bağımlı değişkenler arasındaki popülasyon varyans kovaryanslarının bağımsız değişkenlerin tüm düzeylerinde aynı olduğu sayıltısı Box's M istatistiği kullanılarak test edilmiş ve sayıltının karşılanmadığı görülmüştür, ($Box'M = 81.20$, $F(20, 542539.78) = 1.86$, $p < .05$). Bu sayıltı sağlanmadığı için Pillai's Trace testinin sonuçları raporlanmıştır. Analiz bulgularına göre yüksek ve düşük beden memnuniyetsizliği gösteren gruplar arasında duygu düzenleme süreçleri açısından anlamlı fark bulunmamıştır $F(8, 850) = 1.70$, Pillai's Trace= .03, $\eta^2 = .02$, $p > .05$. Değişkenlere ait ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 24'de sunulmuştur.

Tablo 24.

Kadın Katılımcılarda Yüksek ve Düşük Bozulmuş Yeme Davranışı ve Beden Memnuniyetsizliği Gösteren Grupların Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	YTT_ grup			BTWBTÖ_ grup			N
		Ort	SS		Ort	SS	
OD_POZ	1.00	45.03	5.28	1.00	45.90	6.50	125
	2.00	45.50	5.53	2.00	44.38	5.75	126
OD_NEG	1.00	40.79	7.34	1.00	39.33	9.01	125
	2.00	40.57	6.06	2.00	39.93	6.47	126
TO_POZ	1.00	34.17	4.91	1.00	34.77	5.16	125
	2.00	34.86	5.21	2.00	35.00	5.46	126
TO_NEG	1.00	26.52	6.35	1.00	26.61	6.90	125
	2.00	27.38	7.10	2.00	27.25	6.80	126

YTT_T: Yeme Tutum Testi, BTWBTÖ_T: Ben Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği, OD_POZ: Olumlu Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, OD_NEG: Olumsuz Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_POZ: Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_NEG: Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı; 1: Düşük Grup, 2: Yüksek Grup

Aynı şekilde erkekler için de yüksek ve düşük beden memnuniyetsizliği gösteren grupların duygu düzenleme süreçleri arasındaki farklılıklarının incelenmesi için tek yönlü MANOVA yapılmıştır. Yüksek ve düşük beden memnuniyetsizliği gösteren gruplar modele bağımsız değişken olarak, öncül odaklı ve tepki odaklı olumlu ve olumsuz duygu düzenleme süreçleri ise bağımlı değişken olarak analize sokulmuştur. Bağımlı değişkenler arasındaki popülasyon varyans kovaryanslarının bağımsız değişkenlerin tüm düzeylerinde aynı olduğu sayıltısı Box's M istatistiği kullanılarak test edilmiş ve sayıltının karşılandığı görülmüştür, ($Box'M= 17.04, F(10, 107915.98)= 1.66, p> .05$). Bu sayıltı sağlandığı için Wilks' Lambda testinin sonuçları raporlanmıştır. Analiz bulgularına göre beden memnuniyetsizliğine göre yüksek ve düşük olarak gruplandırılan erkekler arasında duygu düzenleme süreçleri açısından anlamlı fark bulunmuştur $F(4, 152)= 2.59, Wilks' Lambda= .94, \eta^2= .06, p< .05$). Duygu düzenleme süreçleri arasındaki farkın incelenmesi için yürütülen İki Değişkenli Analiz için Bonferroni düzeltmesi ile p değeri $.05/4$ (p/bağımlı değişken sayısı) yeniden düzenlenmiş ve yeni değer $.013$ olarak belirlenmiştir. İki değişkenli analiz sonuçlarına göre duygu düzenleme süreçleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Değişkenlere ait ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 24'de sunulmuştur.

Yüksek ve düşük yeme tutum bozukluğu gösteren erkeklerin duygu düzenleme süreçleri arasındaki farklılıklarının incelenmesi için tek yönlü MANOVA yapılmıştır. Yüksek ve düşük yeme tutum bozukluğu gösteren gruplar modele bağımsız değişken olarak, öncül odaklı ve tepki odaklı olumlu ve olumsuz duygu düzenleme süreçleri ise analize bağımlı değişkenler olarak sokulmuştur. Bağımlı değişkenler arasındaki popülasyon varyans kovaryanslarının bağımsız değişkenlerin tüm düzeylerinde aynı olduğu sayıltısı Box's M istatistiği kullanılarak test edilmiş ve sayıltının karşılandığı görülmüştür, ($Box'M= 18.33, F(10, 147993.16)= 1.89, p> .05$). Bu sayıltı sağlandığı için Wilks' Lambda testinin sonuçları raporlanmıştır. Analiz bulgularına göre yeme tutumlarındaki bozulmalara göre yüksek ve düşük olarak gruplandırılan erkekler arasında duygu düzenleme süreçleri açısından anlamlı fark bulunmuştur $F(4, 179) = 2.94, Wilks' Lambda = .94, \eta^2 = .06, p<.05$. İki Değişkenli Analiz sonuçlarına göre olumlu duyguların öncül odaklı düzenleme süreçleri $F(1, 184) = 7.13, p< .05, \eta^2 = .04$ ile olumlu duyguların tepki odaklı düzenleme süreçlerinde $F(1, 184) = 8.08, p< .001, \eta^2 = .04$) yüksek ve düşük bozulmuş yeme davranışı gösteren gruplar arasında anlamlı

fark bulunmuştur. Buna göre bozulmuş yeme davranışı yüksek olan grup ($Ort=44.60$, $SS= 6.85$) olumlu duyguların öncül odaklı düzenlenme stratejilerini bozulmuş yeme davranışı düşük olan gruba ($Ort= 41.84$, $SS= 7.07$) kıyasla daha fazla kullanmaktadır. Benzer şekilde, bozulmuş yeme davranışı yüksek olan grubun olumlu duyguların tepki odaklı düzenlenme puanı ($Ort= 33.53$, $SS= 5.57$) bozulmuş yeme davranışı düşük olan erkeklere ($Ort= 31.10$, $SS= 5.96$) kıyasla daha çok kullanmaktadır. Değişkenlere ait ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 25’de aktarılmıştır.

Tablo 25.

Erkek Katılımlarda Yüksek ve Düşük Bozulmuş Yeme Davranışı ve Beden Memnuniyetsizliği Gösteren Grupların Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	EÖBTÖ			YTT			
	grup	Ort	SS	grup	Ort	SS	N
OD_POZ	1.00	43.91	6.61	1.00	41.84	7.07	72
	2.00	43.63	7.39	2.00	44.60	6.85	85
OD_NEG	1.00	36.72	8.64	1.00	35.29	7.96	72
	2.00	38.08	6.56	2.00	38.17	7.96	85
TO_POZ	1.00	33.86	4.48	1.00	31.10	5.96	72
	2.00	33.07	5.58	2.00	33.53	5.57	85
TO_NEG	1.00	26.16	6.58	1.00	25.78	6.19	72
	2.00	28.53	6.08	2.00	26.99	5.73	85

YTT_T: Yeme Tutum Testi, EÖBTÖ_T: Erkeklere Özgü Beden Tutum Ölçeği, OD_POZ: Olumlu Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenmesi, OD_NEG: Olumsuz Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenmesi, TO_POZ: Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenmesi, TO_NEG: Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenmesi, 1: Düşük Grup, 2: Yüksek Grup

9.4. KADIN ÖRNEKLEMİNDE KURAMSAL MODELİN TEST EDİLMESİ

9.4.1. Kadınlarda Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiler

Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre olumlu duyguların öncül odaklı düzenlenmesi BTWBTÖ toplam puanı ($r = -.11$), Çekicilik ($r = -.10$), Güçlü/fit olma ($r = -.21$), Aşağılanma ($r = -.17$) ile negatif yönde anlamlı ilişki göstermektedir. Kadınlığa dair düşünceler toplam puanı ($r = .15$), Saflık ($r = .14$), Erkeklik rol normları toplam puanı ($r = .19$), Statü ($r = .22$) ve Sertlik ($r = .18$) boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Olumsuz duyguların öncül odaklı düzenlenmesi ise diğer değişkenlerle ilişkili bulunmamıştır. Olumlu duyguların tepki odaklı düzenlenmesi Güçlü/fit olma ($r = -.13$) ve Bağlılık/itaat ($r = -.10$) ile negatif yönde, Şişman hissetme ($r = .10$) ile pozitif yönde anlamlı ilişki göstermektedir. Olumsuz duyguların tepki odaklı düzenlenmesi Güçlü fit olma ($r = -.14$) ile negatif, Kadınlığa dair düşünceler toplam puanı ($r = .10$), Erkeklik rol normları toplam puanı ($r = .13$), Statü ($r = .14$) ve Sertlik ($r = .12$) değişkenleri ile pozitif yönde ilişkilidir.

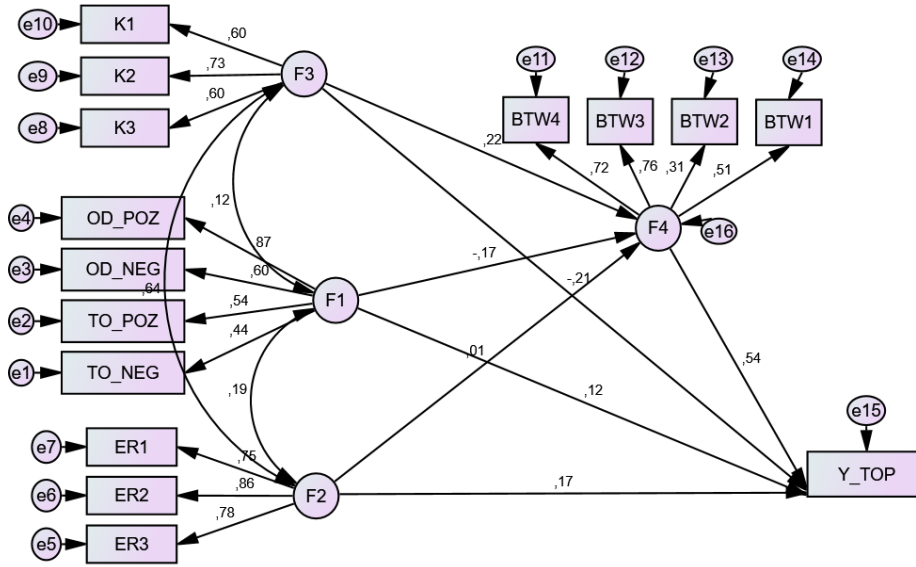
Yeme tutumları değişkeni ile BTWBTÖ toplam puanı ($r = .41$), Çekicilik ($r = .17$), Aşağılanma ($r = .41$), Şişman hissetme ($r = .38$), Bağlılık/itaat ($r = .12$), Erkeklik rol normları ($r = .11$) ve Statü ($r = .16$) değişkenleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Bir diğer değişken olan Ben Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği'nin alt boyutları olan Çekicilik ($r = .58$), Güçlü/fit olma ($r = .38$), Aşağılanma ($r = .71$) ve Şişman hissetme ($r = .94$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. BTWBTÖ'nün alt boyutlarından Çekicilik ile Bağlılık/İtaat ($r = .11$), Saflık ($r = .32$) ve BKİ ($r = .26$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Güçlü/fit olma boyutu, Duygusal/Geleneksel Roller ($r = .10$) ile pozitif yönde, Sertlik boyutu ile ($r = -.10$) negatif yönde anlamlı ilişki göstermektedir. Aşağılanma; Kadınlığa dair düşünceler toplam puanı ($r = .11$), Bağlılık ($r = .22$), Erkeklik rol normları ($r = .12$), Statü ($r = .10$) ve Kadınsılık karşıtlığı ($r = .10$) ve BKİ ($r = .12$) değişkenleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Şişman hissetme alt boyutu ile BKİ ($r = .48$) arasında ise pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

KDDÖ-K'nın toplam puanı ile alt boyutları olan Bağlılık, Saflık ve Duygusallık/Geleneksel roller değişkeni ile arasındaki ilişki katsayıları sırasıyla .61, .83 ve .67'dir. KDDÖ-K'nın alt boyutlarının diğer değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde; Bağlılık alt boyutu Saflık ($r= .42$), Duygusallık/Geleneksel roller ($r= .41$), erkeklik rol normları ($r= .35$), Statü ($r= .28$) Sertlik ($r= .28$) ve Kadınsılık karşıtı ($r= .34$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Saflık alt boyutu ise Duygusallık/Geleneksel roller ($r=.43$), Erkeklik rol normları ($r= .47$), Statü ($r= .37$), Saflık ($r= .37$) ve Kadınsılık karşıtlığı ($r= .48$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusallık/ Geleneksel roller alt boyutu ise Erkeklik rol normları ($r= .34$) Statü ($r= .26$), Sertlik ($r= .28$) ve Kadınsılık karşıtlığı ($r=.31$) ile pozitif yönde anlamlı ilişki göstermektedir. Son olarak BKİ ile Çekicilik ($r= .26$), Aşağılanma ($r= .12$) ve Şişman hissetme ($r= .48$) değişkenleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Pearson korelasyon analizi ile modelde yer alan değişkenler arasındaki ilişkiler Tablo 20'de aktarılmıştır.

9.4.2. Kadınlarda Test Edilen Kuramsal Modelin Analiz Sonuçları

Kline (2005), YEM'de değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek için farklı analiz yöntemlerinin kullanıldığını belirtmiştir. Bunlardan biri Model Tıraşlama yöntemidir. Bu yöntemde öncelikle modeldeki değişkenler arasında bütün yollar çizilerek model oluşturulur. Sonrasında anlamsız yollar teker teker çıkarılarak model sadeleştirilir. Bu yöntem ile kuramsal bilgiler ışığında değişkenler arasındaki yollar çizilmiştir. Oluşturulan model test edildiğinde uyum indeksleri modelin daha iyi hale getirilmesi gerektiğine işaret etmektedir, $X^2/Sd=3.76$, $p< 0.001$, CFI= .87, IFI= .87, NFI= .84, RMSEA= .08. (Şekil 5)



Şekil 5. Kadın Örnekleminde Test Edilen Model

F1: Duygu Düzleme Süreçleri Ölçeği; OD_POZ: Olumlu Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenmesi; OD_NEG: Olumsuz Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenmesi; TO_POZ: Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenmesi Toplam Puanı; TO_NEG: Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenmesi Toplam Puanı, F2: Erkeklik Rol Normları (ER1: Statü, ER2: Sertlik, ER3:Kadınsılık Karşıtı alt boyutları); F3:Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği (K1:Bağılılık/İtaat, K2:Saflık, K3: Duygusallık/Geleneksel roller alt boyutları), F4:Ben Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği, (BTW1:Çekicilik, BTW2:Güçlü/fit olma, BTW3: Aşağılanma, BTW4:Şişman Hissetme alt boyutları), Y_Toplam: Yeme Tutum Testi Toplam Puanı

Değişkenlerin modeli yordama katsayıları incelendiğinde, erkeklik rol normları ile beden tutumu ($p=.92$) arasındaki yolun anlamsız olduğu görülmüştür. Modelde değişkenler arasındaki ilişkilerin daha rahat takip edilebilmesi için anlamsız olan yollar çıkarılarak, analiz tekrarlanmıştır. Değişkenlere ait regresyon katsayıları Tablo 26'da aktarılmıştır.

Tablo 26.

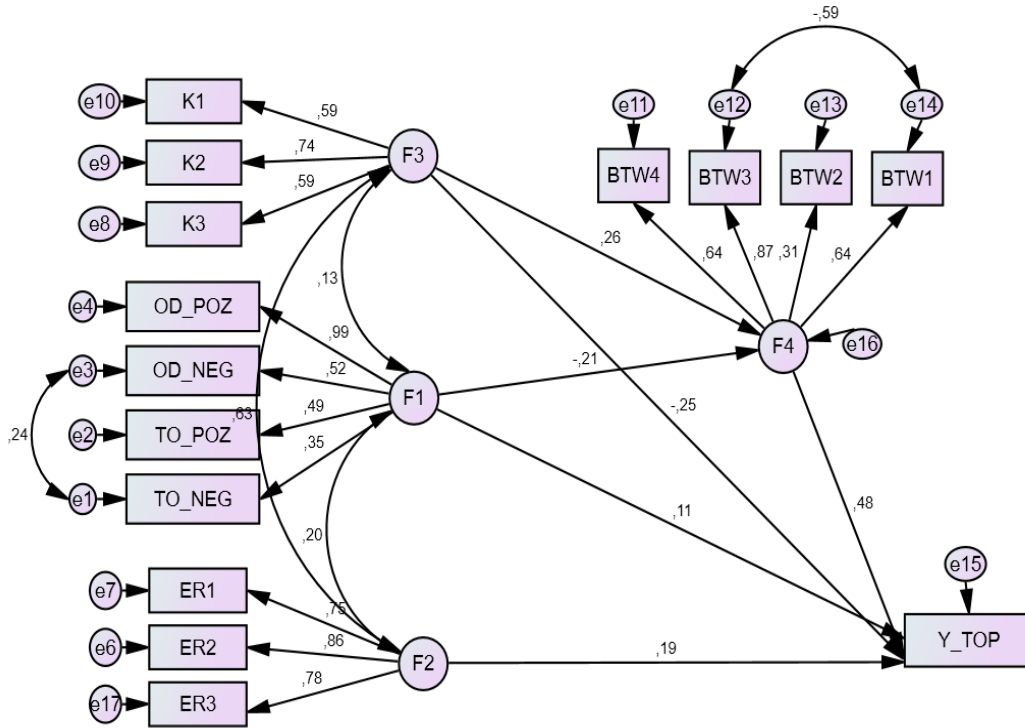
Kadın Örneklemindeki Teorik Modelin Değişkenleri Arasındaki Regresyon Katsayıları

			<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>β</i>
F4	<---	F2	-.03	.25	-.10	.92	-.01
F4	<---	F1	-.59	.23	-2.56	.01	-.17
F4	<---	F3	1.43	.66	2.15	.03	.22
TO_NEG	<---	F1	1				.44
TO_POZ	<---	F1	.93	.13	7.17	***	.54
OD_NEG	<---	F1	1.50	.20	7.50	***	.60
OD_POZ	<---	F1	1.73	.23	7.65	***	.87
KADIN.KARSIT	<---	F2	1				.78
SERTLİK	<---	F2	1.21	.07	16.41	***	.86
STATU	<---	F2	1.60	.11	15.06	***	.75
DUYGU.GELEN	<---	F3	1				.60
SAFLİK	<---	F3	2.03	.22	9.34	***	.73
BAGLİLİK	<---	F3	.92	.11	8.69	***	.60
SİSMANLIK	<---	F4	1				.72
ASAGILANMA	<---	F4	.31	.03	10.94	***	.76
GUC.FİT	<---	F4	.11	.02	5.47	***	.31
CEKİCİLİK	<---	F4	.15	.02	8.69	***	<u>.51</u>
Y_TOP	<---	F4	.46	.05	8.57	***	.54
Y_TOP	<---	F2	.40	.18	2.24	.03	.17
Y_TOP	<---	F1	.35	.16	2.19	.03	.12
Y_TOP	<---	F3	-1.22	.47	-2.57	.01	-.21
Y_TOP	<---	F1	.38	.19	2.05	.041	.10

F1: Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği, OD_POZ: Olumlu Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, OD_NEG: Olumsuz Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_POZ: Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_NEG: Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, F2: Erkeklik Rol Normları Toplam Puanı, ER1:Statü boyutu, ER:Sertlik boyutu, ER3:Kadımsılık Karşıtı boyutu, F3: Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği Kısa Formu Toplam Puanı, K1: Bağlılık/İtaat boyutu, K2: Saflık boyutu, K3: Duygusallık/Geleneksel roller boyutu, F4:Ben Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği Toplam Puanı, BTW1:Çekicilik boyutu, BTW2: Güçlü/Fit olma boyutu, BTW3: Aşağılanma boyutu, BTW4: Şişman Hissetme boyutu, Y_TOP: Yeme Tutum Testi Toplam Puanı

9.4.3. Kadınlarda Test Edilen Kuramsal Modelin Yeniden Düzenlenmiş Versiyonuna İlişkin Analiz Sonuçları

Anlamli olmayan yollar çıkarıldıktan sonra elde edilen modelin uyum indekslerinin kabul edilebilir sınırlarda bulunmuştur, ($X^2/Sd= 3.37$, $p < .001$, CFI= .89, IFI= .89, NFI= .86, RMSEA= .07). Model Şekil 6'da sunulmuştur.



Şekil 6. Modifikasyon Sonrası Kadınlarda Test Edilen Model: Y_TOP: Yeme Tutum Testi Toplam Puanı, F1: Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği, OD_POZ: Olumlu Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenmesi, OD_NEG: Olumsuz Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenmesi, TO_POZ: Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenmesi, TO_NEG: Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenmesi, F2: Erkeklik Rol Normları Toplam Puanı, ER1:Statü,ER:Sertlik, ER3:Kadınsılık Karşısı, F3: Kadınlığa Dair Düşünceler Kısa Formu Toplam Puanı, K1: Bağlılık/İtaat, K2: Saflık, K3: Duygusallık/Geleneksel roller, F4:Ben Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği, BTW1:Çekicilik, BTW2: Güçlü/Fit olma, BTW3: Aşağılanma, BTW4: Şişman Hissetme

Modelin tahmin değerleri incelendiğinde Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği'ni Duygusallık/Geleneksel roller ($\beta = .59$), Saflık ($\beta = .74$), Bağlılık ($\beta = .60$) alt boyutları pozitif yönde yordamaktadır. Alt boyutlar arasında ise Kadınlığa dair düşünceleri en yüksek Saflık alt boyutu yordamaktadır. Erkeklik Rol Normları, Kadınsılık karşısı ($\beta = .77$), Sertlik ($\beta = .85$) ve Statü ($\beta = .75$) alt boyutları ile pozitif yönde ilişkilidir. Duygu düzenleme süreçleri açısından ise Olumlu duyguların öncül odaklı düzenlenmesi ($\beta = .97$), Olumsuz duyguların öncül odaklı düzenlenmesi ($\beta = .53$), Olumlu duyguların tepki odaklı düzenlenmesi ($\beta = .50$), Olumsuz duyguların tepki odaklı düzenlenmesi ($\beta = .36$) duygu düzenleme becerilerini pozitif yönde yordamaktadır. BTWBTÖ'nün alt boyutlarından Şişman hissetme ($\beta = .63$) ile

Aşağılanma ($\beta = .88$), Çekicilik ($\beta = .31$) ve Güçlü/fit olma ($\beta = .66$) boyutlarına kıyasla bu yapıyı daha çok yordamaktadır. Ayrıca, duygu düzenleme süreçleri Kadınlığa dair düşünceler, Erkeklik rol normları ve beden algısı yeme tutumlarını anlamlı yordamaktadır. Duygu düzenleme ($\beta = .10, p < .001$) Erkeklik rol normları ($\beta = .22, p < .05$) ve beden algısı ($\beta = .45, p < .001$) yeme tutumunu pozitif yönde yordamaktadır. Kadınlığa dair düşünceler ise yeme tutumunu negatif yönde anlamlı yordamaktadır ($\beta = -.25, p < .05$). Değişkenler arasındaki regresyon katsayıları Tablo 27’de özetlenmiştir.

Değişkenler arasındaki kovaryans ilişkileri incelendiğinde, Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği - Erkeklik Rol Normları ($\beta = .62, p < .001$) ile Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği – Erkeklik Rol Normları ($\beta = .22, p < .05$) değişkenleri arasında anlamlı ilişki bulunmaktadır.

Tablo 27.

Kadın Örneklemindeki Modelin Modifikasyon Sonrası Regresyon Katsayıları

			<i>B</i>	<i>S.E.</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	β
F4	<---	F1	-.72	.22	-3.30	***	-.19
F4	<---	F3	1.53	.39	3.97	***	.26
TO_NEG	<---	F1	1				.36
TO_POZ	<---	F1	1.06	.17	6.42	***	.50
OD_NEG	<---	F1	1.63	.22	7.37	***	.53
OD_POZ	<---	F1	2.39	.40	5.94	***	.97
ER2	<---	F2	.75	.05	15.69	***	.85
ER1	<---	F2	1				.75
ER3	<---	F2	.62	.04	14.94	***	.78
K3	<---	F3	1				.59
K2	<---	F3	2.09	.22	9.36	***	.74
K1	<---	F3	.93	.11	8.67	***	.60
BTW4	<---	F4	1				.63
BTW3	<---	F4	.40	.05	8.98	***	.88
BTW2	<---	F4	.12	.02	5.96	***	.31
BTW1	<---	F4	.22	.03	7.68	***	.66
Y_TOP	<---	F4	.44	.06	8.13	***	.45
Y_TOP	<---	F2	.33	.11	3.10	.002	.22
Y_TOP	<---	F3	-1.45	.48	-3.02	.003	-.25
Y_TOP	<---	F1	.38	.19	2.05	.041	.10

B= Regresyon Ağırlıkları, β = Standardize Regresyon Ağırlıkları

Y_TOP= Yeme Tutum Testi Toplam Puanı, F1= Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği: OD_POZ= Olumlu Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenmesi Toplam Puanı, OD_NEG= Olumsuz Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenmesi Toplam Puanı, TO_POZ= Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenmesi Toplam Puanı, TO_NEG= Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenmesi Toplam Puanı, F2= Erkeklik Rol Normları Toplam Puanı, ER1= Statü, ER= Sertlik, ER3= Kadınlık Karşıtı, F3= Kadınlığa Dair Düşünceler Kısa Formu Toplam Puanı, K1= Bağlılık/İtaat, K2= Saflık, K3= Duygusallık/Geleneksel roller, F4=Ben Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği Toplam Puanı, BTW1= Çekicilik, BTW2= Güçlü/Fit olma, BTW3= Aşağılanma, BTW4= Şişman Hissetme

9.4.4. Kadınlarda Test Edilen Modele ait Değişkenler Arasındaki Toplam, Doğrudan ve Dolaylı Etkiler

Yapısal regresyon modeli analizi ile değişkenler arasındaki toplam, doğrudan ve dolaylı etkiler hesaplanmıştır. Analiz bulgularına göre erkeklik rolleri $\beta = .22$ ($p < .05$) kadınlığa dair düşünceler $\beta = -.25$ ($p < .05$) ve beden tutumu $\beta = .45$ ($p < .05$) yeme tutumlarındaki bozulmayı doğrudan yordamaktadır. Kadınlığa dair düşünceler, beden tutumunu $\beta = .26$ ($p < .05$) oranında pozitif yönde doğrudan yordamaktadır. Ayrıca, kadınlığa dair düşünceler ile duygu düzenleme süreçleri değişkenleri yeme tutumları ve beden algısı değişkenleri üzerinde dolaylı etkisi bulunmuştur. Buna göre duygu düzenleme süreçleri $\beta = -.09$, ($p < .05$) yeme tutumlarını negatif yönde, kadınlığa dair düşünceler $\beta = .12$ ($p < .05$) ise yeme tutumlarını pozitif yönde yordamaktadır.

Duygu düzenleme süreçleri değişkeninin ise Çekicilik, Güçlü/fit olma, Aşağılanma ve Şişmanlık üzerinde sırasıyla $-.13$, $-.06$, $-.17$ ve $-.12$ oranında negatif yönde dolaylı etkisi bulunmuştur. Kadınlığa dair düşünceler ise Çekicilik, Güçlü/fit olma, Aşağılanma ve Şişmanlık boyutları üzerinde sırasıyla $.17$, $.08$, $.23$ ve $.16$ oranında pozitif yönde dolaylı etkisi bulunmuştur. Değişkenlerin yeme tutumu üzerindeki toplam etkileri incelendiğinde, erkeklik rollerinin $.22$, beden tutumunun $.45$ oranında pozitif yönde toplam etkisi bulunmuştur ($p < .05$). Duygu düzenleme süreçlerinin ise $-.09$ ve kadınlığa dair düşüncelerin $-.13$ oranında yeme tutumları üzerinde negatif yönde toplam etkisi bulunmuştur ($p < .05$). Duygu düzenleme süreçlerinin beden tutumunun alt boyutları olan Çekicilik, Güçlü/fit olma, Aşağılanma ve Şişmanlık alt boyutları üzerindeki toplam etkisi sırasıyla $-.13$, $-.06$, $-.17$, $-.12$ 'dir ($p < .05$). Kadınlığa dair düşünceler değişkeninin Çekicilik, Güçlü/fit olma, Aşağılanma ve Şişmanlık alt boyutları üzerindeki toplam etkisi sırasıyla $.17$, $.08$, $.23$, $.16$ 'dır ($p < .05$). Modelde yer

alan bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki doğrudan ve dolaylı etkiler Tablo 28’de aktarılmıştır.

Tablo 28.

Modeldeki Değişkenlere Ait Toplam, Direk ve Dolaylı Etki Katsayıları

	Toplam Etki				Direk Etki				Dolaylı Etki			
	F2	F1	F3	F4	F2	F1	F3	F4	F2	F1	F3	F4
F4	.00	-.19	.26	.00	.00	-.19	.26	.00	.00	.00	.00	.00
KADIN.KARSIT	.78	.00	.00	.00	.78	.00	.00	.00	.00	.00	.00	.00
Y_TOP	.22	-.09	-.13	.45	.22	.00	-.25	.45	.00	-.09	.12	.00
CEKİCİLİK	.00	-.13	.17	.66	.00	.00	.00	.66	.00	-.13	.17	.00
GUC.FİT	.00	-.06	.08	.31	.00	.00	.00	.31	.00	-.06	.08	.00
ASAGILANMA	.00	-.17	.23	.88	.00	.00	.00	.88	.00	-.17	.23	.00
SİSMANLIK	.00	-.12	.16	.63	.00	.00	.00	.63	.00	-.12	.16	.00
BAGLİLİK	.00	.00	.60	.00	.00	.00	.60	.00	.00	.00	.00	.00
SAFLİK	.00	.00	.74	.00	.00	.00	.74	.00	.00	.00	.00	.00
DUYGU.GELEN	.00	.00	.59	.00	.00	.00	.59	.00	.00	.00	.00	.00
STATU	.75	.00	.00	.00	.75	.00	.00	.00	.00	.00	.00	.00
SERTLİK	.85	.00	.00	.00	.85	.00	.00	.00	.00	.00	.00	.00
OD_POZ	.00	.97	.00	.00	.00	.97	.00	.00	.00	.00	.00	.00
OD_NEG	.00	.53	.00	.00	.00	.53	.00	.00	.00	.00	.00	.00
TO_POZ	.00	.50	.00	.00	.00	.50	.00	.00	.00	.00	.00	.00
TO_NEG	.00	.36	.00	.00	.00	.36	.00	.00	.00	.00	.00	.00

Y_TOPLAM: Yeme Tutum Testi toplam puanı, F4: Ben Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği, (Çekicilik, Güçlü/fit olma, Aşağılanma, Şişman Hissetme alt boyutları), F3: Duygu Düzenleme Ölçeği (OD_POZ= Olumlu Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, OD_NEG= Olumsuz Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_POZ= Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_NEG= Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı), F2: Erkeklik Rol Normları (Statü, Sertlik, Kadınsılık Karşıtı alt boyutları),F1:Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği (Bağlılık/İtaat, Saflık, Duygusalılık/Geleneksel roller alt boyutu)

9.4.5. Kadın Katılımcılara ait Sosyo-Demografik Değişkenler ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki Farklar

Araştırmacılar tarafından oluşturulan sosyo-demografik form üzerinden elde edilen bilgiler ile araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiler bu bölümde incelenmiştir. İlk olarak, BKİ, gelir düzeyi, en uzun süreyle yaşanılan yer ve anne-baba eğitim düzeyine

göre yeme tutumlarındaki farklılıkların incelemesi için tek tönü Varyans analizleri yürütülmüştür.

Bu doğrultuda BKİ'si 18 altı olanlar zayıf, 18-25 arasında olanlar normal, 25-30 arası hafif kilolu, 30 ve üstü obez olarak gruplandırılmıştır. Sonrasında bu grupların yeme tutumları, beden algısı ile kadın ve erkek normlarına göre farklılaşp farklılaşmadıkları incelenmiştir.

Analiz bulgularına göre BKİ grupları ile yeme tutumları $F(3, 413) = 3.89, p < .01$ arasında anlamlı fark bulunmuştur. Tukey post-hoc testi sonucuna göre normal kilodaki ($Ort = 14.02, SS = 8.69$) bireyler, hafif kilodaki bireylere ($Ort = 18.75, SS = 10.58$) kıyasla yeme tutumlarında daha az bozulma belirtmiştir. Diğer BKİ grupları ile yeme tutumları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Yeme tutumlarındaki bozulmalar en çok Hafif kilolu grupta görülürken ($Ort = 18.75, SS = 10.58$), sonrasında obez ($Ort = 15.43, SS = 9.24$), düşük kilolu ($Ort = 15.40, SS = 10.15$) ve normal ($Ort = 14.04, SS = 8.69$) kilodaki kadınlar gelmektedir.

İkinci olarak, BTWBTÖ'nün alt boyutları olan Çekicilik, Güçlü/Fit olma, Aşağılanma ve Şişman hissetme'nin BKİ'ye göre değişimini incelemek için tek yönlü MANOVA yürütülmüştür. Modelde BKİ bağımsız değişken, BTWBTÖ alt boyutları ise bağımlı değişkenler olarak analize sokulmuştur. Bağımlı değişkenler arasındaki popülasyon varyans kovaryanslarının bağımsız değişkenlerin tüm düzeylerinde aynı olduğu sayılısı Box's M istatistiği kullanılarak test edilmiş ve sayılıtının karşılanmadığı görülmüştür, (Box'M = 3.33, $F(30, 8593,39) = 105,63, p = .000$). Bu sayılı sağlanmadığı için Pillai's Trace testinin sonuçları raporlanmıştır. BKİ'ye göre BTWBTÖ'nün alt boyutları arasında anlamlı fark bulunmuştur, $F(3, 430) = 17.11$, Pillai's Trace = .42, $\eta^2 = .14$. Gruplar arasındaki farklılıkların incelenebilmesi için Bonferroni düzeltmesi yapılarak $.05/4$ (p değeri/bağımlı değişkenler) yeni p değeri .013 olarak belirlenmiştir. İki değişkenli analiz sonuçlarına göre Güçlü/Fit olma dışında Çekicilik [$F(3, 430) = 12.02, p < .001, \eta^2 = .08$] ve Şişman hissetme [$F(3, 430) = 66.69, p < .001, \eta^2 = .32$] BKİ'ye göre farklılaşmaktadır. Anlamlı olan bulgular incelendiğinde Çekicilik boyutunda zayıf bireyler ($Ort = 10.09, SS = 2.99$); normal ($Ort = 11.42, SS = 2.64$), hafif kilolu ($Ort = 12.52, SS = 3.30$) ve obez ($Ort = 13.57, SS = 2.41$) bireyler arasında anlamlı fark bulunmuştur. Buna göre zayıf kadınlar, normal ve

üstü kiloya sahip kadınlara kıyasla daha çok çekici hissetmektedir. Aşağılanma açısından, düşük ($Ort= 12.62$, $SS= 3.42$) ve hafif kilolu ($Ort= 14.79$, $SS= 5.66$) kadınlar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Şişman hissetme değişkeninde ise hafif kilolu ($Ort= 57.20$, $SS= 12.24$) ve obez ($Ort= 56.23$, $SS= 11.74$) kadınlar dışında, zayıf ($Ort= 31.14$, $SS= 8.31$) ile normal ($Ort= 45.75$, $SS= 12.21$), hafifi kololu ($Ort= 57.20$, $SS= 12.24$) ile obez ($Ort= 56.23$, $SS= 11.74$) kadınlar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Ayrıca, normal kilolu ($Ort= 45.75$, $SS= 12.21$) kadınlar ile hafif kilolu ($Ort= 57.20$, $SS= 12.24$) ve obez ($Ort= 56.23$, $SS= 11.74$) kadınlar arasında şişman hissetme açısından anlamlı fark bulunmuştur. Buna göre, kadınların kiloları arttıkça şişman hissetme oranları artmaktadır. Kadınlar normal kilo aralığında olsalar dahi kendilerini kilolu hissedebilmektedir. Güçlü/Fit olma açısından BKİ'ye göre gruplar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Tablo 29'da BTWBTÖ'nün alt boyutlarına ait ortalama ve standart sapma değerleri aktarılmıştır.

Tablo 29.

BTWBTÖ'nün Alt Boyutlarının Ortalama Ve Standart Sapma Değerleri

	BKİ grup	Ort	SS	N
BTW1	Zayıf	10.09	2.99	84
	Normal	11.42	2.64	274
	Hafif kilolu	12.52	3.29	58
	Obez	13.57	2.41	14
BTW2	Zayıf	11	3.67	84
	Normal	10.47	3.39	274
	Hafif kilolu	9.97	3.85	58
	Obez	10.14	3.21	14
BTW3	Zayıf	12.62	3.42	84
	Normal	13.31	3.73	274
	Hafif kilolu	14.79	5.66	58
	Obez	13.16	4.12	14
BTW4	Zayıf	31.14	8.31	84
	Normal	45.75	12.21	274
	Hafif kilolu	57.20	12.24	58
	Obez	56.23	11.74	14

BTW1: Çekicilik, BTW2: Güçlü ve fit olma, BTW3:Aşağılanma, BTW4: Şişman hissetme

Beden algısı ve BKİ arasında yürütülen Tek Yönlü Varyans analizi sonuçlarına göre gruplar arasında olumsuz beden tutumları açısından anlamlı fark bulunmuştur. $F(3, 410) = 36.94, p < .001$. Analiz bulgularına göre hafif kilolu $Ort = 123.57, SS = 3.24$ ve obez bireyler ($Ort = 125.43, SS = 5.46$) dışında diğer gruplar arasında beden memnuniyetsizliği açısından anlamlı fark bulunmuştur. BKİ arttıkça kadınların beden algılarına yönelik olumsuz tutumları artmaktadır. Duygu düzenleme, Kadınlığa dair düşünceler ve Erkeklik rol normları değişkenleri ile BKİ arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Araştırma değişkenlerinin gelir durumu ve en uzun süre yaşanılan yere göre farklılaşıp farklılaşmadıklarını incelemek için bir diğer Tek Yönlü Varyans analizi yürütülmüştür. Ortalama gelir düzeyi ile yeme tutumları [$F(3, 418) = .52, p = .67$], kadınlığa dair düşünceler [$F(3, 418) = .57, p = .64$], erkeklik rol normları [$F(3, 418) = .82, p = .48$] ve beden algısı [$F(3, 418) = 1.42, p = .34$] arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Benzer şekilde, en uzun süre yaşılan yer (köy, kasaba, ilçe, il, yurt dışı) ile yeme tutumları [$F(4, 418) = .81, p = .52$], beden algısı [$F(4, 418) = .48, p = .75$] ve erkeklik rol normları [$F(4, 418) = 1.05, p = .38$] arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Kadınlığa dair düşünceler değişkeniyle yaşanılan yer arasında ise anlamlı fark bulunmuştur [$F(4, 418) = 3.38, p < .05$]. Buna göre ilde ($Ort = 89.57, SS = 1.60$) büyüyen kadınlar köyde ($Ort = 108.78, SS = 4.93$) büyüyenlere kıyasla kadın normlarını daha az içselleştirmişlerdir.

Diyet yapma sıklığı ile yeme tutumu, beden algısı ve kadınlığa dair normları içselleştirme arasındaki farklar incelenmiştir. Diyet yapma ile kadın normlarını içselleştirme arasında anlamlı fark bulunmazken, yeme tutumu [$F(4, 418) = 20.02, p < .001$] ve beden algısında [$F(4, 418) = 36.12, p < .001$] gruplar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Hiç rejim yapmamış ($Ort = 12.48, SS = .73$) ve yılda bir kez rejim yapmış ($Ort = 13.47, SS = .71$) grup ile ayda en az bir ($Ort = 19.86, SS = 2.01$) ve çok sık ($Ort = 21.92, SS = 1.81$) rejim yapan grupları dışında diğer gruplar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Beden algısı ile diyet yapma sıklığı arasındaki ilişkide ise hiç rejim yapmayanlar ($Ort = 89.28, SS = 19.70$) ile diğer gruplar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Ayrıca yılda bir kez ($Ort = 111.74, SS = 1.46$) ile çok sık ($Ort = 130.53,$

$SS= 19.70$) ve sürekli ($Ort= 130.03$, $SS= 5.92$) grupları arasında da bedene yönelik olumsuz tutumlar arasında anlamlı fark bulunmuştur.

Bir diğer sosyo-demografik değişken olan annenin ve babanın eğitim seviyesi ile kadınlığa dair düşünceler arasında anlamlı fark bulunmuştur [$F(4, 427)= 5.22$, $p<.001$]. Annesi ($Ort= 96.77$, $SS= 1.77$) ve babası ($Ort= 97.79$, $SS= 2.40$) ilkokul mezunu olanların kadınlığa dair normlara, annesi ($Ort= 85.35$, $SS= 2.36$) ve babası ($Ort= 87.95$, $SS= 2.06$) lise mezunu olanlara kıyasla daha çok bağlı oldukları bulunmuştur.

Son olarak, romantik ilişkisi olan ve olmayan kadınların, KDDÖ-K, $F(1, 373) = 4.59$, $p<.05$] ile erkeklik rol normları ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur ($F(1, 373) = 4.19$, $p< .05$). Romantik ilişkisi olan kadınlar kadınlığa dair ($Ort= 95.67$, $SS= 2.23$) normları ilişkisi olmayan ($Ort= 89.89$, $SS= 1.62$) kadınlara kıyasla daha çok onaylamaktadır. Benzer şekilde ilişkisi olan kadınların erkekliğe dair normları ($Ort= 70.35$, $SS= 1.23$) ilişkisi olmayan ($Ort= 66.97$, $SS= 1.01$) kadınlara kıyasla daha çok onaylamaktadır. Sosyo-demografik değişkenlere ait ortalama, standart sapma ve F değerleri Tablo 30'da aktarılmıştır.

Tablo 30.

Kadınlara ait Sosyo-Demografik Faktörlerin Araştırma Değişkenleri ile Arasındaki Farklar

	YTT				DDSÖ				BTWBTO				ERN				KDDÖ					
	N	Ort	SS	SE	F	Ort	SS	SE	F	ORT	SS	SE	F	ORT	SS	SE	F	ORT	SS	SE	F	
					.33				.19				.22				1.98				.19	
	BKİ																					
Düşük	84	14.57	8.74	.95		91.38	23.52	2.55		144.55	20.88	1.92		67	15.65	1.70		91.23	22.97	2.51		
Normal	274	13.29	7.88	.48		92.52	25.66	1.56		146.25	20.24	1.11		69.53	14.89	.90		92.51	25.75	1.56		
Hafif kilolu	58	18.72	10.47	1.38		92.92	26.90	3.63		145.36	19.02	2.50		67.60	15.81	2.08		92.58	27.23	3.58		
Obez	14	15.07	8.73	2.33		87.97	29.44	7.87		146.95	11.15	2.98		60.79	13.44	3.59		87.97	29.44	7.87		
	Anne Eğitim Seviyesi				.62				5.22				.25				3.70					5.22
Eğitimi yok	34	16.15	8.77	1.50		98.01	30.22	5.18		147.33	18.72	3.78		68.36	15.90	2.73		98.01	30.22	5.18		
ilkokul	194	13.99	7.94	.57		96.77	24.67	1.77		145.92	20.69	1.24		69.45	15.63	1.12		96.77	24.67	1.77		
ortaokul	45	14.91	8.78	1.31		85.87	20.87	3.11		144.64	22.34	1.63		69.42	13.15	1.96		85.87	20.87	3.11		
lise	114	14.57	9.51	.87		85.35	25.24	1.87		146.45	17.90	3.19		66.15	14.76	1.38		85.35	25.24	2.36		
Lisans ve üstü	41	13.49	9.86	1.54		88.51	23.43	3.66		143.96	22.37	4.02		68.55	15.29	2.39		88.51	23.43	3.66		
	Baba Eğitim Seviyesi				1.38				3.02				.91									3.02
Eğitimi yok	14	18.07	7.66	2.05	20	94.91	18.06	4.04		146.17	18.51	4.14		78.63	15.15	3.39		94.91	26.17	7		
ilkokul	117	14.33	7.91	.73	121	97.79	19.36	1.76		146.44	21.04	1.91		82.29	14.57	1.32		97.79	25.91	2.40		
ortaokul	78	14.10	9.08	1.03	70	93.47	26.14	2.96		146.68	19.67	2.35		82.94	16.08	1.92		93.47	26.14	2.96		
lise	142	15.10	9.04	.76	109	87.99	24.59	2.06		143.48	20.78	1.99		77.01	17.18	1.65		87.99	24.59	2.06		
Lisans ve üstü	70	12.63	8.79	1.05	76	87.94	23.64	2.83		147.94	17.34	2.19		77.65	17.07	1.95		97.94	23.64	2.83		
	İlişki durumu				1.62				4.59								4.19					4.60
Var	146	13.85	7.96	.66		95.67	26.94			147.96	20.20	1.59	2.42	70.24	14.87	1.23		96.67	26.94	2.23		
Yok	228	15.16	9.15	.61		89.90	24.40			145.08	17.58	1.66		66.97	15.19	1.02		89.90	24.40	1.62		
	Düzenli spor yapma				2.56				.				2.16				.03					1.45
Evet	147	15.15	9.68	.73		107.74	24.21		62.98	147.82	17.99			68.61	14.50			92.34	24.07	1.81		
Hayır	226	13.75	7.71	.52		81.83	20.13			144.01	17.61			68.36	15.39			26.29	26.29	1.77		

Tablo 30

Kadınlara Ait Sosyo-Demografik Faktörlerin Araştırma Değişkenleri İle Arasındaki Farklar (Devam)

	YTT				F	DDSÖ			F	BTWBTÖ			F	ERN				F	KDDÖ				
	N	Ort	SS	SE		Ort	SS	SE		Ort	SS	SE		Ort	SS	SE	F		Ort	SS	SE	F	
	Anne-baba İlişki Durumu				.60				1.30				.89					1.08					1.3
Bir arada	365	14.15	8.58	.45		92.85	24.60	1.29		145.64	17.52	1.03		80.19	67.93	.86		92.85	24.60	1.29			
Bosanmış	31	14.61	10.10	1.81		89.87	32.92	5.91		147.18	23.75	3.51		77.43	70.48	2.48		89.87	32.92	5.91			
Baba vefat etmiş	11	13.82	6.59	1.99		77.98	18.31	5.52		150.72	10.50	6.62		79.68	72.91	10.51		77.98	18.31	5.52			
Ayrı yaşıyorlar	15	18	7.72	1.99		86.28	29.44	7.60		145.16	24.50	11.66		74.45	74.47	11.65		86.28	29.43	7.60			
Anne vefat etmiş	8	20.57	9.84	3.48		98.33	31.78	11.24		143.58	13.68	6.35		69.38	13.60	4.61		98.33	31.78	11.24			

YTT: Yeme Tutum Testi, DDSÖ: Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği, BTWBTÖ: Ben Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği, ERN: Erkeklik Rol Normları, KDDÖ: Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği

9.5. ERKEK KATILIMCILARDA KURAMSAL MODELİN TEST EDİLMESİ

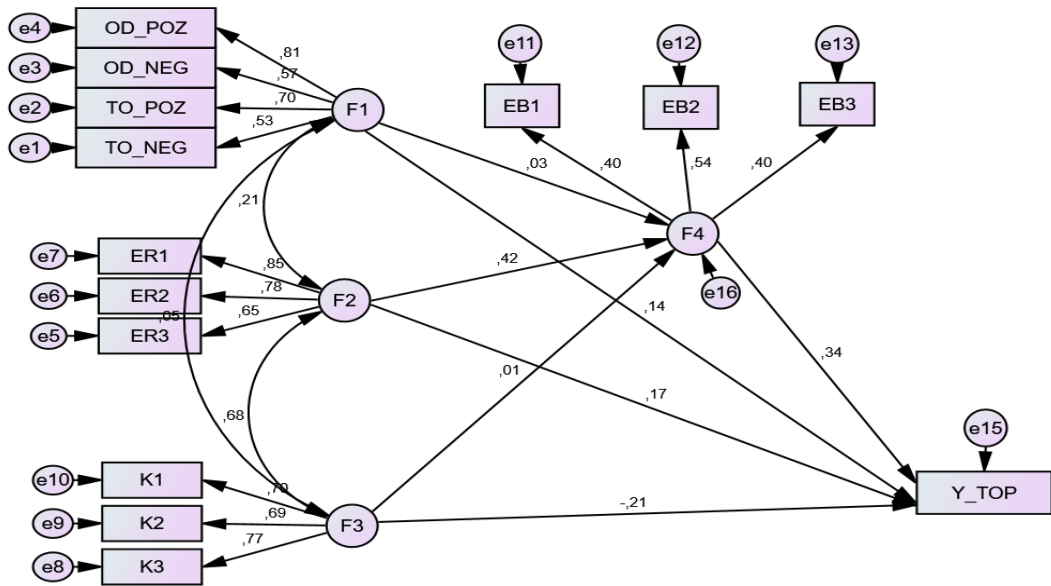
Bu bölümde erkek katılımcılarda erkeklik rol normları, kadınlığa dair düşünceler, duygu düzenleme süreçleri, beden algısı ve yeme tutumları arasındaki ilişkilerin test edilmesi için oluşturulan kuramsal modelin analiz sonuçlarına ilişkin bilgiler aktarılmıştır.

9.5.1. Erkek Katılımcılarda Test Edilen Modelin Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Değerleri

Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre, yeme tutumu erkeklik rol normları ($r = .17$), sertlik ($r = .20$), statü ($r = .20$), duygu düzenleme toplam puanı ($r = .18$), olumlu duyguların öncül odaklı düzenlenme ($r = .16$), olumsuz duyguların öncül odaklı düzenlenme ($r = .16$), olumlu duyguların tepki odaklı düzenlenme toplam puanı ($r = .14$), beden tutumu ($r = .22$), kas yapısı ($r = .16$), vücut yağ oranı ($r = .20$) ve boy oranı ($r = .15$) alt boyutları ile pozitif yönde anlamlı ilişki göstermektedir. Erkeklik rol normları, kadınsılık karşıtı ($r = .77$), sertlik ($r = .86$), statü ($r = .89$), duygu düzenleme toplam puanı ($r = .14$), olumlu duyguların öncül odaklı düzenlenmesi toplam puanı ($r = .12$), olumsuz duyguların tepki odaklı düzenlenme toplam puanı ($r = .22$), kadınlığa dair düşünceler toplam puanı ($r = .67$), duygusallık/geleneksel roller ($r = .49$), saflık ($r = .46$), bağlılık ($r = .44$), beden tutumu ($r = .26$) değişkenleri ile pozitif yönde anlamlı ilişki göstermektedir. Duygu düzenleme toplam puanı ise olumlu duyguların öncül odaklı düzenleme toplam puanı ($r = .80$), olumsuz duyguların öncül odaklı düzenlenme toplam puanı ($r = .77$), olumsuz duyguların tepki odaklı düzenlenme toplam puanı ($r = .73$), olumlu duyguların tepki odaklı düzenlenme toplam puanı ($r = .71$), kadınlığa dair düşünceler toplam puanı ($r = .10$) ve saflık ($r = .13$) boyutları ile pozitif yönde anlamlı ilişkiye sahiptir. Kadınlığa dair düşünceler toplam puanı duygusallık/geleneksel roller ($r = .76$), saflık ($r = .79$), bağlılık ($r = .69$), beden tutumu ($r = .19$) ve kaslılık ($r = .22$) boyutlarını pozitif yönde anlamlı yordamaktadır. Beden tutumu değişkeni ise kaslılık ($r = .74$), yağ ($r = .73$), boy ($r = .44$) ve BKİ ($r = .13$) değişkenleri ile pozitif yönde anlamlı ilişki göstermektedir. Analiz bulguları Tablo 21'de özetlenmiştir

9.5.2. Erkek Örnekleminde Yürütülen Yapısal Eşitlik Modeli Analizine İlişkin Bulgular

Bu model kapsamında gizil değişken olan duygu düzenleme süreçleri (olumlu ve olumsuz duyguların öncül odaklı ve tepki odaklı duygu düzenleme süreci), kadınlığa dair düşünceler (Bağlılık/İtaat, Sağlık, Duygusallık/Geleneksel roller), erkekliğe dair düşünceler (Statü, Sertlik, Kadınsılık Karşıtı) ile erkek bedenine özgü beden algısı (Kaslılık, Vücut yağ oranı, Boy) değişkenlerinin sonuç değişkeni olan yeme tutumları ile arasındaki ilişkiyi inceleyen kuramsal model oluşturulmuştur. Model Şekil 7'de sunulmuştur.



Şekil 7. Erkeklerde Test Edilen Kuramsal Model

Y_TOP: Yeme Tutum Testi Toplam Puan, F1: Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği, OD_POZ: Olumlu Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, OD_NEG: Olumsuz Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_POZ: Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_NEG: Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, F2: Erkeklik Rol Normları Ölçeği, ER1: Statü, ER2:Sertlik, ER3:Kadınlık karşıtı alt boyutları, F3: Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği, K1:Bağlılık, K2:Sağlık, K3:Duygusallık/Geleneksel roller alt boyutları, F4:Erkeklerle Özgü Beden Tutum Ölçeği, EB1: Boy EB2: Kaslılık ,EB3:Vücut Yağ Oranı alt boyutları

Kuramsal olarak oluşturulan modelin uyum indeksleri veriyi iyi düzeyde yordamaktadır ($X^2/SS= 2.97$, $p < .001$, CFI= .91, IFI= .91, NFI= .87, RMSEA= .07, FMIN= .49). Değişkenler arasındaki yolların regresyon katsayıları incelendiğinde anlamsız yolların olduğu tespit edilmiştir. Değişkenlere ait regresyon katsayıları Tablo 31’de aktarılmıştır. Modelde, değişkenler arasındaki ilişkilerin daha rahat takip edilebilmesi için anlamsız olan yollar yordama düzeyi düşükten yükseğe doğru çıkarılarak analiz tekrarlanmıştır.

Tablo 31.

Erkek Katılımcılarda Test Edilen Kuramsal Modelin Değişkenleri Arasındaki Regresyon Katsayıları

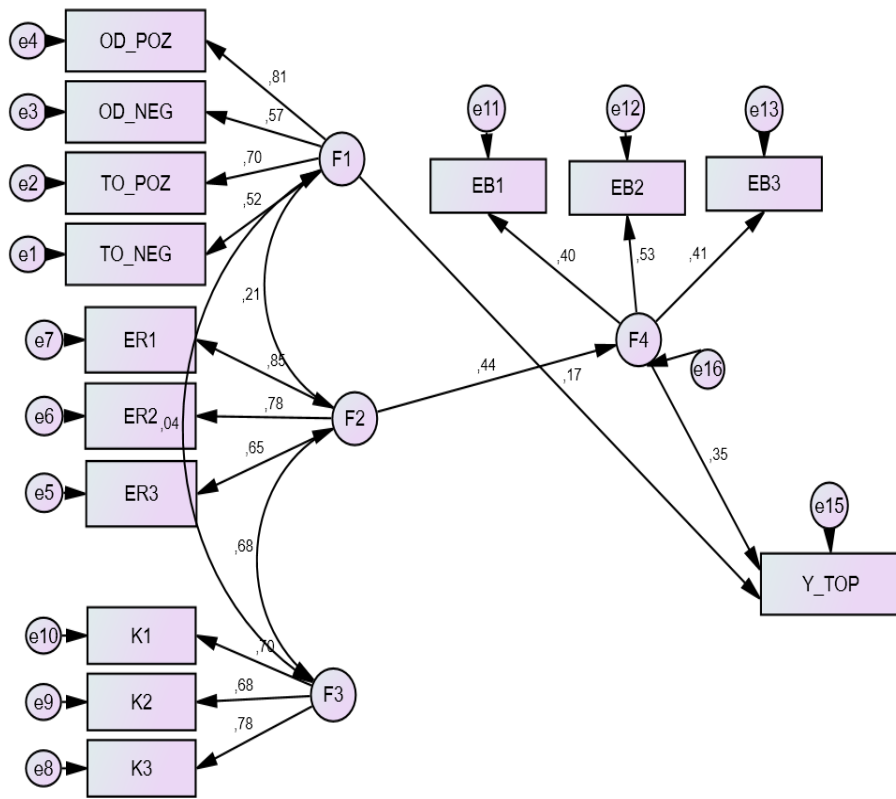
			B	SS	t	p	β
F4	<---	F3	.01	.07	.10	.92	.01
F4	<---	F2	.16	.06	2.79	.005	.42
F4	<---	F1	.01	.03	.35	.73	.03
TO_NEG	<---	F1	1				.53
TO_POZ	<---	F1	1.17	.13	9.01	***	.70
OD_NEG	<---	F1	1.33	.16	8.12	***	.57
OD_POZ	<---	F1	1.61	.17	9.20	***	.81
Kadınsılık_karşıtı	<---	F2	1				.65
Sertlik	<---	F2	1.35	.11	12.62	***	.78
Statu	<---	F2	2.14	.17	13.00	***	.85
Duygu_gelenek	<---	F3	1				.77
Saflık	<---	F3	1.27	.11	12.06	***	.69
Bağlılık	<---	F3	.94	.08	12.20	***	.70
Boy	<---	F4	1				.40
Kaslılık	<---	F4	3.86	.89	4.34	***	.54
Vücut yağ oranı	<---	F4	3.06	.75	4.09	***	.40
Y_TOP	<---	F3	-.81	.36	-2.29	.02	-.21
Y_TOP	<---	F4	2.44	.78	3.15	.002	.34
Y_TOP	<---	F1	.36	.16	2.30	.02	.14
Y_TOP	<---	F2	.48	.28	1.73	.08	.18

* B= regresyon ağırlıkları, β = standardize regresyon ağırlıkları

Y_TOP: Yeme Tutum Testi Toplam Puanı, OD_POZ: Olumlu Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, OD_NEG: Olumsuz Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_POZ: Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_NEG: Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, ER1: Statü, ER2: Sertlik, ER3: Kadınsılık karşıtı boyutları, K1: Bağlılık, K2:Saflık, K3: Duygusal/Geleneksel roller, EB1: Boy, EB2: Kaslılık, EB3:Vücut Yağ Oranı

9.5.3. Erkeklerde Test Edilen Kuramsal Modelin Yeniden Düzenlenmiş Versiyonuna İlişkin Analiz Sonuçları

Anlamsız yollar analizden çıkarıldıktan sonra elde edilen modelin uyum indeksleri modeli iyi düzeyde yordamaktadır ($X^2/SS=2.87$, $p < .001$, $CFI= .91$, $IFI= .91$, $NFI= .87$, $FMIN=.35$, $RMSEA=.07$). Test edilen yapısal regresyon modeli Şekil 8’de sunulmuştur. Tablo 32’de ise değişkenler değişkenler arasındaki regresyon katsayıları aktarılmıştır.



Şekil 8. Erkeklerde Test Edilen Kuramsal Modelin Yeniden Düzenlenmiş Hali

Y_TOP: Yeme Tutum Testi Toplam Puanı, F1: Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği, OD_POZ: Olumlu Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, OD_NEG: Olumsuz Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_POZ: Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_NEG: Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, F2: Erkeklik Rol Normları Ölçeği, ER1: Statü, ER2:Sertlik, ER3:Kadınsılık karşıtı, F3: Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği, K1: Bağlılık, K2:Safılık, K3: Duygusallık/Geleneksel roller, F4: Erkeklerle Özgü Beden Tutum Ölçeği, EB1: Boy EB2: Kahlılık ,EB3:Vücut Yağ Oranı alt boyutları

Analiz sonuçlarına göre, modelin regresyon katsayıları incelendiğinde, tüm yolların istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Erkeklik rol normları, erkek beden algısını $\beta=.44$, ($p < .001$) pozitif yönde yordamaktadır. Erkeklik Rol Normları'nın alt boyutlarının standardize tahmin (estimate) değerleri Statü için $\beta=.85$, ($p < .001$), Sertlik için $\beta=.78$, ($p < .001$), kadınsılık karşıtlığı için $\beta= .65$, ($p < .001$) olarak bulunmuştur. Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği'nin alt boyutlarının standardize tahmin (estimate) değerleri Bağlılık, Saflık ve Duygusallık/Geleneksel roller için sırasıyla .70, .68, .78, ($p < .001$) olarak bulunmuştur. Bir diğer değişken olan duygu düzenleme süreçlerinin standardize tahmin değerleri olumsuz duyguların öncül odaklı düzenlenmesi $\beta= .57$, ($p < .001$) olumlu duyguların öncül odaklı düzenlenmesi $\beta= .81$, ($p < .001$), olumsuz duyguların tepki odaklı düzenlenmesi $\beta= .52$ ve olumlu duyguların tepki odaklı düzenlenmesi $\beta= .70$ olarak bulunmuştur. Erkeklere Özgü Beden Tutum Ölçeği'nin alt boyutlarının standardize tahmin değerleri Boy,Vücut yağ oranı ve Kaslılık için sırasıyla .40, .41, .53 ($p < .001$) olarak bulunmuştur. Ayrıca, erkeklere özgü beden tutumu yeme tutumlarındaki bozulmaları .35 ve duygu düzenleme süreçlerini .17 oranında pozitif yönde yordamaktadır. Değişkenlere ait regresyon katsayıları Tablo 32'de aktarılmıştır.

Tablo 32.

Erkek Örneklemindeki Kuramsal Modelin Değişkenleri Arasındaki Regresyon Katsayıları

			<i>B</i>	<i>SS</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>β</i>
F4	<---	F2	.12	.03	4.20	***	.44
TO_NEG	<---	F1	1				.52
TO_POZ	<---	F1	1.19	.13	8.96	***	.70
OD_NEG	<---	F1	1.34	.17	8.07	***	.57
OD_POZ	<---	F1	1.62	.18	9.15	***	.81
Sertlik	<---	F2	1				.78
Statu	<---	F2	1.60	.10	15.40	***	.85
Duygu_gelenek	<---	F3	1				.78
Saflık	<---	F3	1.25	.11	11.95	***	.68
Bağlılık	<---	F3	.94	.08	12.21	***	.70
MBAS_boy	<---	F4	1				.40
MBAS_kas	<---	F4	3.82	.88	4.34	***	.53
MBAS_yag	<---	F4	3.09	.75	4.10	***	.41
Y_TOP	<---	F4	2.55	.66	3.84	***	.35
Y_TOP	<---	F1	.46	.15	3.08	.002	.17
kadin_karsit	<---	F2	.75	.06	12.57	***	.65

* *B*= regresyon ağırlıkları, *β*= standardize regresyon ağırlıkları

Y_TOP: Yeme Tutum Testi Toplam Puanı, F1: Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği, OD_POZ: Olumlu Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, OD_NEG: Olumsuz Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_POZ: Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_NEG: Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, F2: Erkeklik Rol Normları Ölçeği, ER1: Statü, ER2:Sertlik, ER3:Kadınsılık karşıtı alt boyutları, F3: Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği, K1: Bağlılık, K2:Saflık, K3: Duygusal/Geleneksel roller, F4: Erkekler Özgü Beden Tutum Ölçeği, EB1: Boy EB2: Kahlık ,EB3:Vücut Yağ Oranı

9.5.4. Erkeklerde Test Edilen Modelin Bağımlı ve Bağımsız Değişkenleri Arasındaki Doğrudan ve Dolaylı Etkiler

Yapısal regresyon modeli analiz sonuçlarına göre, Erkeklik rol normları ($\beta = .44$, $p < .001$), erkek beden tutumunu doğrudan pozitif yönde yordamaktadır. Duygu düzenleme ($\beta = .17$, $p < .001$) ve beden tutumu ($\beta = .35$, $p < .001$) değişkenleri de yeme tutumlarını pozitif yönde doğrudan yordamaktadır. Ayrıca erkeklik rollerinin yeme tutumları üzerinde aracı etkisi bulunmuştur. Buna göre erkeklik rolleri, beden tutumu aracılığı ile yeme tutumları üzerinde dolaylı bir etkisi bulunmaktadır ($\beta = .15$, $p < .001$). Erkeklik rol normlarının, beden tutumlarından Vücut yağ oranı ($\beta = .18$, $p < .001$),

Kaslılık ($\beta= .23, p< .001$) ve Boy ($\beta= .17, p< .001$) değişkenleri üzerinde dolaylı etkisi bulunmuştur. Analiz bulguları Tablo 33'de özetlenmiştir.

Tablo 33.

Bağımlı ve Bağımsız Değişkenler Arasındaki Doğrudan ve Dolaylı Etkiler

	Toplam Etki				Direk Etki				Dolaylı Etki			
	F2	F1	F3	F4	F2	F1	F3	F4	F2	F1	F3	F4
F4	.44	.00	.00	.00	.44	.00	.00	.00	.00	.00	.00	.00
kadin_karsit	.65	.00	.00	.00	.65	.00	.00	.00	.00	.00	.00	.00
Y_TOP	.15	.17	.00	.35	.00	.17	.00	.35	.15	.00	.00	.00
EÖBTÖ_yag	.18	.00	.00	.41	.00	.00	.00	.41	.18	.00	.00	.00
EÖBTÖ_kas	.23	.00	.00	.53	.00	.00	.00	.53	.23	.00	.00	.00
EÖBTÖ_boy	.17	.00	.00	.40	.00	.00	.00	.40	.17	.00	.00	.00
Bağlılık	.00	.00	.70	.00	.00	.00	.70	.00	.00	.00	.00	.00
Saflık	.00	.00	.68	.00	.00	.00	.68	.00	.00	.00	.00	.00
Duygu_gelenek	.00	.00	.78	.00	.00	.00	.78	.00	.00	.00	.00	.00
Statu	.85	.00	.00	.00	.85	.00	.00	.00	.00	.00	.00	.00
Sertlik	.78	.00	.00	.00	.78	.00	.00	.00	.00	.00	.00	.00
OD_POZ	.00	.81	.00	.00	.00	.81	.00	.00	.00	.00	.00	.00
OD_NEG	.00	.57	.00	.00	.00	.57	.00	.00	.00	.00	.00	.00
TO_POZ	.00	.70	.00	.00	.00	.70	.00	.00	.00	.00	.00	.00
TO_NEG	.00	.52	.00	.00	.00	.52	.00	.00	.00	.00	.00	.00

Y_TOP: Yeme Tutum Testi Toplam Puan, F1: Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği, OD_POZ: Olumlu Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenmesi Toplam Puanı, OD_NEG: Olumsuz Duyguların Öncül Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_POZ: Olumlu Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, TO_NEG: Olumsuz Duyguların Tepki Odaklı Düzenlenme Toplam Puanı, F2: Erkeklik Rol Normları Ölçeği, ER1:Statü, ER2:Sertlik, ER3:Kadınsılık karşıtı, F3:Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği, K1:Bağlılık, K2:Saflık, K3:Duygusal/Geleneksel roller, F4: Erkekler Özgülü Beden Tutum Ölçeği, EB1: Boy EB2: Kaslılık ,EB3:Vücut Yağ Oranı

9.5.5. Erkek Katılımcılara ait Sosyo-Demografik Değişkenler ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki Farklar

Beden memnuniyetsizliğinin BKİ, gelir düzeyi, en uzun süreyle yaşanan yer değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için tek tönü Varyans analizleri yürütülmüştür. Analiz sonuçlarına göre BKİ'ye göre erkeklik rol normları $F(3, 413) = 3.12, p < .05$ arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Tukey post hoc testi sonucuna göre normal kilodaki ($Ort= 80.44, SS= 1.01$) bireyler, obez bireylere ($Ort=$

68.64, $SS = 4.42$) kıyasla daha çok erkeklik rollerine bağlılık göstermektedir. Benzer şekilde hafif kilolu ($Ort = 82.19$, $SS = 2.16$) erkekler obez bireylere ($Ort = 68.64$, $SS = 4.42$) kıyasla daha çok erkeklik rollerine bağlılık göstermektedir. EÖBTÖ'nün alt boyutlarının (Kaslılık, Vücut yağ oranı, Boy) BKİ'ye göre farklılıklarını incelemek için Tek Yönlü MANOVA yapılmıştır. Modelde BKİ (zayıf, normal, hafif kilolu, obez) bağımsız değişken, EÖBTÖ'nün alt boyutları ise bağımlı değişkenler olarak analize sokulmuştur. Bağımlı değişkenler arasındaki popülasyon varyans kovaryanslarının bağımsız değişkenlerin tüm düzeylerinde aynı olduğu sayıltısı Box's M istatistiği kullanılarak test edilmiş ve sayıltının karşılanmadığı görülmüştür, (Box'M=36.35, $F(18, 13007.54)=1.93$, $p < .05$). Bu sayıltı sağlanmadığı için Pillai's Trace testinin sonuçları raporlanmıştır. BKİ'ye göre EÖBTÖ'nün alt boyutları arasında anlamlı fark bulunmuştur, $F(3, 413) = 3.68$, Pillai's Trace = .42, $\eta^2 = .14$, $p < .05$. Gruplar arasındaki farklılıkların incelenebilmesi için Bonferroni düzeltmesi yapılarak $.05/4$ (p değeri/bağımlı değişkenler) yeni p değeri .013 olarak belirlenmiştir. İki değişkenli analiz sonuçlarına göre EÖBTÖ'nün kaslılık alt boyutu [$F(3, 412) = 15.59$, $p < .001$, $\eta^2 = .10$] ve vücut yağ oranı [$F(3, 412) = 41.89$, $p < .001$, $\eta^2 = .24$] alt boyutu BKİ'ye göre farklılaşmaktadır. Anlamlı olan bulgular incelendiğinde Kaslılık boyutunda hafif kilolu ($Ort = 21.51$, $SS = 7.69$) ve obez ($Ort = 17.69$, $SS = 6.39$) grupları dışında diğer gruplar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Vücut yağ oranı boyutunda da hafif kilolu ($Ort = 28.75$, $SS = 9.15$) ve obez ($Ort = 31.76$, $SS = 8.59$) grupları dışında diğer gruplar arasında anlamlı fark bulunmuştur. EÖBTÖ'nün alt boyutlarına ait ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 34'de aktarılmıştır.

Tablo 34.

EÖBTÖ'nün Alt Boyutlarının Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	<i>BKİ grup</i>	<i>Ort</i>	<i>SS</i>	<i>N</i>
EB1	Zayıf	5.71	2.81	28
	Normal	6.21	3.10	283
	Hafif şişman	6.99	3.25	85
	Obez	5.25	3.09	16
EB2	Zayıf	32.33	10.09	28
	Normal	25.13	8.57	283
	Hafif şişman	21.51	7.69	85
	Obez	17.69	6.39	16
EB3	Zayıf	13.26	4.81	28
	Normal	20.10	8.21	283
	Hafif şişman	28.74	9.15	85
	Obez	31.76	8.59	16

EB1: Boy, EB2: Kaslılık, EB3: Vücut Yağ Oranı

Duygu düzenleme, kadınlığa dair düşünceler, yeme tutumları değişkenleri ile BKİ arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. En uzun süreyle yaşanan yer ile beden memnuniyetsizliği $F(4, 408) = 2.64, p < .05]$ ve erkeklik rol normları $F(3, 408) = 3.17, p < .05]$ arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Erkeklik rol normları açısından ilçede ($Ort=83.38, SS=1.31$) büyüyen erkekler ilde ($Ort= 78.16, SS= 1.05$) büyüyenlere kıyasla erkeklik rol normlarına daha çok bağlılık göstermektedir.

Bir diğer sosyo-demografik değişken olan annenin eğitim seviyesi ile beden tutumu $F(4, 413) = 2.84, p = .02]$, erkeklik rol normları $F(4, 413) = 3.70, p = .01]$, kadınlığa dair düşünceler $F(4, 413) = 7.91, p < .001]$ değişkenlerinden alınan puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Analiz sonuçlarına göre, annesi ilkokul mezunu ($Ort= 73.02, SS= 1.59$) olan erkeklerin beden memnuniyetsizliği annesi lise mezunu ($Ort= 65.40, SS= 1.87$) olanlara kıyasla daha yüksektir. Erkeklik rol normları açısından annesi ilkokul mezunu olanların ($Ort= 82.97, SS= 1.10$) annesi lise mezunu olanlara ($Ort= 76.04, SS = 1.80$) kıyasla erkeklik rol normlarını daha çok onayladığı bulunmuştur. Kadınlığa dair düşüncelerde ise annesi örgün eğitim almayan erkeklerin ($Ort= 119.28, SS = 28.79$), annesi lisans mezunu ($Ort= 99.79, SS= 5.82$), olanlara göre; annesi ilkokul mezunu ($Ort= 121.63, SS= 2$) olanların, lise ($Ort= 106.81, SS= 2.92$) ve lisans mezunu ($Ort= 99.79, SS= 5.82$) olanlara kıyasla geleneksel kadın rollerini daha çok onayladıkları bulunmuştur. Son olarak, annesi ortaokul mezunu ($Ort= 126.46, SS= 3.13$) olanlar, lisans ve üstü okullardan mezun ($Ort= 99.79, SS= 5.82$) olanlara göre kadın rollerine daha çok bağlılık göstermektedir.

Benzer şekilde erkeklerde, babanın eğitim seviyesi ile beden tutumu $F(4, 395) = 4.85, p < .012]$ ve kadınlığa dair düşünceler değişkeninden alınan puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur, $F(4, 395) = 4.26, p = .002$). Analiz sonuçlarına göre, babası ilkokul mezunu ($Ort=119.69, SS= 2.58$) olanların beden memnuniyetsizliği babası lise mezunu ($Ort= 63.14, SS= 1.58$) olanlara kıyasla daha yüksektir. Kadınlığa dair düşüncelerde ise babası ilkokul ($Ort= 119.28, SS= 28.79$) ve ortaokul mezunu olan ($Ort= 122.01, SS= 24.15$) erkeklerin babası lisans mezunu ($Ort= 107.23, SS= 3.47$)

olanlara göre geleneksel kadın rollerine daha çok bağılılık göstermektedirler. En uzun süre yaşanan yer (il, ilçe, kasaba, köy, yurtdışı) ile araştırma değişkenleri arasındaki farklılıklar incelendiğinde, sadece erkeklik rol normlarına bağılılık arasında yaşanan yere göre gruplar arasında fark bulunmuştur. Buna göre, ilçede büyüyen erkeklerin ($Ort= 83.38$, $SS= 16.04$) erkeklik rol normlarına bağılılıkları ilde büyüyenlere ($Ort= 78.16$, $SS= 15.93$) kıyasla daha yüksektir. Modeldeki değişkenler ile gelir durumu, romantik ilişki durumu ve düzenli spor yapma arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Çalışmadaki değişkenlere ait ortalama, standart sapma ve F değerleri Tablo 35’de sunulmuştur.

Tablo 35.

Erkek Örneklemindeki Modelin Değişkenlerinin Sosyo-Demografik Faktörlerle Arasındaki Farklar

	YTT			EÖBTÖ			DDSÖ			ERN			KDDÖ			
	N	Ort	SS	F	Ort	SS	F	Ort	SS	F	Ort	SS	F	Ort	SS	F
BKİ				.33			3.12			.77			3.02			1.82
Düşük	28	17.68	8.36		71.66	19.22		135.58	20.88		78.94	17.85		112.74	34.72	
Normal	283	16.36	9.20		67.76	19.10		140.71	20.24		80.36	15.88		116.38	28.47	
Hafif kilolu	85	15.77	8.47		74.75	19.88		140.75	18.73		81.47	14.79		116.32	26.37	
Obez	16	16.75	9.43		72.39	17.60		141.26	21.28		68.64	15.41		99.81	28.51	
Anne Eğitim Seviyesi				1.22			2.84			.77			3.70			7.91
Eğitimi yok	53	16.43	9.35		69.16	16.86		144.32	18.72		78.42	15.25		119.28	28.78	
ilkokul	162	15.57	8.44		73.02	20.08		140.70	20.69		82.97	14.03		121.63	25.44	
ortaokul	58	16.81	8.26		70.73	18.69		139.99	22.34		82.20	14.59		120.46	23.85	
lise	110	16.35	9.51		65.40	19.65		138.84	17.90		76.04	18.83		106.81	30.60	
Lisans ve üstü					66.70	16.87		138.32	22.37		77.76	16.96		99.79	32.38	
Baba Eğitim Seviyesi				.16			4.85			.84			2.57			4.26
Eğitimi yok	20	16.43	6.05		70.73	18.06		142.91	18.51		78.63	15.15		121.18	24.62	
ilkokul	121	15.59	9.49		72.87	19.36		140.37	21.04		82.29	14.57		119.69	28.37	
ortaokul	68	16.50	8.32		73.37	21.41		142.15	19.67		82.94	16.08		122.10	24.15	
lise	110	15.76	9.43		63.14	16.51		137.39	20.78		77.01	17.18		110.80	28.74	
Lisans ve üstü	76	16.05	8.66		70.83	19.37		141.35	19.10		77.65	17.07		107.23	30.24	
İlişki durumu				1.62			1.82						.01			1.08
Var	162	15.62	9.01		162	68.07		138.69	20.20	20.24	80.10	16.32		117.47	28.06	
Yok	244	16.78	8.98		244	70.70		141.72	20.09		80.14	15.98		114.45	29.04	
Düzenli spor yapma				.22			.12			.59			3.07			1.45
Evet	185	17.05	9.06		81.44	71.39		139.941	1.48		81.44	16.03		117.54	27.87	
Hayır	218	15.93	9.01		78.61	68.37		141.02	1.35		78.61	16.24		114.10	29.35	
Anne-Baba İlişki Durumu				.77			1.79			.17			.46			1.44
Bir arada	349	16.21	8.93		69.72	19.23		139.87	1.03		80.19	16.03		116.63	28.32	
Bosanmış	33	16.70	8.81		65.86	18.98		20.14	3.51		77.43	14.26		104.33	24.63	
Baba vefat etmiş	21	16.29	10.49		68.58	19.40		30.34	6.62		79.68	21.69		115.84	32.93	
Ayrı yaşıyorlar	4	18	7.44		88.25	27.61		23.31	11.66		81.48	8.82		111.75	21.17	
Anne vefat etmiş	7	20.57	10.08		80.14	16.92		16.81	6.35		85.87	12.19		118.17	42.99	

Tablo 35.

Erkek Örneklemindeki Modelin Değişkenlerinin Sosyo-Demografik Faktörlerle Arasındaki Farklar (Devam)

	YTT			EÖBTÖ			DDSÖ			ERN			KDDÖ			
	N	Ort	SS	F	Ort	SS	F	Ort	SS	F	Ort	SS	F	Ort	SS	F
Yaşanılan yer				.84			2.64			.08			3.17			2.36
Köy	14	19.43	11.11		78.68	20.30		139.75	25.65		75.47	12.32		113.36	31.79	
Kasaba	6	17	5.18		64.33	10.36		137.06	16.28		86.33	17.14		129.33	22.11	
İlçe	151	16.91	8.89		72.51	19.30		140.72	20.36		83.38	16.04		120.65	27.47	
İl	232	15.79	8.96		67.80	19.33		140.08	19.42		78.16	15.93		112.45	28.62	
Yurtdışı	6	4.41	7.41		60.08	8.39		138	23.41		85.21	12.13		121.20	25.14	

YTT:Yeme Tutum Testi,EÖBTÖ:Erkeklerle Özgü Beden Tutum Ölçeği, DDSÖ:Duygu Düzenleme Süreçleri Ölçeği,ERN:Erkeklik Rol Normları,KDDÖ: Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği

10. SONUÇ: BULGULARIN ÖZETİ

Çalışmanın araştırma soruları doğrultusunda yürütülen analiz sonucunda elde edilen bulgular aşağıda özetlenmiştir.

1. Duygu düzenleme süreçleri, kadınlığa ve erkeklığe yönelik düşünceler ve yeme tutumları puanları cinsiyete göre farklılaşmaktadır mıdır?

Analiz sonuçlarına göre kadınlar duygu düzenleme süreçlerini erkeklere kıyasla daha iyi kullanmaktadır. Diğer bir ifadeyle, kadınların olumlu duyguların öncül odaklı düzenlenme puanı, olumsuz duyguların öncül odaklı düzenlenme puanı ve olumlu duyguların tepki odaklı düzenlenme puanı erkeklerden daha yüksektir. Kadınlığa ve erkeklığe yönelik düşüncelere bağlılık ve bozulmuş yeme tutumları açısından ise erkekler kadınlara kıyasla daha yüksek puan almıştır.

2. Duygu düzenleme becerisini hangi duygu düzenleme stratejisi daha iyi yordamaktadır?

Kadınlarda ve erkeklerde öncül odaklı duygu düzenleme stratejileri, tepki odaklı duygu düzenleme stratejilerine kıyasla duygu düzenleme sürecini daha iyi yordamaktadır. Ayrıca, olumlu duyguların düzenlenme süreçleri, olumsuz duyguların düzenlenme süreçlerine kıyasla duygu düzenleme sürecini daha iyi yordamaktadır.

3. Kadınlarda ve erkeklerde duygu düzenleme süreçleri beden memnuniyetsizliği şiddetini yordamakta mıdır?

Kadınlarda duygu düzenleme süreçleri beden memnuniyetsizliğini anlamlı olarak yordarken, erkeklerde duygu düzenleme süreçleri ile beden memnuniyetsizliği arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

4. Kadınlarda ve erkeklerde duygu düzenleme süreçleri yeme tutumlarındaki bozulmayı yordamakta mıdır?

Kadınlarda ve erkeklerde duygu düzenleme stratejileri kullanımı arttıkça, yeme davranışlarındaki bozulmalar artmaktadır. Ayrıca, kadınlarda duygu düzenleme süreçleri beden memnuniyetsizliği üzerinden dolaylı olarak yeme tutumlarındaki bozulmaları negatif yönde yordamaktadır.

5. Erkeklerde ve kadınlarda olumlu ve olumsuz duygu düzenleme süreçlerinin kullanımı yüksek ve düşük bozulmuş yeme davranışı gösteren gruplar arasında farklılaşmakta mıdır?

Kadınlarda yüksek ve düşük bozulmuş yeme davranışı gösteren gruplarda duygu düzenleme süreçleri açısından anlamlı fark bulunmazken, erkekler arasında fark bulunmuştur. Buna göre yüksek bozulmuş yeme davranışı gösteren erkeklerin olumlu duyguların öncül odaklı düzenlenme puanı, düşük gruba kıyasla daha fazladır. Benzer şekilde, yüksek bozulmuş yeme davranışı gösteren erkeklerin olumlu duyguların tepki odaklı düzenlenme puanı düşük gruba kıyasla daha fazladır.

6. Olumlu ve olumsuz duygu düzenleme süreçlerinin kullanımı yüksek ve düşük beden memnuniyetsizliği gösteren gruplar arasında farklılaşmakta mıdır?

Yüksek ve düşük beden memnuniyetsizliği gösteren kadınlar arasında duygu düzenleme süreçleri açısından anlamlı fark bulunmamıştır. Erkeklerde ise yüksek ve düşük beden memnuniyetsizliği gösteren gruplar arasında duygu düzenleme süreçleri

açısından anlamlı fark bulunmuş, benforroni düzeltmeleri sonrasında gruplar arasındaki bu fark ortadan kalkmıştır.

7. Duygu düzenleme süreçleri ile kadınlığa ve erkeklığe dair normlara bağlılık arasında ilişki var mıdır?

Kadınlarda geleneksel erkek rollerine bağlılık ile duygu düzenleme süreçleri arasında pozitif yönde ilişki bulunurken, geleneksel kadın rollerine bağlılık arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

8. Kadınlarda ve erkeklerde kadınlığa ve erkeklığe dair düşüncelere bağlılık beden memnuniyetsizliği şiddetini yordamakta mıdır?

Erkeklerde erkeklığe dair düşüncelere bağlılık arttıkça, beden şekline yönelik memnuniyetsizlik de artmaktadır. Kadınlığa dair normlara bağlılık ile beden memnuniyetsizliği arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Kadınlarda, erkeklik rol normlarına bağlılığın beden memnuniyetsizliği üzerinde anlamlı ilişkisi bulunmazken, kadınlığa dair normlara bağlılık beden memnuniyetsizliğini pozitif yönde yordamaktadır.

9. Kadınlarda ve erkeklerde kadınlığa ve erkeklığe dair normlara bağlılık yeme tutumlarındaki bozulmaları yordamakta mıdır?

Kadınlarda, erkeklik rol normlarına bağlılık arttıkça yeme tutumlarındaki bozulmalar artmakta, kadınlığa dair normlara bağlılık arttıkça yeme tutumlarındaki bozulmalar azalmaktadır. Aynı zamanda kadınlığa dair normlar beden memnuniyetsizliği üzerinden dolaylı olarak yeme tutumlarındaki bozulmaları pozitif yönde yordamaktadır. Erkeklerde ise erkeklik rollerine bağlılık doğrudan yeme tutumlarını pozitif yönde yordamamakla birlikte erkeklik rol normlarına bağlılık arttıkça beden memnuniyetsizliği üzerinden dolaylı olarak yeme tutumlarındaki bozulmalar artmaktadır.

10. Kadınlarda ve erkeklerde beden memnuniyetsizliği yeme tutumlarındaki bozulmayı yordamakta mıdır?

Kadınlarda ve erkeklerde beden şekline yönelik memnuniyetsizlik arttıkça yeme tutumlarındaki bozulmalar artmaktadır.

11. Erkek katılımcılarda araştırma değişkenlerinin BKİ'ye göre aralarında fark var mıdır?

Normal kilodaki ve hafif kilodaki erkekler, obez erkeklere kıyasla daha çok erkeklik rol normlarına bağlılık göstermektedir. Beden memnuniyetsizliği açısından hafif kilolu erkekler, zayıf olanlara kıyasla daha çok beden memnuniyetsizliği göstermektedir. EÖBTÖ'nün alt boyutlarından boy için gruplar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Kaslılık boyutunda, hafif kilolu ve obez grubu dışında, BKİ'nin diğer grupları arasında anlamlı fark bulunmuştur. BKİ azaldıkça kas yapısına yönelik memnuniyetsizlik artmaktadır. Vücut yağ oranı boyutunda ise hafif kilolu ve obez grubu dışında diğer gruplar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Buna göre BKİ arttıkça vücut yağ oranından memnuniyetsizlik artmıştır. Duygu düzenleme, kadınlığa dair düşünceler ve yeme tutumları değişkenleri ile BKİ arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

12. Erkeklerde sosyo-demografik faktörlerle (BKİ, anne- baba eğitim düzeyi, gelir seviyesi, en uzun süreyle yaşanan yer, diyet yapma sıklığı, beden algısı vb.) araştırma değişkenleri arasında fark var mıdır?

- Annesi ilkokul mezunu olanların beden memnuniyetsizliği, annesi lise mezunu olanlara kıyasla daha yüksektir. Erkeklik rol normları açısından annesi ilkokul mezunu olanlar, annesi lise mezunu olanlara kıyasla erkeklik rol normlarını daha çok onaylamaktadır. Kadınlığa dair düşüncelerde ise annesi örgün eğitim almayan erkeklerin annesi lise ve lisans mezunu olanlara kıyasla geleneksel kadın rollerini daha çok onayladıkları bulunmuştur. Son olarak, annesi ortaokul mezunu olanlar, lisans ve üstü okullardan mezun olanlara göre kadın rollerine daha çok bağlılık göstermektedir.

- Babanın eğitim seviyesi ile beden tutumu ve kadınlığa dair düşünceler değişkeninden alınan puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Babası ilkokul mezunu olanların beden memnuniyetsizliği annesi lise mezunu olanlara kıyasla daha yüksektir. Kadınlığa dair normlarda ise babası ilkokul ve ortaokul mezunu olan erkekler, annesi lisans mezunu olanlara göre geleneksel kadın rollerine daha çok bağlılık göstermektedirler.

- Erkeklerde ailelerinin toplam gelir durumu ile yeme tutumları, beden memnuniyetsizliği, kadın ve erkeklik rollerine bağlılıkları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

- En uzun süre yaşanan yer ile duygu düzenleme süreçleri, kadınlığa dair düşünceler, yeme tutumlarındaki bozulmalar farklılaşmamaktadır. Erkeklik rol normlarına bağlılık açısından ise gruplar arasında fark bulunmuştur. İlçede büyüyen erkeklerin, erkeklik rol normlarına bağlılıkları ilde büyüyenlere kıyasla daha yüksektir.

13. Kadın katılımcılarda araştırma değişkenleri BKİ'ye göre farklılaşmakta mıdır?

Kadınlarda BKİ'ye göre yeme tutumlarındaki bozulmalar karşılaştırıldığında, normal kilodaki kadınlar hafif kilodaki kadınlara kıyasla yeme tutumlarında daha az bozulma belirtmiştir. Diğer BKİ grupları arasında, yeme tutumları açısından anlamlı fark bulunmamıştır. Yeme tutumlarındaki bozulmalar en çok hafif kilolu grupta görülürken, sonrasında obez, düşük kilolu ve normal kilodaki gruplar gelmektedir.

BTWBTÖ'den alınan puanların BKİ'ye göre farklılıkları incelendiğinde, çekicilik boyutunda zayıf bireyler ile normal, hafif kilolu ve obez bireyler arasında anlamlı fark bulunmuştur. Aşağılanma açısından, düşük ve hafif kilolu kadınlar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Şişman hissetme değişkeninde ise zayıf, normal, hafif kilolu ve obez grubundaki kadınlar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Kadınların kiloları arttıkça şişman hissetme oranları artmaktadır. Kadınlar normal kilo aralığında olsalar dahi kendilerini kilolu hissedebilmektedir. Güçlü/Fit olma açısından BKİ'ye göre gruplar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Beden algısı ve BKİ grupları arasında da olumsuz beden tutumları açısından fark bulunmuştur. Hafif kilolu ve obez bireyler dışında diğer gruplar arasında beden memnuniyetsizliği açısından anlamlı fark bulunmuştur. Özetle, BKİ arttıkça kadınların beden algılarına yönelik olumsuz tutumları artmaktadır. Duygu düzenleme, kadınlığa dair düşünceler

ve erkeklik rol normları değişkenleri ile BKİ'nin grupları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

14. Araştırma değişkenlerinin sosyo-demografik değişkenlerle (BKİ, anne- baba eğitim düzeyi, gelir seviyesi, en uzun süreyle yaşanan yer, diyet yapma sıklığı, beden algısı vb.) arasında fark var mıdır?

- Ortalama gelir düzeyi ile yeme tutumları, kadınlığa dair düşünceler, erkeklik rol normları ve beden algısı arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

- En uzun süre yaşanan yer (köy, kasaba, ilçe, il, yurt dışı) ile yeme tutumları, beden algısı ve erkeklik rol normları arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Kadınlığa dair düşünceler değişkeniyle yaşanan yer arasında ise anlamlı fark bulunmuştur. Buna göre ilde büyüyen kadınlar köyde büyüyenlere kıyasla kadın normlarını daha az içselleştirmektedir.

- Diyet yapma sıklığı ile beden algısı arasındaki ilişkide ise hiç rejim yapmayanların beden memnuniyetsizlikleri, yapanlara kıyasla daha azdır.

- Annesi ve babası ilkokul mezunu olanların, annesi ve babası lise mezunu olanlara kıyasla kadınlığa dair düşüncelere daha çok bağlı oldukları bulunmuştur.

- Romantik ilişkisi olan kadınlar kadınlığa dair düşünceleri ve erkeklik rol normlarını ilişkisi olmayan kadınlara kıyasla daha çok onaylamaktadır.

Bu bölümde özetlenen çalışma bulgularına ilişkin değerlendirmeler bir sonraki bölümde tartışılacaktır.

11. GENEL TARTIŞMA

Bu bölümde, kadınlarda ve erkeklerde test edilen kuramsal modelin analiz bulguları ilgili alan yazın doğrultusunda tartışılmıştır. İlk olarak araştırma değişkenlerinin cinsiyete göre farklılıkları yorumlanmıştır. İkinci olarak, test edilen modeldeki değişkenlerin birbirleri arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkiler ele alınmıştır. Ardından, sosyo-demografik değişkenlerin araştırma değişkenleri ile arasındaki ilişki tartışılmıştır. Son olarak, çalışmanın sınırlılıkları ve araştırma bulgularından yola çıkarak klinik uygulamalara ve ileride yapılabilecek çalışmalara yönelik öneriler sunulmuştur.

11.1. ARAŞTIRMA DEĞİŞKENLERİNİN CİNSİYETE GÖRE FARKLILIKLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Psikoloji alan yazınında, kadınların ve erkeklerin hem biyolojik hem de sosyo-kültürel faktörlerden dolayı psikolojik süreçlerde farklı örüntüler sergiledikleri tartışılmaktadır (Furnham ve ark., 2002; Aldao ve Nolen-Hoeksema, 2010). Bu bağlamda, araştırma sorularından birinci soruya cevap aramak için kuramsal modelde test edilen değişkenlerin cinsiyete göre farklılıkları incelenmiştir.

İlgili alan yazında, duygu düzenleme becerilerinde cinsiyete göre farklılıklar olduğu, kadınların ve erkeklerin duygu düzenleme stratejilerinin kullanımında farklı eğilimler sergilediği ileri sürülmektedir (örn. Gross ve John, 2003; Nolen-Hoeksema, 2012). Bu çalışma bulguları da bu görüşü desteklemektedir. Cinsiyete göre duygu düzenleme stratejilerinin kullanımı karşılaştırıldığında kadınların olumlu duyguların öncül odaklı düzenleme puanının, olumsuz duyguların öncül odaklı düzenleme puanının ve olumlu duyguların tepki odaklı düzenleme puanının, erkeklerin puanlarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle kadınlar erkeklere kıyasla daha iyi duygu düzenleme becerisine sahiptir. Ulusal ve uluslararası alan yazında yürütülen çalışma bulguları da bu sonuçları desteklemektedir (Aka, 2011; Svaldi ve ark., 2012; Yüksel, 2014; Vatan, 2014; Goldschmidt ve ark., 2017).

Araştırmadaki bir diğer değişken olan yeme tutumlarında, erkekler kadınlara kıyasla daha çok bozulmuş yeme davranışı göstermektedir. Türkiye’de yapılan bir çalışma bu bulguyu desteklemektedir (Bozoklu, 2014). Bununla birlikte, ilgili alanda yürütülen çalışmalarda, ağırlıklı olarak kadınların daha çok bozulmuş yeme tutumu gösterdikleri belirtilmektedir (O’Dea ve ark., 2000; Furnham ve ark., 2002; Siyez ve Uzbaş, 2006; Uskun ve Şabanlı, 2013). Çalışma bulguları arasında tutarlılığın olmamasında çalışma örnekleminin yaş aralığı ve örneklemin özelliklerinin etkisinin olabileceği düşünülmektedir. Yakın zamanda yapılan çalışmalarda YTT’nin sadece AN ve BN gelişme riskini taramak için değil obezite riskini taramak için de ayırıcı bir araç olduğu tartışılmaktadır (Garfinkel ve Newman, 2001; Gündüz, 2016). Bu nedenle, çalışmaların ağırlıklı olarak ergenlik dönemindeki bireyler, AN ve BN tanısı alan

kişiler veya dansçılar, sporcular gibi özel gruplarda yürütülmesi kadınlarda yeme tutumlarındaki bozulmalar açısından daha yanlı sonuçlara yol açıyor olabilir.

Son olarak, kadınlığa ve erkeklığe dair düşüncelere bağlılık düzeyinde erkekler kadınlara kıyasla daha yüksek puan almıştır. Bulgular beraber değerlendirildiğinde, kadınların, öncül odaklı duygu düzenleme süreçlerini erkeklere kıyasla daha çok kullanmalarında cinsiyet normlarının etkisinin olabileceği düşünülmektedir. Kültürel normlar ve geleneklerin erkekleri duygularını bastırması (Nolen-Hoeksema, 2012) kadınları ise duygularını dışa vurma ve duyguları doğrultusunda hareket etme yönünde motive ettiği düşünülmektedir (Petrides, Furnham, ve Martin, 2004). Ayrıca, bu eğilim kadınların duygularını fark etme, ayrıştırma ve anlama süreçlerinde de daha başarılı olmalarını sağlıyor olabilir. Bununla ilişkili olarak da öncül odaklı duygu düzenleme stratejilerini daha çok kullandıkları düşünülmektedir. Bu bağlamda, kadınların bu duygu düzenleme süreçlerinde erkeklerden daha başarılı olmaları yeme tutumlarındaki bozulmaları azaltıyor olabilir. İlerleyen bölümlerde cinsiyetin araştırma değişkenleri üzerindeki etkisi daha detaylı tartışılacaktır.

11.2. DUYGU DÜZENLEME VE BEDEN MEMNUNİYETSİZLİĞİ ARASINDAKİ İLİŞKİYE AİT BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Her ne kadar beden memnuniyetsizliği ayrı bir tanı sınıflandırmasında yer almasa da yeme bozuklukları, depresyon, cinsel işlev bozuklukları gibi pek çok psikopatolojinin gelişmesinde risk faktörü olduğu düşünülmektedir (örn. Wideman, 2012, Selvi, 2018). Bu nedenle, beden memnuniyetsizliğine yönelik müdahalelerin dolaylı olarak ilişkili olduğu psikolojik problemlerin tedavisine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Yeme bozuklukları ile duygu düzenleme arasındaki ilişki sıklıkla çalışılmakla birlikte, yeme bozukluklarının gelişiminde risk faktörü olduğu düşünülen beden memnuniyetsizliği ile duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi araştıran sınırlı çalışmanın olduğu belirtilmektedir (Svaldi, Naumann, Trentowska, Lackner ve Tuschen-Caffier, 2013). Bu noktadan hareketle, araştırma sorularından ikinci, üçüncü ve altıncı soruya cevap aramak için kadınlarda ve erkeklerde duygu düzenleme süreçleri ile beden memnuniyetsizliği arasındaki ilişki incelenmiştir.

Analiz bulgularına göre, sadece kadınlarda duygu düzenleme becerileri beden memnuniyetsizliğini ters yönde doğrudan yordamaktadır. Buna göre kadınların duygu düzenleme becerileri arttıkça beden memnuniyetsizliği şiddeti azalmaktadır. Bu sonuç alan yazındaki kısıtlı bulgu ile tutarlılık göstermektedir. Bedenle ilgili olumsuz duygu ve düşüncelerin kontrol edilerek azaltılamamasının beden memnuniyetsizliği geliştirme riskini arttırdığı düşünülmektedir (Cash, Santos, Williams, 2005; Sim ve Zeman, 2006; Lavender ve Anderson, 2010). Türkiye’de ise duygu düzenleme süreçleri ile beden memnuniyetsizliği arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmaya yazarlarca yapılan tarama sonucunda ulaşılamamıştır.

Erkeklerde duygu düzenleme süreçleri ile beden memnuniyetsizliği arasındaki ilişkiyle ilgili tutarsız sonuçlar bulunmaktadır. Örneğin, Lavender ve Anderson (2010) çalışmalarında olumsuz duygulanım etkisi kontrol edildikten sonra duygu düzenleme

süreçlerindeki zorlukların beden memnuniyetsizliğini ve yeme tutumlarındaki bozulmaları arttırdığını belirtmiştir. Ricciardelli and McCabe (2001) ise sadece zayıflamak isteyen erkek ergenlerde, beden memnuniyetsizliği ve bulimik davranışlar arasında olumsuz duygu durumun aracı etkisinin olduğunu belirtmiştir. Tam tersi, bir başka çalışmada, kadınlarda olumsuz duyguların düzenlenmesindeki zorlukların bulimik belirtiler ve beden memnuniyetsizliği ile ilişkili olduğu, erkeklerde ise duygu düzenleme ve beden memnuniyetsizliği arasında ilişki bulunmadığı belirtilmiştir (Heywood ve McCabe, 2006). Mevcut çalışma da bu bulguyu desteklemektedir. Kadınlarda duygu düzenleme süreçleri beden memnuniyetsizliğini yordarken, erkeklerde bu iki yapı arasında ilişki bulunmamıştır. Bu farkın görülmesinde erkeklerde beden memnuniyetsizliğine yol açan faktörlerin yaşa ve kişinin motivasyonuna göre değişmesinin etkisinin olabileceği tartışılmaktadır. Erkeklerin bedenleriyle ilgili kilo alma, verme, kaslı olma gibi farklı motivasyonlarının olması, beden algısının araştırıldığı çalışmalarda birbiriyle tutarsız sonuçların bulunmasına yol açıyor olabilir (Ricciardelli and McCabe, 2001; Selvi, 2018).

İkinci olarak duygu düzenleme süreçlerinin yüksek ve düşük beden memnuniyetsizliği gösteren gruplar arasındaki farkının incelenmesi için ek analizler yürütülmüştür. Buna göre kadınlarda yüksek ve düşük beden memnuniyetsizliği belirten gruplar arasında duygu düzenleme süreçlerinin kullanımı açısından fark bulunmamıştır. Yurtdışı alan yazınında ise fark belirten çalışmalar bulunmaktadır. Örneğin, deneysel ortamda ideal kadın bedenini yansıtan modellere maruz bırakılarak kadınların anlık olarak bedenlerine yönelik olumsuz duyguları arttırılmış ve kullandıkları duygu düzenleme stratejisine göre duygulanımlarındaki değişimler incelenmiştir. Buna göre ruminasyon stratejisini kullanan kadınların kilo ve görünüşlerine yönelik sıkıntı hissini arttığı, kabullenme stratejisini kullananların ise sıkıntı hissini başlangıç seviyesine düşüğü belirtilmiştir (Svaldi ve ark., 2013). Bu çalışmada fark bulunamaması, çalışmanın klinik örnekleme yürütülmemesi ve karşılaştırmanın eşik altı belirti gösteren gruplar arasında yapılmasından kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir. Erkeklerde, kadınlardan farklı olarak yüksek ve düşük beden memnuniyetsizliği gösteren gruplar arasında anlamlı fark bulunmuş fakat farkın yönü belirlenememiştir. Grupların ortalama puanları incelendiğinde yüksek beden memnuniyetsizliği belirten erkeklerin, olumsuz duyguların tepki odaklı düzenleme puanları düşük gruba kıyasla daha yüksek olduğu düşünülmeyle birlikte kesin sonuçlar için ileri araştırmaların yapılması gerekmektedir. Bu eğilim tepki odaklı duygu düzenlemenin, öncül odaklı duygu düzenleme stratejilerine göre daha işlevsiz duygu düzenleme sağladığı görüşünü desteklemektedir (Gross, 2003; Gross ve John, 2007).

Bu tartışmalara ek olarak, duygu düzenleme süreci ile beden memnuniyetsizliği arasında ilişki bulunamamasının, kullanılan ölçüm araçlarının erkeklerin kullandıkları duygu düzenleme stratejilerini değerlendirmek için yetersiz olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir (Bardeen ve Stevens, 2014). Yazarlar, erkeklerin ağırlıklı olarak bastırma ve inkar mekanizmalarını kullandıklarını bu nedenle bilinçdışı duygu düzenleme süreçlerinin daha çok olduğunu belirtmektedir. Örtük duygu düzenleme sürecinde bilinçli bir yönlendirme veya niyet olmaksızın duygusal tepkiler

düzenlenebilmektedir (Koole ve Rothermund, 2011). Örtük yapılan duygu düzenleme süreçlerinin de psikolojik adaptasyonda önemli rol oynadığı düşünülmektedir (Hoop, Troy ve Mauss, 2011). Bu nedenle, bilinçli duygu düzenleme stratejilerinin değerlendirildiği ölçüm araçları ile yapılan çalışmaların erkekler için sağlıklı bilgiler sunmadığı düşünülmektedir (Hoop ve ark., 2011; Bardeen ve Stevens, 2014).

Sonuç olarak, kadınlarda alanla tutarlı olarak duygu düzenleme süreçlerinde zorluk arttıkça, beden memnuniyetsizliği artmaktadır. Erkeklerde ise duygu düzenleme süreçleri ve beden memnuniyetsizliği arasında ilişki bulunmamıştır. İlerleyen çalışmalarda duygu düzenleme sürecinin farklı boyutlarıyla değerlendirilmesi ve erkeklerde zayıf olma dışında, kaslı/yapılı bir vücuda sahip olma arzusunun da değerlendirilmesi bu alanda daha fazla bilgi sahibi olmamızı sağlayacaktır.

11.3. KADINLIĞA VE ERKEKLİĞE DAİR DÜŞÜNCELERİN BEDEN MEMNUNİYETSİZLİĞİ İLE İLİŞKİSİNİN TARTIŞILMASI

Bireylerin algıları üzerinde kültürün yadsınamaz bir rolü vardır. Toplumsal bir varlık olarak insan, bedeni aracılığı ile görünürlük kazanmaktadır. Bu bağlamda, kadın ve erkek bedeni arasında sadece genetik özelliklerin getirdiği biyolojik farklılıklar bulunmamakta aynı zamanda kültürün inşası ile ideal beden yapısına yönelik beklentilerde de farklılıklar oluşabilmektedir (Griffiths ve ark., 2015; Devrim ve ark., 2018). Çok küçük yaşlardan itibaren toplum içerisindeki etkileşimlerle toplumsal cinsiyet normlarına dair algılar oluşmaya başlamaktadır. Bireyin diğerleri tarafından dışlanmamak için bu normlara uyum sağlamaya çalışarak hem fiziksel hem de psikolojik olarak kendini şekillendirmeye çalıştığı (Good, Dell ve Mintz, 1998; Okumuş, 2009) bu nedenle bedenine yönelik algısında yaşadığı toplumdaki kadınlığa ve erkekliğe yönelik normların etkisinin olduğu düşünülmektedir (Tiggemann, 2004; Tiggemann ve Boundy, 2008; Griffiths ve ark., 2015). Bu bağlamda araştırma sorularından sekizinci soruya cevap aramak için yürütülen analiz bulguları bu bölümde değerlendirilecektir.

11.3.1. Kadınlığa Yönelik Düşüncelerin Beden Memnuniyetsizliği İle İlişkisinin Tartışılması

Bedene yönelik tutumun sadece kilo gibi biyolojik faktörlerden etkilenmediği aynı zamanda kadınlığa ve erkekliğe yüklenen kültürel faktörlerden de etkilendiği düşünülmektedir. Bu çalışmada da şişman hissetme, kendini çekici, fit bulmama ve beden üzerinden aşağılanma boyutları üzerinden değerlendirilen beden tutumu ile geleneksel cinsiyet normları arasında ilişki bulunmuştur. Buna göre kadınlığa dair cinsiyet normlarına bağlılık arttıkça, kadınların bedenlerine yönelik memnuniyetsizlikleri de artmaktadır. Bu ilişki farklı kuramlar üzerinden tartışılmaktadır.

İlk olarak modern yaşam ile birlikte kadın bedenine bakış açısının değiştiği, ideal/çekici kadın bedeninin zayıf olması gerektiği yönündeki beklentilerin arttığı, bu durumun da kadınların beden memnuniyetsizliğini arttırdığı ileri sürülmektedir (Menzel ve ark., 2010; Griffiths, Mitchison, Mond, McLean ve ark., 2016). İdeal kadın bedeninin zayıflık üzerinden değerlendirilmesine Nesneleştirme Kuramı bir açıklama getirmektedir (Fredrickson ve Roberts, 1997). Kuram aynı kültürde, toplumda yaşamalarına rağmen kadınların erkeklerden daha çok beden memnuniyetsizliği yaşamasına sosyo-kültürel temelde bir açıklama getirmektedir. Fredrickson ve Roberts (1997), kadın bedeninin erkek egemen toplumlarda bir nesne olarak sunulduğunu ve bu nesneye ilişkin ölçütlerin de erkek bakış açısı ile kişide haz yaratacak şekilde biçimlendirildiğini ileri sürmektedir. Kadınların bu bedensel özellikleri karşılayarak, erkekler karşısında toplumsal konumlarını korudukları, diğerleri tarafından da takdir ve onay almaya çalıştıkları düşünülmektedir (Fredrickson ve Roberts, 1997; Tiggemann ve Boundy, 2008). Kadınların toplum içindeki konumlarının bedenleri üzerinden değerlendirilmesine Feminist Kuram bir açıklama getirmektedir. Kuram, ataerkil sistemde, kadınların sahip olduğu imkanların ve cinsiyet eşitliğine yönelik girişimlerinin artması nedeniyle erkeklerin konumlarını korumak için kadınlara bedenleri üzerinden baskı oluşturulduğunu ileri sürmektedir (Myers ve Crowther, 2007). Mevcut çalışmada da kadınların beden memnuniyetsizliğini en çok şişmanlık hissini yordaması, ideal beden zayıf olması gerektiği yönündeki normlardan kaynaklandığı düşünülmektedir.

Bu noktada aynı toplumda yaşamalarına rağmen bazı kadınların neden daha çok beden memnuniyetsizliği geliştirdiği veya toplumsal cinsiyet normlarına neden daha çok bağlı oldukları sorusu karşımıza çıkmaktadır. Bir grup araştırmacı bu ilişkiyi bakım veren-çocuk ilişkisi üzerinden tartışmaktadır. Buna göre çocukları yetiştiren ebeveynlerin aynı toplumda yaşadıkları için toplumsal normları içselleştirip, çocuklarına dolaylı olarak aktardıkları düşünülmektedir (Moen, Erickson ve Dempster-McClain, 1997; Wilson, Musham, McLellan, 2004). Örneğin, yapılan bir çalışmada düşük yeme bozukluğu belirtileri olan kızlar ile BN tanısı alan kızların annelerinin beden tutumu ve yeme davranışları karşılaştırılmıştır (Pike ve Rodin, 1991). Yeme bozukluğu tanısı alan kızların annelerinde yeme bozukluğu belirtileri ve diyet yapma sıklıkları diğer gruptaki annelere göre daha yüksektir. Ayrıca bu anneler, kızları YB tanısı almayan annelere kıyasla kızlarını daha az çekici bulmakta ve kızlarının zayıflaması gerektiğini daha çok düşünmektedir (Pike ve Rodin, 1991). Bulgular beraber değerlendirildiğinde, erken yaşlardan itibaren ideal bedene yönelik içselleştirilen mesajların bir döngü halinde bir sonraki nesile aktarıldığı düşünülmektedir.

Bir diğer görüş de özellikle medya kanalıyla Batı kültürünün dayattığı zayıf beden imajının kadınsı görünmek için ideal beden ölçütü olarak algılanmasının geleneksel cinsiyet normları ile çatışma yarattığı ve beden memnuniyetsizliğini arttırdığıdır (Görgün-Baran, Özcan-Demir ve Ulusoy, 2004; Yılmaz, 2017). Örneğin, Kuzey Koreli ve Çinli kadınların, Amerika'da yaşayan kadınlara kıyasla daha çok beden memnuniyetsizliği ve yeme bozukluğu belirtileri gösterdiği bulunmuştur (Jung ve

Forbes, 2007). Özellikle ekonomik reformlar ile birlikte ticaretin küreselleşmesi, tüketim ürünlerinin kolayca ulaşılabilirliğine ve batı tarzı yaşam biçiminin hızla yaygınlaşmasına yol açmıştır. Bu süreçte medya aracılığı ile Batı kültürünün etkisinin hızla diğer kültürlerle ve topluluklara yayıldığı düşünülmektedir (örn. Dolunay, 2002; Köse, 2011; Lopez, Corona, ve Halfond, 2013). Türkiye’de yapılan çalışmalar da bu bulguları desteklemektedir. Örneğin Batı (2010) çalışmasında dört farklı dergide kadın figürü kullanılarak oluşturulan dergi reklamlarının, kadın bedeni üzerinden verdiği mesajları içerik analizi ile incelemiştir. Reklamlardaki mesajların kadın bedeni için çekici, seksi görünmek için gerçekçi olmayan zayıflık ölçütlerini vurguladığı belirtilmiştir. Bir başka çalışmada da medyada sunulan ideal beden imgelerini içselleştiren ve kendi bedenini akranları ile karşılaştıran kadınların beden memnuniyetsizliği seviyeleri daha yüksek bulunmuştur (Aslan, 2001).

Medyanın beden algısı üzerindeki rolü Thompson, Coovert ve Stormer (1999) tarafından Üçlü Etki Model’i çerçevesinde ele alınabilir. Model, yeme bozukluklarının ve beden memnuniyetsizliğinin gelişmesinde akranlardan, aileden ve medyadan gelen mesajların önemli rolü olduğunu savunmaktadır. Beden memnuniyetsizliğinin ise bireylerin bu kaynaklardan gelen mesajların içselleştirmesi ve kendilerini bu kaynaklardaki beden imgeleri ile karşılaştırması sonucu yaşanan çatışmadan kaynaklandığı düşünülmektedir (Thompson ve ark., 1999) Model ilk olarak kadınlar için öne sürülse de sonraki çalışmalarda bu üç kaynağın erkeklerin beden algısı üzerinde de önemli etkisinin olduğu desteklenmiştir (Cafri ve Thompson, 2004; Yılmaz, 2017; Selvi, 2018). Özellikle modelin sosyal kıyaslama ve içselleştirme süreçlerine yaptığı vurgu sosyo-kültürel faktörlerin beden memnuniyetsizliğinin etiolojisindeki rolünü açıklamaktadır. Bu alanda yapılan çalışmalarda da arkadaşlar, aile ve medya üzerinden içselleştirilen ulaşılması zor ideal beden özelliklerinin, kadınlar üzerinde baskı yaratarak, yeme davranışlarında bozulmalara yol açtığı düşünülmektedir (örn. Thompson ve Stice, 2001; Halliwell, 2013; Damiano ve ark., 2015).

Medya aracılığıyla kadınların ideal bedene dair normları içselleştirme süreçleri Thompson ve Stice (2001) tarafından Sosyo-Kültürel Model ile açıklanmaktadır. Modele göre moda dergileri, filmler, reklamlar üzerinden sunulan seçilmiş kadınlar ile güzellik “aşırı ince” olma ile özdeşleştirilmektedir. Bu güzellik normlarının aile sistemi, akranlar, sosyal çevre ve medya üzerinden bireylere aktararak, ideal bedenin ince olması gerektiğine yönelik bir iç kabul oluşturduğu düşünülmektedir. Kadınların ideal vücut yapısına sahip olmadıklarında çevrelerinden gelen olumsuz yorumlar, diyet yapmaya yönlendirilmeleri, kilolarıyla ilgili eleştiriler ile bu normlara uygun davranmaları için üzerlerinde baskı oluşturulduğu belirtilmektedir. Bu normlara uygun davranarak kadınların çevreleri tarafından onaylanmama, sevilme riskini azalttığı düşünülmektedir. (Thompson ve Stice, 2001). Bu bağlamda, kadınlığa dair normatif düşünce ve tutumlara bağlılık arttıkça beden memnuniyetsizliğinin artmasında geleneksel normlarla Batı medyasının etkisiyle oluşan normların birbiriyle çatışmasından kaynaklanabilir. Medyada zayıf kadın bedenlerinin cinsel olarak çekici ve karşı tarafı etkileyen fiziksel imgeler olarak sergilenmesi, kadının saf, namuslu,

itaatkar olması gerektiği yönündeki geleneksel kadın rolleri ile çatışma yaşamasına yol açıyor olabilir (Aslan, 2001; Yılmaz, 2007). Özellikle ataerkil kültürün baskın olduğu Türkiye gibi toplumlarda kadının bedenini çekici görünmek için sergilemesinin saf, namuslu kadın imgesi ile çatıştığı düşünülmektedir

Özetle, aynı toplumda, aynı BKİ'ye sahip olmalarına rağmen bazı kadınların neden daha çok beden memnuniyetsizliği geliştirdiğine sosyo-kültürel model çerçevesinde bir açıklama getirilebilir. Buna göre, kadınsı görünmek için karşılanması zor vücut şekline sahip olmanın gereklilik olarak algılanması, kadınların normal kilo aralığında olsalar dahi beden şekillerinden hoşnut olmamalarına yol açıyor olabilir. Özellikle çalışma örnekleminin üniversite popülasyonu olması kadınların yaşa ve sosyal ortama bağlı olarak kendilerini akranları ile daha çok karşılaştırmalarına neden oluyor olabilir. Buna bağlı olarak da beğenilmek, alaylara maruz kalmamak veya daha kadınsı görünmek için kadınların sürekli olarak bedenleri üzerinden uğraş verdikleri düşünülmektedir.

11.3.2 Erkeklik Rol Normları ile Beden Memnuniyetsizliği Arasındaki İlişkinin Tartışılması

Son yıllarda kadınların daha çok beden memnuniyetsizliği yaşadığı görüşüne karşıt olarak uygun ölçüm araçları kullanıldığında erkeklerin de benzer oranlarda beden memnuniyetsizliği yaşadıklarının bulgularla desteklenmesi, bu alana olan ilgiyi arttırmıştır. Erkeklerde beden memnuniyetsizliğine yol açan faktörler incelendiğinde, kadınlardan farklı olarak, ideal beden algısında zayıf olmanın dışında kaslı olmanın daha belirleyici bir faktör olduğu belirtilmektedir (Heywood ve Cabe, 2006; Lavender ve Anderson, 2010).

Mevcut çalışmada alan yazınla tutarlı olarak erkeklerin beden yapılarına yönelik olumsuz tutumlarını en çok kas yapısına yönelik hoşnutsuzluk sonrasında vücut yağ oranı ve boya yönelik hoşnutsuzluk yordamıştır. Bu bulguları destekleyen çalışmalar olmakla birlikte (Tylka ve Bergeron, 2007; Selvi, 2018) karşıt bulguların olduğu çalışmalara da ulaşılmıştır (McCabe ve Ricciardelli, 2004; Pamela, Mark, Tood ve Joiner, 2007). McCabe ve Ricciardelli (2004) erkeklerin beden tutumlarındaki bu farklılığı incelemek için ilgili araştırmaları derlemiş ve erkeklerin içinde bulunulan gelişim dönemi ve yaşa göre beden tutumlarının değiştiğini belirtmiştir. Ergenlik öncesinde yapılan çalışmalarda erkeklerin kilo almak, kilo vermek veya kaslı olmak gibi farklı motivasyonlara sahipken, ergenlik sonrasında çoğunlukla kaslı olmak istedikleri belirtilmiştir. Yazarlar, erkeklerde bedene yönelik farklı tutumlar olsa da altındaki motivasyonların benzer olduğunu düşünmektedir. Buna göre ergenlik öncesi bazı erkeklerin kilo almak, bazılarının da kilo vermek istemelerinin altında kas yapılarını arttırarak güçlü, yapılı bir vücuda sahip olma arzularının olduğu düşünülmektedir (McCabe ve Ricciardelli, 2004). Bu bağlamda, erkeklerde kas yapısının vücut yağ oranından daha çok ön planda olmasında, kadınlarda olduğu gibi zayıf görünmek değil, kas yapısının belirginleştirilmesinin olduğu düşünülmektedir

(McCreary ve Sasse, 2007; Bergeron ve Tylka, 2007; Devrim ve ark., 2018; Selvi, 2018).

Erkeklerde zayıflığa kıyasla kaslı, yapılı bir bedenin ön planda olmasında erkeklere özgü cinsiyet normlarının etkisinin olduğu düşünülmektedir (Levant, 1996; Griffiths ve ark., 2015). Erkekler de sosyal iletişim yoluyla çocukluklarından itibaren, erkeksi olabilmek için nasıl hissetmesi, düşünmesi ve davranması gerektiğine dair pek çok toplumsal norma maruz kalmaktadır. Levant ve Richmond (2007) bu süreci Erkeklik İdeolojisi (Masculinity İdeology) kavramı üzerinden tartışmakta ve genel olarak bireyin kültürel sistemin dayattığı, erkeklikle ilgili içselleştirilen düşünce ve davranışlar üzerinden beden tutumlarını şekillendirdiğini belirtmektedir. Bu bağlamda, erkeklerin kaslı bir vücuda sahip olma arzularının altında kaslı bir bedenin “erkeklığın” sembolü olarak gösterilmesinin etkisinin olabileceği belirtilmektedir (Connell, 1993; Pope ve ark., 2000; Ridgeway ve Tylka, 2005). Mevcut çalışma bulguları da bu görüşü desteklemektedir. Buna göre erkeklik rol normları beden tutumunu doğrudan yordamıştır ve erkeklik rol normlarına bağlılık arttıkça, erkeklerin bedenlerine yönelik olumsuz tutumları da artmaktadır. Ayrıca, erkeklik rol normları en çok kaslılık sonrasında vücut yağ oranı ve boy alt boyutlarını yordamıştır. Farklı çalışmalarda da bu bulgular desteklenmiştir. Örneğin, erkeklerden “maskülen (erkeksi) bir erkeğin” özelliklerini tanımlamaları istendiğinde boy ve kaslılık en önemli üç özellikten ikisi olmuştur (Helgeson, 1994). Benzer şekilde, Frederick, Buchanan, Sadehgi-Azar, Peplau, Haselton, Berezovskaya ve Lipinski (2011) Amerikalı, Ukraynalı ve Ganalı erkeklerin beden memnuniyetsizliği düzeylerini karşılaştırdıkları çalışmalarında, farklı topluluklarda yaşayan erkeklerin geleneksel erkek rollerine olan bağlılıkları arttıkça daha çok kaslı olmak istediklerini belirtmişlerdir.

Kaslı bir bedenin daha erkeksi algılanması farklı modeller üzerinden tartışılmaktadır. Örneğin, evrimsel bakış açısı erkeklerin iri, kaslı vücut yapısı ile özdeşleştirilmesinin, bu vücut şeklinin, erkeğe tür içerisinde avantaj sağladığını ileri sürmüştür. Kaslı bir vücuda sahip olmanın erkekler arasındaki yarışta veya kavgada rakibe üstünlük sağlanmasına katkı sağladığı düşünülmektedir. Ek olarak, erkeğin kaslı bir vücuda sahip olmasının kadınlar tarafından çekici bulunmayı ve eş olarak seçilmeyi kolaylaştırdığı belirtilmiştir (Dixon, Halliwell, East, Wignarajah ve Anderson, 2003). İkincil cinsiyet özellikleri olarak adlandırılan geniş omuzlar, kaslı bir vücut, sakallı bir yüz, erkeğin bu metabolik özelliklere sahip olması için maddi ve manevi olarak iyi durumda olduğuna dair kanıt oluşturabileceği düşünülmektedir. Ayrıca, kaslı bir erkekle beraber olmanın diğer erkeklerden veya olası fiziksel saldırılardan korunmada kadına avantaj sağlayabileceği belirtilmektedir (Johnston, Hagela, Franklin, Fink, ve Grammer, 2001). Erkekler de kadınlar tarafından çekici bulunmak ve erkekler üzerinde üstünlük sağlamak için daha kaslı bir vücuda sahip olmak istiyor olabilir.

Bir diğer görüşe göre de erkekler, ideal erkek bedenine ait özellikleri karşılayamadığını düşündükçe “erkeklğine” (manhood) yönelik tehdit hissine kapılmaktadır. Levant ve Richmond (2016) erkeklerin sosyal statülerini kaybetmemek ve diğer erkekler tarafından dışlanmamak için kadınsılıkla ilişkilendirilen zayıf ve

narın görünümünün tam tersi güçlü ve sert görünmek için kaslı bir bedene sahip olmak istediklerini ileri sürmüştür.

Erkeklikle ilgili bu mesajların içselleştirilmesinde bir önceki bölümde kadınlar üzerinden tartışılan süreçle benzer olarak medyanın etkisinin olduğu tartışılmaktadır (Pope ve ark., 2000). Sosyal medya kanalı ile güzel, çekici, yakışıklı görünmek için sahip olunması gereken fiziksel özelliklerin yanı sıra bu kişilerin hangi ilgi alanlarına, yaşam tarzına sahip olması gerektiğiyle ilgili de birçok mesaj verilmektedir (Tiggemann ve Boundy, 2008; Tuschen-Caffier ve ark., 2016). Örneğin medyada kaslı erkeklere çekici, güçlü, mutlu gibi olumlu kişilik özellikleri yüklenirken; zayıf ve obez erkeklere tembel, sinsî, güvenilmez gibi olumsuz kişilik özellikleri atfedilmektedir (Lerner, 1960 akt. Cafri ve Thompson, 2004). Medyanın beden algısı üzerindeki etkisini incelemek için yapılan deneysel çalışmalarda da nötr erkek beden imajı yerine, kaslı/fit erkek beden imajıyla ilgili reklamlara maruz kalan gruplarda daha çok depresif duygu durum ve beden memnuniyetsizliği belirtilmiştir (Aglia ve Tantleff-Dunn, 2004).

Erkekliğin kaslılık üzerinden tanımlanmasının Batı kültüründe daha yaygın olduğu, bu nedenle bu kültürde yaşayan veya medya yolu ile bu mesajlara maruz kalan erkeklerde daha çok beden memnuniyetsizliği yaşandığı düşünülmektedir (Griffiths ve ark., 2015). Örneğin, kültürün beden memnuniyetsizliği üzerindeki etkisini incelemek için Amerika'da ve Tayvan'da yaşayan erkekler ile bu ülkede yayınlanan dergilerin erkek kapak modelleri karşılaştırılmıştır. Bulgulara göre Tayvanlı erkeklerin Batı toplumlarındaki erkeklere kıyasla daha az beden memnuniyetsizliği gösterdiği bulunmuştur. Bu farkın Batıdaki erkeklerin medya aracılığı ile erkeksiliği daha çok kaslı ve fit bir bedene sahip olma ile özdeşleştirmelerinden kaynakladığı düşünülmektedir. Ayrıca, evi geçindirme, evin reisi olma gibi geleneksel erkek rollerinin öneminin Batı'da azalması ile erkeklerin erkeksiliği kaslı bir bedene sahip olma ile özdeşleştirdikleri düşünülmektedir. Erkeksiliğin kaslılık üzerinden değerlendirilmesinin ise beden memnuniyetsizliği riskini arttırdığı düşünülmektedir (Yang, Gray ve Pope, 2005). Benzer şekilde, İsraili, Iraklı ve Amerikalı erkeklerin karşılaştırıldığı çalışmada İsraili erkekler daha çok kaslı bir vücuda sahip olmak isterken, Iraklı erkeklerin Amerikalı erkeklere kıyasla beden tutumları daha olumlu bulunmuştur. Yazarlar bu farkın oluşmasında, Batı teknolojisinin ve kitle iletişim araçlarının İsrail'de kullanımının yaygın olmasından dolayı İsraili erkeklerin Batı kültürüne daha çok maruz kalarak kaslılığı ideal beden ölçütü olarak içselleştirdiklerini düşünmektedirler. Tam tersi, Irak'da katı İslami kökenli yönetim anlayışından kaynaklı olarak, Batı teknolojisinin ve sosyal medya araçlarının kullanımının çok sınırlı olduğu belirtilmektedir. Bu nedenle, Iraklı gençlerin Batı kültüründen etkilenme oranlarının daha düşük olduğu düşünülmektedir (Twenge ve Crocker, 2002).

Bu görüşlere karşıt olarak bir grup araştırmacı kitle iletişim araçları nedeniyle, Batı kültürü etkisinde gelişen ideal beden ölçütlerinin kültüre göre beden memnuniyetsizliği oranlarını değiştirmediklerini savunmaktadır. Örneğin Amerikalı,

Ukraynalı ve Ganalı erkeklerin beden memnuniyetsizliği oranlarında anlamlı fark bulunmamıştır (Frederick ve ark., 2011). Benzer şekilde Amerikalı erkeklerle, farklı bir kültürle bağı olan Asya kökenli Amerikalı erkeklerin karşılaştırıldığı çalışmada iki grubun da benzer oranlarda beden memnuniyetsizliği yaşadığı ve yeme bozukluğuna yol açabilecek sağlıksız kilo kontrolü stratejilerine başvurdukları belirtilmiştir (Nouri, Hill ve Orrell-Valente, 2011).

Sonuç olarak, ilgili alandaki çalışma bulguları değerlendirildiğinde özellikle kitle iletişim araçlarının kullanımındaki hızlı artışın, karşılanması zor ideal beden imajlarının daha geniş kitlelere yayılmasını sağlayarak sadece Batı toplumlarında değil diğer ülkelerde de beden memnuniyetsizliği ve YB oranlarının artmasına yol açtığı düşünülmektedir (Agliata ve Tantleff-Dunn, 2004; Xu, 2017). Mevcut çalışmanın örnekleminin üniversite popülasyonu olması, erkekligi babalık, evi geçindiren kişi olma gibi geleneksel roller üzerinden değil de, Batı kültürünün etkisiyle kaslı bir beden üzerinden sağlamaya yönlendiriyor olabilir. Ayrıca, yaş itibarıyla romantik ilişkilerin önem kazandığı bu dönemde erkeksi görünüme ve partneri etkilemek için medya etkisinde oluşan kaslı/fit vücut yapısına sahip olma arzusunun da beden memnuniyetsizliğinin gelişme riskini arttırdığı düşünülmektedir.

11.4. DUYGU DÜZENLEME SÜREÇLERİ VE YEME TUTUMLARI ARASINDAKİ DOĞRUDAN VE DOLAYLI İLİŞKİLERİN TARTIŞILMASI

Yeme bozukluklarının klinik görünümünde farklılıklar olmakla birlikte, bu kategori altındaki bozuklukların ortak noktası bireylerin bozulmuş yeme tutumlarının olmasıdır. İşlevsiz yeme tutumlarının gelişmesinde ise olumlu ve olumsuz duyguların düzenlenme sürecinde verilen tepkilerin etkili olduğu düşünülmektedir (Svaldi ve ark., 2012). Farklı çalışmalarda duygu düzenleme sürecinde yaşanan güçlüklerin, YB ile ilişkili olduğunu destekleyen bulgular bildirilmiştir (örn. Harrison ve ark., 2010; Svaldi ve ark., 2012; Sapmaz Yurtsever ve Tekinsav Sütçü, 2017; Başçıvi, 2017). Bu bağlamda mevcut çalışmada dördüncü ve beşinci soruların cevaplanması için duygu düzenleme süreçleri ve yeme tutumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre bu bulgulardan farklı olarak duygu düzenleme süreçlerinin yeme tutumlarını pozitif yönde yordadığı bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle hem erkeklerde hem de kadınlarda duygu düzenleme süreçlerinin kullanımı arttıkça, yeme tutumlarındaki bozulmaların arttığı bulunmuştur.

Bu farkın çalışmalar arasındaki kuramsal farklılıklardan ve kullanılan ölçüm araçlarından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Mevcut çalışmada normal popülasyonda yeme tutumlarındaki bozulmaların şiddetini değerlendirerek, YB'nin gelişimi açısından risk gruplarının belirlenmesini sağladığı düşünülen Yeme Tutum Testi (Garner ve Garfinkel, 1979) kullanılmıştır. Bu ölçüm aracının YB tanısı alan grup ile sağlıklı grubu ayırıştırabildiğini destekleyen çalışmalar bulunmaktadır (Garner ve Garfinkel, 1979; Aslantaş Ertekin, 2010). Bununla birlikte, Garfinkel ve Newman

(2001), YTT'nin geliştirilmesinden sonra bu ölçüm aracı kullanılarak yapılan çalışmaları derlemiş ve yeme tutumlarındaki bozulmaların her zaman YB'ye evrilmediğini belirtmiştir. Yazarlar YTT'den yüksek puan alanların bir kısmının YB'nin bütün ölçütlerini karşıladığını, bir kısmının ise YB tanı ölçütlerini karşılamayıp, obezite, OKB, depresyon veya kaygı bozuklukları gibi farklı tanı ölçütlerini karşıladığını belirtmiştir (Garfinkel ve Newman, 2001). Türkiye'de yapılan bir çalışmada da YTT ile yapılan taramada popülasyonun %5.25'inin YB açısından risk taşıdığı belirlenirken, klinik görüşmeler sonrası YB yaygınlığının %1.52 olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, bu hastaların yaklaşık yarısına Eksen I bozukluklarından eş tanı konulmuştur (Semiz ve ark., 2012). Benzer şekilde yüksek bozulmuş yeme tutumu gösteren obez bireylerde depresyon ve yeme bağımlılığı oranları, normal aralıktaki bireylerden daha yüksek bulunmuştur (Oktay, 2015). Bu bilgilerden yola çıkarak, alan yazında yeme bozukluğu tanısı almış hastalarda bozulmuş yeme tutumları ile duygu düzenleme güçlükleri arasındaki ilişki farklı tanı gruplarında veya eşik altı örnekleme aynı örüntüyü göstermiyor olabilir.

Bu bağlamda, bu çalışmada yeme tutumlarını bir sonuç değişkeni olarak düşünmek, duygu düzenleme ve psikopatoloji arasındaki ilişkinin anlaşılması için tamamlanmamış bir model olabilir. Duygu düzenleme hem içsel hem de dışsal süreçleri kullanarak, bireyin duygusal tepkilerini takip etmesini, değiştirmesini, değerlendirmesini ve anlamlandırmasını gerektirmektedir (Gross, 2003). Bu süreçlerin yürütülebilmesi için duygunun ilk önce ortaya çıkması, ortaya çıkan bu duygunun fark edilmesi, anlamlandırılması ve duygu düzenleme stratejilerinin kullanılarak kişinin amacına göre düzenlenmesi gerekmektedir (Gross ve John, 2003; Gratz ve Roemer, 2004). Bu kadar geniş ve karmaşık bir yapının hangi sürecinde ortaya çıkan zorluğun yeme bozukluklarına yol açtığı konusunda ise tutarlı sonuçlar bulunmamaktadır (Svaldi ve ark., 2012). Çalışmamızda duygu düzenleme stratejilerinin kullanımının artması ile yeme tutumlarındaki bozulmaların artması, yeme tutumlarının sonuç değişkeni olarak konumlandırılmasından kaynaklanmış olabilir. Yeme tutumlarındaki bozulmalar farklı bir psikopatolojinin gelişmesini engelliyor olabilir.

Bu tartışmalara ek olarak test edilen kuramsal modele göre duygu düzenleme ve yeme tutumları arasındaki dolaylı ilişkiler incelendiğinde kadınlarda duygu düzenleme becerilerinin artması beden memnuniyetsizliğini azaltarak dolaylı olarak yeme tutumlarındaki bozulmaları azaltmaktadır. Dolayısıyla, duygu düzenleme becerileri ile yeme tutumları arasında pozitif ilişki gösteren çalışmalarda bu iki süreç arasındaki aracı değişkenlerin değerlendirilmemesinin etkisi olabilir. Ayrıca duygu düzenleme sürecini değerlendiren ölçüm araçları arasındaki farklılıklar ve bu ölçüm araçlarının duygu düzenleme süreçlerini sınırlı açılardan değerlendirmesinin çalışma sonuçlarını etkileyebileceği düşünülmektedir. Örneğin, Türkçeye de uyarlaması yapılmış olan ve yaygın olarak kullanılan Duygu Düzenleme Güçlükleri Ölçeği (Rugancı ve Gençöz, 2010), Duygu Düzenleme Ölçeği (Yurtsever, 2008) gibi araçların fiziksel, davranışsal ve deneyimsel yollarla ortaya çıkan duyguları değerlendirmek için yetersiz olduğu düşünülmektedir (Becerra, Preece, Campitelli ve Scott-Pillow, 2017; Preece, Becerra, Robinson, Dandy ve Allan, 2018). Ayrıca, mevcut araçların olumsuz duygulara

odaklandığı, olumlu duyguların düzenlenme süreçlerini değerlendirmede yetersiz olduğu düşünülmektedir (Becerra ve ark., 2017; Preece ve ark., 2018). Özellikle son yıllarda sadece olumsuz duyguların değil, olumlu duyguların da düzenlenme süreçlerinin psikopatolojilerin gelişmesinde koruyucu veya bozucu etkisinin olabileceği tartışılmaktadır (Gruber ve ark., 2008; Gianini, White ve Masheb, 2013). Bu nedenle, ruhsal bozuklukları değerlendirirken hem olumlu hem de olumsuz duyguların düzenlenme süreçlerinin beraber incelenmesi gerektiği vurgulanmaktadır (Preece ve ark., 2018; Becerra ve ark., 2018). Bu nedenle, mevcut çalışmada duygu düzenleme süreci bastırma, gözden geçirme gibi özgün duygu düzenleme stratejileri veya duygu tanıma, ayrıştırma gibi duygu düzenleme süreçleri üzerinden değerlendirilmemiştir. Duygu düzenleme süreçlerinde yaşanan güçlükler yerine genel olarak duygu düzenleme süreçlerinin kullanım becerisinin değerlendirilmesi de daha önce yürütülen çalışmalardan farklı sonuçlara ulaşılmasına yol açmış olabilir.

Türkçe alan yazında, duygu düzenleme süreçlerinin, yeme tutumlarındaki bozulmalar ile ilişkisini inceleyen bir çalışmaya ulaşılamamıştır. Fakat Türkiye’de duygu düzenleme süreçlerinin farklı psikopatolojilerle olan ilişkisini inceleyen çalışmalar bulunmaktadır. Örneğin, duygu düzenleme süreçlerinin depresyon ve obsesif-kompulsif bozukluk belirtileri ile ilişkisinin incelendiği bir çalışmada bilişsel yeniden değerlendirmeyi ve öncül-odaklı duygu düzenleme süreçlerini kullanan kişilerin puanları bastırma ve tepki odaklı duygu düzenleme süreçlerini kullananlara göre daha düşük bulunmuştur (Aka, 2011). Bu çalışmada da öncül odaklı ve olumlu duyguların artırılması için yapılan düzenlemelerin daha iyi duygu düzenleme becerisi sağladığı bulunmuştur. Tam tersi, Yüksel (2014) çalışmasında, olumsuz duyguların azaltılması için öncül odaklı ve tepki odaklı duygu düzenleme süreçlerinin kullanımının arttıkça, kaygı seviyesinin arttığını belirtmiştir. Yazar burada belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rol oynadığını, olumsuz duyguların azaltılmasının belirsizliğe tahammülsüzlüğü arttırarak, kaygı seviyesinin yükselmesine yol açtığını belirtmiştir. Benzer şekilde, duygu düzenleme sürecinin bir parçası olan düşük sıkıntı toleransı ile bulimik yeme atakları, obezite, duygusal yeme gibi bozulmuş yeme tutumları ile ilişkilendirilmektedir (örn. Gratz ve Roemer, 2004). Fakat yapılan bir çalışmada düşük sıkıntı toleransı ile bozulmuş yeme tutumları arasında acıya yönelik felaketleştirici düşünce biçiminin aracı rolü bulunmuştur. Buna göre düşük sıkıntı toleransı olan kişilerde bozulmuş yeme davranışlarının arttıkça, acıya yönelik felaketleştirici düşünce biçiminin azaldığı belirtilmektedir (Emami, Woodcock, Swanson, Kapphahn, ve Pulvers, 2016).

Bu bilgiler ışığında, mevcut çalışmada duygu düzenleme ve bozulmuş yeme tutumları arasındaki pozitif yönlü ilişkinin, yeme davranışının duygu düzenleme sürecinde bir araç olarak kullanılmasından kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir. Diğer bir ifadeyle, bireyler hedefledikleri duyguya ulaşmak için yeme tutumlarını değiştirerek, olumlu/olumsuz duygularını arttırıp, azaltıyor olabilirler. Örneğin, BN ve TYB’de olumsuz duygular tikanırcasına yeme ve çıkarma gibi işlevsiz yeme örüntüleri ile düzenlenmeye çalışılırken, AN’de aşırı egzersiz ve kısıtlı yemenin olumlu duygu durumunu arttırdığı belirtilmiştir (Aldao, 2010^b). Deneysel yöntemin kullanıldığı bir

başka çalışmada TYB olan kadınlar yiyeceklere ve aynaya maruz bırakılarak duygu durumlarındaki değişimler incelenmiştir. Kadınların yiyeceklere maruz bırakıldığı koşulda, kontrol grubu ile tıkanırcasına yeme isteği açısından fark bulunmazken; aynaya maruz bırakılan koşulda, olumsuz duygu durum ve tıkanırcasına yeme isteği kontrol grubundan daha yüksek bulunmuştur. Yazarlar, yeme bozukluklarında görülen bozulmuş yeme tutumlarının, kişinin beden görünüşüne yönelik sıkıntı hissini düzenlemek için kullanıldığını düşünmektedir.

Özellikle sıkıntı hissini azaltılması için tüketilen yiyecekler ve sonrasında hissedilen duygular ve başvuru telafi davranışları farklı psikopatolojilerin oluşmasına yol açıyor olabilir. Duygu düzenleme güçlüğü olan bireylerde depresif duygu durum yükseldiğinde şeker, karbonhidrat, yağ açısından yüksek değerler içeren yiyeceklerin tüketiminin hızlı bir rahatlama sağladığı ve pozitif duygu durumunu arttırdığı belirtilmiştir (Başçivi, 2017). Benzer şekilde, obez hasta grubu üzerinde yapılan bir tarama çalışmasında, bu hastaların uyum bozukluğu, kaygı bozuklukları ve karışık tip uyum bozukluğu tanılarının ölçütlerini karşıladığı belirtilmiştir (Değirmenci, 2006). Özellikle günlük yaşam stresi, kronik psikolojik stresler gibi daha az yoğunluktaki duygularda daha çok şekerli ve yağ içeren lezzetli yiyeceklerin tüketilme isteğinin arttığı belirtilmektedir. Stres anında tüketilen bu lezzetli yiyeceklerin, kişide haz yaratarak olumlu duygulanımı arttırdığı için stresin azaltılmasında duygu düzenleme aracı olarak kullanıldığı düşünülmektedir (Macht ve Simons, 2000; Macht, 2008; Evirgen, 2010). Mevcut çalışmada da erkeklerde olumsuz duyguların düzenlenme süreçleri arttıkça, beden memnuniyetsizliği artarken; olumlu duyguların düzenleme süreçleri arttıkça yeme tutumlarındaki bozulmalar artmaktadır. Bu bulgular ışığında erkekler olumlu duygu durumunu arttırabilmek için yeme davranışını kullanıyor olabilir. Özellikle yeme bozukluklarında olumlu duygulardaki ani ve geçici yükselmelerin tıkanırcasına yeme atakları ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Lavender ve Anderson, 2010).

Bu tartışmalara ek olarak, kadınların ve erkeklerin duygularını düzenlemek için kullandıkları stratejilerin farklı psikolojik sorunlara yol açabileceği düşünülmektedir. Örneğin, kadınların olumsuz duygularını bastırmak ve olumlu duygu durumunu arttırmak için diyet, kısıtlı yeme, aşırı spor yapma gibi yollara başvurdukları; erkeklerin ise kadınlara kıyasla sosyal olarak daha kabul edilebilir bir davranış olduğu için madde kullanımı veya tıkanırcasına yeme davranışında buldukları belirtilmiştir (Nolen-Hoeksema, 2004). Farklı çalışmalarda erkeklerin olumsuz duygular karşısında, olumlu duygulanımı arttırmak için daha çok dürtüsel ve ödül odaklı davranışlarda bulunmalarının alkol, madde, kumar bağımlılığı gibi psikopatolojilerin gelişme riskini arttırdığı düşünülmektedir (Nolen-Hoeksema, 2004; Gürgen, 2017). Bir başka çalışmada, depresif belirtiler kadınlarda kısıtlayıcı yeme örüntüsünü arttırırken, erkeklerde azaltmaktadır. Bu örüntünün kadınlarda daha çok tıkanırcasına yeme atakları olmasını da açıkladığı düşünülmektedir (Brechan ve Kvaem, 2015). Bu çalışmada da yüksek ve düşük bozulmuş yeme tutumu gösteren gruplar arasındaki duygu düzenleme süreçlerinin kullanımında kadınlar arasında fark bulunmazken, erkeklerde bulunmuştur. Buna göre erkeklerde bozulmuş yeme tutumu yüksek olan

grup, olumlu duyguların öncül odaklı ve tepki odaklı düzenleme stratejilerini daha çok kullanmaktadır. Bu tartışmalar ışığında, erkeklerin olumlu duygu durumlarını arttırmak için başvurdukları davranışsal düzenlemelerin yeme tutumlarındaki bozulmaları arttırdığı düşünülmektedir.

Benzer şekilde, duygu düzenleme süreçlerinin başarılı yapılması için duygu farkındalığının yüksek olması veya öncül odaklı stratejilerin kullanılmasının her zaman kişiye avantaj sağlamayacağı düşünülmektedir (Aldao ve ark., 2010^b). Özellikle duygu farkındalığının yüksek olmasının, olumsuz duygulara yönelik de dikkati arttırdığı, buna bağlı olarak da olayların daha stresli algılanmasına ve daha çok olumsuz duygu deneyimlenmesine yol açtığı düşünülmektedir (Nolen-Hoeksema, Wisco ve Lyubomirsky, 2008; Svaldi ve Naumann, 2014; Tuschen-Caffier ve ark., 2016). Örneğin, dram türünde izletilen film sonrasında duygusal olarak farkındalığı yüksek olanların olumsuz duygular içeren filmi izledikten sonra bu duyguları tekrar tekrar gözden geçirdikleri ve anlamaya çalıştıkları için sıkıntı hislerinin daha uzun sürdüğü belirtilmiştir (Vine ve Nolen-Hoeksema, 2011 akt. Nolen-Hoeksema, 2012). Duygulara yönelik bu uğraşın ve düzenleme çabasının ise kadınları erkeklere kıyasla daha çok depresif bozukluk geliştirmeye eğilimli hale getirdiği düşünülmektedir (Carney, Armeli, Tennen, Affleck, O'Neil ve ark., 2000).

Sonuç olarak duygu düzenleme stratejileri ile psikopatolojiler arasında doğrudan bir ilişki kurulurken dikkatli olunmalıdır. Duygu düzenleme ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide aracı faktörlere bağlı olarak belirti şiddetinde farklılıklar oluşabilmektedir. Ayrıca, sadece olumsuz duygular değil olumlu duyguların da azaltılması veya artırılması için yapılan düzenlemeler psikolojik belirtilerin artmasına yol açabilmektedir.

11.5. BEDEN MEMNUNİYETSİZLİĞİ VE YEME TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİYE AİT BULGULARIN TARTIŞILMASI

Yeme bozuklukları çok eski dönemlerden itibaren bilinmekle birlikte, görünüm sıklığındaki artış bu alana olan ilgiyi son yıllarda arttırmıştır. Bedene yönelik odak sadece belli bir kilo hedefine ulaşmak olarak düşünülmemelidir. Özellikle günümüzde modern yaşam ile birlikte, fiziksel görünüş üzerinden verilen mesajların çok daha karmaşık hale geldiği ve o kişiye ait pek çok değeri yansıttığı düşünülmektedir. Okumuş (2009) toplumsal düzende "*insanların, düşüncelerini, inançlarını, eylemlerini, ibadetlerini, kimliklerini, farklılıklarını, siyasetlerini, iktidarlarını, tavırlarını, muhalefetlerini, duruşlarını, zevklerini, acılarını, üzüntülerini, sevinçlerini, sevgilerini, aşklarını*" bedenleri üzerinden yansıttıklarını dile getirmiştir. Özellikle kitle iletişim araçlarının yaygınlaşması ile birlikte medya üzerinden ideal bedene dair örtük veya açık olarak verilen mesajlar, sadece fiziksel görünüşle ilgili bir algı yaratmamakta aynı zamanda bu bedene sahip kişinin, kişilik özelliklerine, yaşam tarzına ilişkin de bir algı yaratmaktadır (Grogan, 2010). Bu algı bireyin ikili

ilişkilerini, eğitim hayatını ve iş yaşamını da etkileyebilmektedir (Erdoğan ve Tütüncü, 2015; Xu, 2017).

Bu bağlamda, psiko-sosyal faktörlerin biçimlendirdiği beden özelliklerine sahip olmamanın, kadınlarda beden memnuniyetsizliğini arttırdığı düşünülmektedir (örn. Aslan, 2001; Yılmaz,2017). Beden memnuniyetsizliğinin yeme bozukluklarına evrilmesiyle ilişkili olarak farklı görüşler öne sürülmektedir. Örneğin, bir grup çalışmada beden memnuniyetsizliğinin diyet davranışını pekiştirdiği, diyet ile birlikte kilo vermek için kısıtlı yeme davranışında bulunduğu düşünülmektedir. Kısıtlı yeme örüntüsü ile kilo vermenin olumlu duyguları ve çevreden gelen olumlu tepkileri artırdığı bu durumun da patolojik bir döngü haline gelerek kişinin kilo ve beden yapısına yönelik algısını bozduğu ve AN gelişimine zemin hazırladığı ileri sürülmektedir (Pamela ve ark., 2007; Siyez ve Uzbaş, 2006; Ulaş ve ark., 2013; Elran-Barak, Sztainer, Goldschmidt, Crow, Peterson, Hill ve Grange) Bir diğer yaklaşımda, kişinin beden memnuniyetsizliğini azaltmak için diyet yapması ile birlikte uyması gereken katı kuralların yoğun bir bilişsel çaba gerektirdiği, bu kontrol sürecinde bir azalma veya bozulma olduğunda ise tıkanırcasına yeme davranışının ortaya çıktığı düşünülmektedir. Bunun sonucunda da BN, TYB hatta psikiyatrik bozukluk olarak tanı sınıflandırmasında yer almamakla birlikte obezitenin gelişme riskinin arttığı düşünülmektedir (Stice ve Shaw, 2002; Elran Elran-Barak ve ark., 2015). Örneğin, Stice ve Shaw (2002) gözden geçirme makalelerinde zayıf olmaya yönelik baskıyı içselleştirme ve yüksek BKİ faktörlerinin beden memnuniyetsizliğini yordarken, olumsuz duygu durumunun ve diyet yapmanın yeme bozukluğu riskini arttırdığını belirtmiştir. Bu görüşle ilişkili olarak kadın AN hastalarında psikoterapi tedavisi sonrasında kilo alma korkusu azaldıkça, kısıtlayıcı yeme örüntüsünün azaldığı bulunmuştur (Calugi, El Ghoch, Conti, Grave, 2018). Benzer şekilde, boylamsal bir çalışmada ergenlik dönemindeki kızların görünüşleri üzerinden alaylara maruz kalmasının, obezite ve beden memnuniyetsizliği şiddetini yordadığı; beden memnuniyetsizliğinin de kısıtlayıcı yeme örüntüsü ve bulimik belirtileri yordadığı belirtilmiştir (Cattarin ve Thompson, 1994). Yakın dönemdeki bir çalışmada da bireylerin beden görüntülerine yönelik utancın yeme bozuklukları ile ilişkili olduğu belirtilmiştir (Gois, Ferreira ve Mendes, 2018). Sonuç olarak, beden şekline yönelik olumsuz duygular beden memnuniyetsizliği yaratarak kişileri zihnindeki ideal beden özelliklerine kavuşmak için yeme tutumlarını değiştirmeye yönlendiriyor olabilir.

Beden memnuniyetsizliği ve yeme bozuklukları arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmaların ağırlıklı olarak kadın popülasyonunda yürütülmesi erkeklerdeki beden memnuniyetsizliği ve yeme bozuklukları arasındaki ilişkiyi tam olarak yansıtmadığı düşünülmektedir. Örneğin, diyet yapmak daha çok kadınlara özgü olduğu için kadınsı algılanırken, erkeklerin kilo vermek için çoğunlukla spor yaptıkları düşünülmektedir (Grogan, 2010; Özgen, Kınacı ve Arlı, 2012). Ek olarak, diyet yapan erkekler yiyecek alımını kısıtlama gibi kadınsı davranışlar üzerinden değil, yüksek protein-düşük karbonhidrat veya daha çok sebze ve meyve yeme gibi daha erkeksi olarak algılanan yeme tutumları üzerinden kilo vermeye çalışmaktadır (Grogan, 2010; Grogan, 2016). Gelişim dönemine göre egzersiz yapma motivasyonu da değişebilmektedir. Genç

erkeklerin, daha çok kas yapılarını arttırarak beden şekillerini değiştirmek istedikleri, kas yapısının arttırılması için de yeme tutumlarında steroid kullanımı, protein odaklı katı diyetler gibi değişimlere gittikleri belirtilmiştir (Cafri ve Thompson, 2004; Sevim, 2018). Orta yaş ve üstü erkeklerin ise kilo almamak veya kilo vermek için spor ve diyet yaptıkları belirtilmiştir (McCabe ve Ricciardelli, 2004; Heywood ve McCabe, 2006; Ricciardelli, McCabe, Williams ve Thompson, 2007).

Erkeklerin beden algılarını ve yeme tutumlarını etkileyen faktörler farklı olduğu için yeme tutumlarındaki bozulmaların YB ile ilişkisinde tutarsız sonuçlar bulunmaktadır (Furnham, Badmin ve Sneade, 2002). Zayıflık ideolojisi üzerinden yapılan ölçümlerde kadınların erkeklerden daha çok beden memnuniyetsizliği ve bozulmuş yeme tutumu gösterdiği belirtilmiştir (Tylka, 2011). Fakat kaslılık, boy gibi faktörlerin eklendiği çalışmalarda erkekler de kadınlarla benzer oranlarda bozulmuş yeme tutumu ve beden memnuniyetsizliği göstermektedir (örn. Blashill, 2011; Tylka, 2011, Sevim, 2018). Ek olarak, yeme davranışı ile ulaşılmak istenen amaçlarda da farklılıklar olduğu için kadınlarda yeme tutumlarındaki bozulmalar sıklıkla YB, depresyon ile ilişkilendirilirken (Ünsal, Ayrancı, Arslan, Tozun ve Çalış, 2010; Oktay, 2015) erkeklerde kas algı bozukluğu, OKB, madde bağımlılığı gibi psikopatolojilerle ilişkilendirilmektedir (Olivardia, Pope, Borowiecki ve Cohane, 2004; Selvi, 2018).

Sonuç olarak, kadınlarda ve erkeklerde farklı psiko-sosyal faktörlerden etkilenerek oluşan ideal beden ölçütlerinin karşılanmaması beden memnuniyetsizliğinin artmasına ve yeme davranışlarında bozulmalara yol açabilmektedir. Fakat yeme tutumlarındaki bozulmaların hangi psikopatolojiye zemin hazırladığı konusunda ortak bir görüş bulunmamaktadır. Özellikle YB alanında erkek örneğinde yürütülen sınırlı çalışmanın olması erkeklerdeki beden memnuniyetsizliğinin nasıl YB'ye veya diğer psikopatolojilere evrildiği konusunda sınırlı bilgi sunmaktadır.

11.6. KADINLIĞA VE ERKEKLİĞE DAİR DÜŞÜNCELER İLE YEME TUTUMLARI ARASINDAKİ DOĞRUDAN VE DOLAYLI İLİŞKİLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Bedene yönelik algı birçok psiko-sosyal faktörden etkilenerek bireyin düşüncelerini, duygularını, davranışlarını ve tutumlarını etkileyebilmektedir. Daha önceki tartışmalardan hatırlanacağı üzere kadınlığa ve erkekliğe yönelik normlardan da etkilenerek şekillenen beden algısının, yeme tutumlarını etkileyebileceği düşünülmektedir (örn. Martz, Handley ve Eisler, 1995). Mevcut çalışmada dokuzuncu sorunun cevaplanması için test edilen modelin bulguları değerlendirildiğinde, geleneksel cinsiyet normları ile yeme tutumları arasındaki ilişkide kadınlarda ve erkeklerde farklı örüntüler bulunmuştur. Buna göre kadınlarda, kadınlığa yönelik cinsiyet normlarına bağlılık arttıkça, yeme tutumlarındaki bozulmalar azalırken; erkekliğe dair cinsiyet normlarına onay arttıkça, yeme tutumlarındaki bozulmalar artmaktadır. Erkeklerde ise kadınlığa ve erkekliğe ilişkin cinsiyet normlarına onay ile yeme tutumları arasında doğrudan ilişki bulunmamıştır. Fakat erkekliğe dair cinsiyet

normlarına bağıllık dolaylı olarak yeme tutumlarındaki bozulmaları yordamaktadır. Buna göre erkeklikle ilgili normlara bağıllık arttıkça beden memnuniyetsizliği artmakta buna bağılı olarak da yeme tutumlarındaki bozulmalar artmaktadır. Kadınlarda ve erkeklerde cinsiyet normlarına yönelik algının yeme tutumları üzerindeki etkisi sırasıyla tartışılmıştır.

Kadınlarda cinsiyet normları ve yeme tutumları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda birbiriyle tutarsız sonuçlar elde edilmiştir. Bir grup araştırmacı mevcut çalışma bulgusu ile tutarlı olarak, kadınlığa yönelik cinsiyetçi normların yeme tutumları üzerinde olumlu etkisinin olduğunu düşünmektedir. Örneğin, Latin ergenlerle yürütülen bir çalışmada geleneksel cinsiyet rolleri ile bozulmuş yeme davranışları arasında kadınlar ve erkekler arasında fark bulunmuştur. Geleneksel cinsiyet rollerine bağıllık arttıkça, kadınlarda beden memnuniyetsizliği ve yeme bozukluğu belirtileri azalırken, erkeklerde erkekliğe dair cinsiyet normlarına bağıllık arttıkça yeme tutumlarındaki bozulmalar artmıştır (Lopez, Corona ve Halfond, 2013). Benzer şekilde Çin, Japonya, Kore gibi Doğu Asya topluluklarında beden memnuniyetsizliğinin ve yeme bozukluğu oranlarının daha az olduğu belirtilmektedir. Bu farkın görülmesinde, bu kültürlerde zayıf beden kadınsı, çekici olarak algılanmadığı tam tersi fakirliğin, sağlık sorunlarının ve düşük doğurganlığın sembolü olarak görülmesinin etkisinin olabileceği düşünülmektedir (Xiaojing, 2017). Ayrıca Batı kültüründe güzel çekici kadın imajı için zayıflık ön plandayken, Doğu Asya'da yüz güzelliğinin ve yuvarlak hatlı, hafif dolgun vücutların daha çekici, güzel algılandığı belirtilmiştir (Xiaojing, 2017).

Bu sonuçlar, Feminist yaklaşımın görüşü ile uyuşmamaktadır. Feminist bakış açısına göre, hızla değişen ekonomik ve sosyal düzen kadınları eğitim, iş ve sosyal olanaklar açısından erkeklerle daha eşit konuma getirmiştir. Fakat bu değişimle birlikte, kadının sosyal yaşamdaki konumunun kontrol edilmesi için özellikle Batı kültürü etkisinde gelişen gerçekçi olmayan beden normlarının ideal olarak sunulmasının beden memnuniyetsizliğini ve YB oranlarını arttırdığı düşünülmektedir (Yang ve ark., 2005; Lopez ve ark., 2013). Batı kültürü dışında farklı kültürlerde yapılan çalışmalar da bu görüşü desteklemektedir. Örneğin, Koreli ve Amerikalı üniversite öğrencilerinin karşılaştırıldığı çalışmada, beden memnuniyetsizliğinin ve bozulmuş yeme davranışlarının en çok Koreli öğrencilerde, en az ise Amerikalı öğrencilerde olduğu belirtilmiştir (Jung ve Forbes, 2006). Benzer şekilde, Koreli ve Amerikalı üniversite öğrencilerinde üç farklı ölçüm aracı ile beden memnuniyetsizliği ve yeme bozukluklarıyla ilişkili yeme davranışları değerlendirilmiştir. Koreli kadınların Amerikalı kadınlara kıyasla daha çok beden memnuniyetsizliği yaşadığı belirtilmiştir. Yeme bozukluğu belirtileri açısından ise Koreli kızların bulimik yeme örüntüleri daha yüksekken, zayıf olma arzusuna yönelik yeme davranışlarında da fark bulunmamıştır (Jung ve Forbes, 2007). Bulgular Sosyo-kültürel Teori (Thompson ve ark., 1999) yerine Feminist Teoriyi (Myers ve Crowther, 2007) desteklemektedir. Bu nedenle, bir grup araştırmacı özellikle kadınların geleneksel roller ile değişen sistemdeki konumları arasında yaşanan çatışmadan dolayı daha çok beden memnuniyetsizliği ve bozulmuş yeme tutumunun olacağını ileri sürmektedir. Yeme bozukluğu tanısı alan hastaların,

geleneksel kadın rollerine katı bir şekilde bağlı olması, cinsiyet rollerinin yarattığı stresin bu bozukluğun gelişmesinde bir risk faktörü olduğunu düşündürmektedir (örn. Martz ve ark., 1995).

Kadınlığa ilişkin normlara bağlılığın beden memnuniyetsizliğini arttırırken, yeme tutumlarındaki bozulmaları azaltması kültüre özgü farklılıklardan kaynaklanıyor olabilir. Bu bağlamda, Türkiye’deki sosyo-kültürel değişimin incelendiği bir çalışmada Cumhuriyet öncesi ağırlıklı olarak İslami ve muhafazakar yapının hakim olduğu sistemde kadınların eğitim, ekonomi, siyaset alanında çok sınırlı yer aldıkları daha çok ev içinde, eşine, babasına bağlı, bakım veren konumunda oldukları belirtilmiştir (Acun, 2007). Cumhuriyet dönemi sonrasında ise hızla yapılan yeni reformlar ile birlikte kadınlara siyasi ve ekonomik yaşamda yeni fırsatlar sunulmuş, eğitim ve iş hayatına katılmaları desteklenmiştir. Bununla birlikte, hayat tarzlarındaki bu hızlı değişime rağmen kadınlardan uymaları beklenen geleneksel, ahlaki değerlerin değişmediği belirtilmektedir (Acun, 2007). Bu geleneksel roller, kadınlığın çekici olarak düşünülen zayıf beden üzerinden değil, namuslu, saf, fedakar olma üzerinden değerlendirilmesi, beden şekline yönelik memnuniyetsizliğin yeme bozukluklarına evrilmesinde koruyucu bir faktör olabilir. Bu görüşle tutarlı olarak, yapılan bir meta-analiz çalışmasında, kadınsılık (femininity) ile yeme bozuklukları arasında ilişki bulunmuş fakat bu ilişkinin etki büyüklüğünün küçük olduğu belirtilmiştir (Murnen ve Smolak, 1997). Yeme bozukluğu tanısı alan kadınlar, almayanlara göre daha yüksek kadınsılık düzeyi göstermektedir. Yazarlar etki büyüklüğünün tanı grupları arasında heterojen bir dağılımının olduğunu, AN tanısı alan kadınların, BN tanısı alan kadınlara kıyasla etki büyüklüğünün daha yüksek olduğunu belirtmiştir (Murnen ve Smolak, 1997).

Özellikle evlilikle ilgili geleneksel kadın normlarına bağlı olan kadınların, kadınlığı fiziksel görünüş üzerinden değil; anaç, itaatkar, namuslu olma gibi ahlaki normlar üzerinden değerlendirdikleri için görünüşlerine yönelik daha az kaygı yaşadıkları belirtilmiştir (Gillen ve Lefkowitz, 2006). Bu görüş ile paralel olarak, üniversite öğrencileri ve annelerinin beden algılarının karşılaştırıldığı çalışmada, annelerin kendini gözetleme (surveillance), beden şeklinden utanç duyma (kültürel standartların karşılanmadığı algısı) oranları kızlarına göre daha düşüktür. Anneler kilolarından daha az memnun olmalarına rağmen görünüşe yönelik kontrol, beden imajı (body esteem) veya kısıtlayıcı yeme örüntüleri açısından fark bulunmamıştır (McKinley, 1999). Benzer şekilde, kesitsel bir çalışmada 20-84 yaş aralığında kadınların beden algılarının yaşam boyu değişimi incelenmiştir. Beden memnuniyetsizliği her yaşta sabit kalmakla birlikte, kendini nesneleştirme, bedeni izleme, görünüş kaygısı ve yeme bozukluğu belirtileri yaşla birlikte azalmaktadır (Tiggemann ve Lynch, 2001). Özellikle kadının annelik rolüne sahip olmasının, bedeni üzerinden yargılanmasında koruyucu bir faktör olabileceği düşünülmektedir (Jung ve Forbes, 2007; Lopez ve ark.,2013). Bu çalışmanın örnekleminin üniversite popülasyonu olması nedeniyle sosyal medyayı daha aktif kullandıkları ve ideal beden imajına daha çok maruz kaldıkları düşünülmektedir. Yeme tutumları açısından ise kadınlığın sadece fiziksel çekicilik üzerinden tanımlanmaması; saf, namuslu, anaç olma gibi normlar üzerinden de

tanımlanması beden memnuniyetsizliğin yeme bozukluklarına evrilmesinde koruyucu bir faktör olabilir.

Kadınlarda, erkeklige dair normlar yeme tutumlarını pozitif yönde yordarken, beden memnuniyetsizliği ile arasında ilişki bulunmamıştır. Bununla birlikte kadınlığa ve erkeklige dair düşünceler değişkenleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kadınlığa ve erkeklige dair normları birbirinden bağımsız düşünmek uygun olmayacaktır. Geleneksel olarak erkeklik; güçlü, sert, baskın ve bağımsız olma olarak tanımlanırken (Bem, 1974); kadınlığa dair normlar kendi ihtiyaçlarından önce başkalarının ihtiyaçlarını önemseyen, duygusal, otoriteye bağlı olma gibi rolleri içermektedir (Bem, 1974; Lease ve ark., 2009). Kadınlığa ve erkeklige biçilen bu rollerin birbirini tamamladığı söylenebilir. Kadınların erkekleri otorite figürü olarak görmeleri; erkeklerin kadınlardan bekledikleri çekicilik ölçütlerini karşılamaya yönlendiriyor olabilir. Kadınların bu katı normlar karşısında kendi isteklerini, düşüncelerini yansıtamamaları ve davranışlarının sınırlanmasının kişi üzerinde baskı ve stres yaratabileceği düşünülmektedir (Murnen ve Smolak, 1997; Cengiz, 2013). Örneğin liseye giden kız öğrenciler ile yapılan bir çalışmada, annelerinin cinsiyet rolleri nedeniyle kısıtlandığını belirten grupta, daha çok kaygı, depresyon ve somatik belirti düzeyi saptanmıştır (Silverstein ve Blumenthal, 1997). Yazarlar annenin mutlu olmadığı, sağlıksız ev ortamında büyüyen çocukların dolaylı olarak geleneksel cinsiyet normlarından olumsuz etkilendiğini düşünmektedir. Türkiye’de yürütülen çalışmalarda da kadınlığa yüklenen annelik, çekicilik, güzellik gibi normların, iş yaşamında, eğitim hayatında erkeklere kıyasla eşit konumlarda olmamalarının kadınların ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkisinin olduğu belirtilmiştir (Cengiz, 2013).

Erkeklerde ise kadınlarla görünenin tersi bir örüntü bulunmuştur. Erkeklige yönelik rol normları dolaylı olarak yeme tutumlarını yordamaktadır. Çalışma bulgularına göre, erkeklige yönelik cinsiyet normlarına bağlılık arttıkça beden memnuniyetsizliğinin artması, yeme tutumlarındaki bozulmaları da arttırmaktadır. Bulgular Tylka (2011) tarafından erkekler için revize edilen Üçlü Etki Model’ini desteklemektedir. Erkeklerin de medyanın, akranların ve ailenin etkisi ile daha kaslı ve düşük yağ oranına sahip olma arzularının beden memnuniyetsizliğini arttırdığı ileri sürülmektedir. Beden memnuniyetsizliğindeki artışın ise kısıtlayıcı ve bulimik yeme örüntüsü ile ilişkili olduğunu gösteren çalışma bulguları bulunmaktadır (Jung ve Forbes, 2007; Tylka, 2011; Selvi, 2018) Cinsiyet normları üzerinden düşünüldüğünde, modern yaşam ile birlikte, kadınların erkeklerle daha eşit konuma gelmesi, erkekleri baskın, güçlü olmak için daha kaslı görünmeye yönlendiriyor olabilir. Özellikle, erkeklerin eskiden olduğu gibi evin reisi, evi geçindiren, bakıp kollayan rolünün daha geri planda kalması, erkekliklerini daha farklı yollardan göstermeye zorluyor olabilir. Ayrıca, erkeklerin değişen sistemde konumlarını koruyabilmek için kaslı görünerek güçlü, sert, baskın olduklarını göstermeye çalıştıkları düşünülmektedir (Yang ve ark., 2005).

Bu tartışmalara ek olarak, özellikle gelişmekte olan ülkelerde hızla değişen sosyo-kültürel yapıların YB’nin gelişmesi açısından daha çok risk taşıdığı düşünülmektedir.

Özellikle hızla gelişmekte olan ülkelerde yeni jenerasyonun kültürel çatışma içerisinde kalmasının fiziksel ve psikolojik olarak olumsuz etkileri olabileceği düşünülmektedir (Twenge ve Crocker, 2002). Bu bağlamda Türkiye’de kitle iletişim araçlarının kullanımındaki hızlı artış ile birlikte Batı kültürünün empoze ettiği ideal erkek bedenine daha çok maruz kalınması, erkeklerin geleneksel erkeklik rolleri ile çatışma yaşamalarına yol açıyor olabilir.

Sonuç olarak, ataerkil sistemin hakim olduğu Doğu ve Asya kültürlerinin mi yoksa Batı kültürünün mü bedene yönelik olumsuz tutumları arttırdığı konusunda ortak bir görüş bulunmamaktadır. Beden memnuniyetsizliğinin ve YB’nin Batı’da daha yaygın olduğu görüşüne karşıt olarak son yıllarda farklı kültürlerde ve ülkelerde bu oranların azımsanmayacak oranlarda hatta daha yaygın olduğunu gösteren çalışma bulguları bulunmaktadır (örn. Jung ve Forbes, 2006; Jung ve Forbes). Mevcut çalışma bulgularına göre de erkeklerin beden memnuniyetsizliğinde kas yapılarına yönelik hoşnutsuzluğun önemli rol oynaması, sadece Batı kültürlerinde değil, farklı kültürlerde de ulaşılması zor ideal beden imajının ruh sağlığı açısından risk oluşturduğu düşünülmektedir.

11.7. SOSYO-DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERİN ARAŞTIRMA DEĞİŞKENLERİ İLE ARASINDAKİ İLİŞKİ

İlgili alan yazın tarandığında 11.-14.üncü soruları cevaplandırmak için araştırma değişkenleri ile ilişkili olabileceği düşünülen BKİ, diyet yapma sıklığı, anne-baba eğitim düzeyi, SED, yaşanan yer, romantik ilişki içerisinde olma ve spor alışkanlığı gibi sosyo-demografik değişkenlerin rolü incelenmiştir.

İlk olarak, BKİ’nin beden memnuniyetsizliği ve yeme bozukluklarının gelişimi açısından önemli bir biyolojik risk faktörü olduğu tartışılmaktadır. Bu alanda yapılan boylamsal ve kesitsel çalışmalarda da ağırlıklı olarak beden memnuniyetsizliği ve BKİ arasında pozitif ilişki bulunmuştur (Sim ve Zeman, 2006; Jung ve Forbes, 2007; Aldao ve ark., 2010). Mevcut çalışma bulguları da bu görüşü desteklemektedir. Kadınlarda ve erkeklerde BKİ arttıkça bedene yönelik olumsuz tutum artmaktadır. Bununla birlikte BKİ, yeme tutumları ve beden memnuniyetsizliği arasındaki ilişki örüntüsünün cinsiyete göre değişebileceği tartışılmaktadır. Kadınlarda BKİ ile beden memnuniyetsizliği arasında doğrusal bir ilişki olduğu öne sürülürken, erkeklerde düşük veya yüksek kiloda olmanın beden memnuniyetsizliği için risk faktörü olduğu düşünülmektedir (McCabe ve Ricciardelli, 2004; Selvi, 2018). Bu farkın ideal kadın ve erkek bedenine yüklenen ölçütlerdeki farklılıklardan kaynaklandığı düşünülmektedir. Kadınlar genel olarak her yaş döneminde zayıf olmak isterken, yaş dönemine bağlı olarak da bazı erkeklerin kaslı ve iri bir vücuda sahip olmak istediği, bazı erkeklerin ise ince bir vücuda sahip olmak istedikleri belirtilmiştir (O’Dea, J.A. ve Abraham, 2000; McCabe ve Ricciardelli, 2004; Smolak, 2004). Bu çalışmanın bulgularına göre de kadınlar ve erkekler arasında BKİ’ye göre farklı örüntüler bulunmuştur. Kadınlarda BKİ arttıkça bedene yönelik olumsuz tutum artmaktadır.

BTWBTÖ'nün alt boyutlarının BKİ'ye göre farklılıkları incelendiğinde ise zayıf kadınlar, normal, hafif kilolu ve obez kadınlara göre kendilerini daha çekici hissetmektedir. Şişman hissetme boyutunda ise hafif kilolu ve obez grubundaki kadınlar dışında, bütün gruplar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Buna göre, kadınlar normal kilo aralığında olsalar dahi kendilerini kilolu hissedebilmektedir. Benzer şekilde, aşğılanma boyutunda düşük ve hafif kilolu kadınlar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Bulgular beraber değerlendirildiğinde, kadınlar normal kilo aralığında olsalar dahi, kendilerini şişman hissetmekte ve çekici bulmamaktadır. Bu bulgunun Sosyo-kültürel Model çerçevesinde tartışılan, ideal kadın bedeninin zayıf olması gerektiği yönündeki beklentilerin içselleştirilmesinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Erkeklerin beden tutumunun BKİ'ye göre farklılıkları incelendiğinde kaslılık boyutunda hafif kilolu ve obez grupları dışında diğer gruplar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Vücut yağ oranı boyutunda da hafif kilolu ve obez grupları dışında diğer gruplar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Buna göre erkeklerin BKİ'si düştükçe kas yapılarından memnuniyetsizlikleri artarken, BKİ'si arttıkça vücut yağ oranından memnuniyetsizlikleri artmaktadır. Buna göre erkeklerin kadınlardan farklı olarak ideal beden algısında zayıf olma arzusunun değil, kaslı olmanın daha önemli bir ölçüt olduğu söylenebilir. Bununla ilişkili olarak da erkeklerin vücut yağ oranlarını düşürme isteklerinin de kas yapılarını ortaya çıkarmak için olduğu düşünülmektedir (Tylka ve ark., 2005). Türkiye'de yürütölen farklı çalışmalarda da bu bulguyu destekleyen sonuçlara ulaşılmıştır (Selvi, 2018; Devrim, 2018).

Kadınlarda ve erkelerde BKİ ile yeme tutumlarındaki bozulmalar arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Türkiye'de yapılan farklı çalışmalarda da benzer bulgular bildirilmiştir (Uskun ve Şabaplı, 2013; Uzdil, Özenoğlu ve Ünal, 2017; Selvi, 2018). Erkeklerde BKİ ile yeme tutumları arasındaki örüntü, BKİ ile beden memnuniyetsizliği arasındaki örüntü ile paralellik göstermektedir. Erkeklerde BKİ grupları arasında yeme tutumlarındaki bozulmalar açısından fark bulunmamıştır. Fakat YTT'den alınan puanlar incelendiğinde düşük kilo ve obez grubunda daha çok bozulmuş yeme tutumu bulunmuştur. Bu bulgular önceki bölümlerde tartışılan cinsiyete özgü ideal beden ölçütleri ile tutarlılık göstermektedir. Erkekler düşük kiloda veya obez grubunda olduğunda, ideal beden ölçütlerinden daha çok uzaklaştıkları için beden memnuniyetsizliğinin ve yeme tutumlarındaki bozulmaların arttığı düşünülmektedir.

Kadınlarda ise hafif kilolu grup ile normal kilo aralığındaki kadınlar arasında yeme tutumları açısından anlamlı fark bulunmuştur. Yeme tutumlarındaki bozulmalar en çok hafif kilolu grupta görülürken; sonrasında sırasıyla obez, düşük kilolu ve normal kilo aralığındaki grup gelmektedir. Bu bulgu kadınlarda yeme bozukluğu oranlarının daha çok hafif kilolu grupta olduğunu gösteren bulgularla tutarlılık göstermektedir (Polivy ve Herman, 2002). Bu fark cinsiyete göre tüketilen besin miktarının bireyde yarattığı duygular ve düşüncelerle ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Erkeklerde amaç kaslı, yapılı bir vücuda sahip olmak olduğu için çok yemek yemenin kişide olumsuz

duyguya yol açmadığı düşünülmektedir. Tam tersi zayıf erkeklerin kaslı ve iri olmak için katı halde tüketilmesi mümkün olmayan miktardaki besini sıvı halde veya ek maddeler ile almaya çalıştıkları belirtilmiştir (örn. Jampel ve ark., 2016; Selvi, 2018). Kadınlarda ise amaç zayıf bir beden olduğu için hafif kilolu kadınlar kilolarını kontrol etmek için daha çok sağlıksız yeme tutumu geliştiriyor olabilirler. Örneğin yapılan bir çalışmada, kadınların az yemeği kadınsı bir özellik olarak gördükleri, az yediklerinde ise kendilerini daha iyi hissettikleri ve görünüşleriyle ilgili daha az kaygı yaşadıkları belirtilmiştir (Chaiken ve Plliner, 1987). Bu nedenle, beden memnuniyetsizliği ve yeme tutumları alanında yapılan müdahale çalışmalarında, kilonun kadınlarda ve erkeklerde farklı rolünün olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

Beden memnuniyetsizliği ve yeme tutumları üzerinde etkili olabileceği düşünülen faktörlerden biri de gelişim dönemidir. Özellikle ergenlik ve ilk yetişkinlik döneminin beden memnuniyetsizliği ve ilişkili bozukluklar açısından daha riskli olduğunu belirten çalışmalar bulunmaktadır (Özgen ve ark., 2012; Uskun ve Şabaplı, 2013; Ulaş, Uncu ve Üner, 2013). Bu çalışmada, yaşın etkisini incelemek için katılımcılar arasında 18-21 ve 22 ve üstü yaş aralığı olacak şekilde iki farklı yaş grubu oluşturulmuştur. Erkeklerde yaş grupları arasında beden memnuniyetsizliği ve yeme tutumları açısından fark bulunmamıştır. Yeme tutumları açısından kadınlarda yaş grupları arasında fark bulunmazken, beden memnuniyetsizliğinde küçük yaş grubunda olanların beden memnuniyetsizliği seviyeleri daha yüksek bulunmuştur. Türkiye'deki farklı çalışmalarda da benzer bulgulara ulaşılmıştır (Batıgün ve Utku, 2006; Aka, 2011).

Araştırma değişkenleri ile ilişkisinin incelendiği bir diğer sosyo-demografik değişken ise anne-baba eğitim düzeyidir. Eğitim düzeyinin bireylerin geleneksel cinsiyet normlarına ve sağlıksız yeme tutumlarına yönelik farkındalıklarını etkilediği belirtilmiştir (Arıcı, 2011; Paçacıoğlu, 2018). Ebeveynlerin daha bilinçli olmasının, çocukları ile ilişkisini de olumlu etkileyebileceği düşünülmektedir. Çalışma bulgularına göre annesi örgün eğitim almayan veya ilkokul mezunu olan erkeklerin beden memnuniyetsizliği seviyeleri, kadınlığa ve erkeklığe dair normlara bağlılıkları annesi lise ve üstü eğitime sahip olanlara göre daha yüksektir. Kadınlarda ise anne-baba eğitim seviyesi kadınlığa ve erkeklığe dair normlara bağlılık seviyesini etkilemektedir. Annesi-babası ilkokul mezunu olanların cinsiyet normlarına bağlılıkları anne-babası lise mezunu olanlara göre daha yüksektir. Anne-babanın eğitim seviyesinin artması bireylerin cinsiyet normları konusunda geleneksel kalıplardan çıkarak, kendi düşünce ve duyguları doğrultusunda hareket etmelerini sağlıyor olabilir. Çocuklar da ebeveynlerini model alarak geleneksel cinsiyet normlarına daha az bağlılık gösteriyor olabilirler. Diğer bir açıdan, eğitim seviyesinin artması ile birlikte okul ve iş yaşamı için daha büyük şehirlere taşınma, geleneksel kültürden uzaklaşıp, cinsiyet normları konusunda daha esnek davranılmasını sağlıyor olabilir.

Ek olarak, ebeveynlerin eğitim seviyelerinin artmasının, aile işlevlerinin daha sağlıklı olmasını sağlayarak ruhsal problemler karşısında kişiye dayanıklılık sağlayabileceği

düşünülmektedir. (Öznem, 2018). Örneğin, Paçacıoğlu (2018) üç farklı kuşakta evli kadın ve erkeklerin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ile aile işlevleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yazar üç kuşakta da eğitim seviyesinin arttıkça cinsiyet normlarına eşitlikçi tutumların arttığını, eşitlikçi tutumlardaki artışın da sağlıklı aile işlevlerini arttırdığını belirtmiştir. Bununla birlikte, ebeveynlerin eğitim seviyesi ile iyilik hali arasında ilişki belirtmeyen çalışmalar da bulunmaktadır (Uzdil, Özenoğlu ve Ünal, 2017). Özetle, mevcut çalışma bulgularından da yola çıkarak, eğitim seviyesinin artması ile ailelerin daha bilinçli davranacakları ve genel olarak çocukları ile daha sağlıklı ilişkiler kurabilecekleri düşünülmektedir.

Bir diğer değişken olan yaşanılan yerde, sadece yurtda kalan erkeklerin, evde arkadaşları ile kalanlara kıyasla beden memnuniyetsizliği seviyeleri anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Bu fark, yurtda kalan öğrencilerin diğer erkeklerle sürekli olarak aynı ortamda olmalarına bağlı olarak, kendi bedenlerini diğer erkeklerle daha çok kıyaslamalarına ve ideal beden ölçütlerine sahip olma konusunda daha çok baskı hissetmelerinden kaynaklanıyor olabilir. Bu bulguyu destekleyen bir çalışmaya yapılan alan taramasında ulaşılmıştır (Çam, 2017).

En uzun süre yaşanılan yer (il,ilçe,kasaba,köy,yurtdışı) ile araştırma değişkenleri arasındaki farklılıklar incelendiğinde, cinsiyet rol normlarına bağlılık ve beden memnuniyetsizliği açısından gruplar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Buna göre, ilçede büyüyen erkeklerin geleneksel cinsiyet normlarına bağlılıkları ve beden memnuniyetsizlikleri ilde büyüyenlere kıyasla daha yüksektir. Bu fark erkekliğin dışa vurumunda modern yaşam ile geleneksel yaşam tarzı arasındaki farklılıklardan kaynaklanıyor olabilir. İlçede geleneksel cinsiyet rollerine bağlı olarak erkeklik para kazanma, aileyi koruyup kollama gibi roller üzerinden tanımlanırken, bir yandan da medya etkisiyle kaslı beden yapısının erkeklikle ilişkilendirilmesi bu iki farklı norm arasında kalan erkeklerin daha çok beden memnuniyetsizliği yaşamasına yol açıyor olabilir. Kadınlarda ise sadece kadınlığa dair düşünceler değişkeni için en uzun süre yaşanılan yere göre gruplar arasında fark bulunmuştur. Buna göre ilde büyüyen kadınlar köyde büyüyenlere kıyasla kadın normlarını daha az içselleştirmektedir. Bu durum büyük şehirlerde kadınların erkeklerle aynı konumlarda çalışmaları, eğitim almaları ile daha eşitlikçi cinsiyet normlarına sahip olmalarından kaynaklanıyor olabilir (Öznem, 2011; Paçacıoğlu, 2018)

Kadınlarda ve erkeklerde diyet yapma sıklığı ile beden memnuniyetsizliği ve bozulmuş yeme tutumları arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Genel olarak hiç rejim yapmamış veya çok az rejim yapmış grubun, sürekli veya sık sık yapan gruba kıyasla yeme tutumlarındaki bozulmalar ve beden memnuniyetsizliği oranları daha azdır. Farklı çalışmalarda da benzer bulgulara ulaşılmıştır (Uskun ve Şabaplı, 2013; Ulaş, Uncu ve Öner, 2013).

Bu çalışmada, SED ile yeme tutumları arasında ilişki bulunmamıştır. Türkçe alan yazınında bu çalışma bulgusunu destekleyen bir çalışmaya ulaşılmıştır (Batıgün ve Utku, 2006). Bu çalışmada sosyo-ekonomik düzey ailenin aylık gelir düzeyi üzerinden değerlendirilmiştir. Bu yapıyı açıklamak için gelir düzeyi yeterli varsayansa sahip

olmayabilir. Gelir düzeyi dışında, sosyo-kültürel yapıyı açıklayacak farklı değişkenlerle ilişkisi sonraki çalışmalarda incelenebilir. Son olarak sadece kadınlarda romantik ilişkisi olan kadınların kadınlığa ve erkeklığe dair normları, ilişkisi olmayanlara kıyasla daha çok onayladıkları bulunmuştur. Bir ilişki içerisindeyken kadına ve erkeğe atfedilen rollere daha çok maruz kalınıyor olabilir. Sonraki çalışmalarda nitel analiz yöntemi ile yapılacak çalışmalar bu alanda daha çok bilgi sahibi olmamızı sağlayacaktır.

Sonuç olarak, sosyo-demografik özellikler psikolojik sorunlar karşısında koruyucu bir faktör olabileceği gibi bozukluğun ortaya çıkmasında bir risk faktörü de olabilmektedir. Müdahale çalışmalarında daha etkili sonuçların elde edilmesi için bireyin sosyo-demografik özellikleri göz önünde bulundurulmalıdır.

12. ÇALIŞMANIN GÜÇLÜ YANLARI, KLİNİK DOĞURGULARI VE SINIRLILIKLARI

12.1. ÇALIŞMANIN GÜÇLÜ YANLARI VE KLİNİK DOĞURGULARI

Yeme bozukluğu alan yazınında, çalışmalar ağırlıklı olarak kadın örnekleminde yürütülmekte ve yeme tutumlarındaki bozulmaların zayıf olma arzusu ve kilo kontrolü ile ilişkili olduğu tartışılmaktadır. Fakat son yıllarda bu bulguların kullanılan ölçüm araçlarındaki yanlılıklardan kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Özellikle cinsiyetçi tutum nedeniyle ideal beden zayıflık üzerinden değerlendirilmesinin erkeklerin beden tutumlarını etkileyen faktörlerin anlaşılmasında sınırlılıklar yarattığı ve müdahale çalışmalarını da olumsuz etkilediği ileri sürülmektedir (Lavender ve Anderson, 2010). Bu bağlamda, kadınların ve erkeklerin beden algılarını ve yeme tutumlarını etkileyen farklı faktörler olduğu düşünülmektedir (Cash, Phillips, Santos ve Hrabosky ve ark., 2004; Selvi, 2018). Mevcut çalışmada da bu tartışmalardan yola çıkarak kadın ve erkek bedenine özgü beden tutumunu değerlendirmek için Ben Tovim Walker Beden Tutum Ölçeği (BTWBTÖ) ve Erkekler Özgü Beden Tutum Ölçeği (EÖBTÖ)'nin Türkçeye uyarlaması yapılmıştır. Bu ölçeklerin klinik uygulamalarda beden algısında cinsiyete özgü risk faktörlerinin belirlenmesinde ve cinsiyete özgü müdahalelerin geliştirilmesinde alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Ek olarak, mevcut çalışmada cinsiyet faktörü sadece biyolojik cinsiyet açısından karşılaştırılmamış, kadınlığa ve erkeklığe dair toplumsal cinsiyet rollerinin de duygu düzenleme, beden memnuniyetsizliği ve yeme tutumları ile ilişkisi incelenmiştir. Kadınlığa yönelik cinsiyet normlarını ölçmek için Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği'nin Türkçeye uyarlaması bu çalışma kapsamında yapılmıştır. Toplumsal cinsiyet normlarının araştırılacağı çalışmalarda kadınlığa dair düşünceleri sadece kişilik özellikleri üzerinden değil, görünüş, davranışlar, roller gibi farklı açılardan da değerlendiren bir ölçüm aracı olmasının bu alanda yapılacak çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Çalışmanın belli sınırlılıkları olmakla birlikte, mevcut çalışma kadınlığa ve erkeklığe yönelik normlar, duygu düzenleme süreçleri, beden memnuniyetsizliği ve yeme tutumları arasındaki ilişkinin incelendiği hem ulusal hem de uluslararası alan yazında yazarlarca bilinen ilk çalışmadır. Ayrıca bu çalışmada kadınlar ve erkekler için kuramsal model ayrı ayrı test edilmiş ve cinsiyete göre değişkenler arasında farklı örüntülere ulaşılmıştır. Örneğin, kadınlarda zayıf olmanın, erkeklerde ise kaslı olmanın olumlu beden tutumu açısından daha önemli olduğu bulunmuştur. Bu bulgu klinik alanda kadınlarda daha çok AN ve BN oranlarının, erkeklerde ise kas algı bozukluğu, steroidlerin kötüye kullanımı gibi bozuklukların daha yaygın görülmesine bir açıklama getirdiği düşünülmektedir. Bu doğrultuda YB alanında geliştirilecek müdahale çalışmalarında cinsiyete özgü farklılıkların göz önünde bulundurulmasının tedavi başarısını etkileyebileceği düşünülmektedir. Benzer şekilde kadın ve erkeklerde

kadınlığa ve erkeklığe yönelik cinsiyet normlarına bağlılığın yeme tutumları ve duygu düzenleme süreçleri ile farklı örüntüler oluşturduğu bulunmuştur. Bu bulgular klinik alanda kültüre özgü müdahale programlarının önemini göstermektedir. Yaşanılan kültüre bağlı olarak kadın ve erkeklerin duygu düzenleme süreçleri, beden algıları ve yeme tutumları değişebilmektedir (Ricciardelli ve ark., 2007). Bu nedenle mevcut çalışma bulgularının kültürel faktörlerin etkisinin anlaşılması açısından alana katkı sağladığı düşünülmektedir.

Çalışmanın klinik alana bir diğer katkısı ise olumlu ve olumsuz duyguların düzenlenme süreçlerinin ayrı ayrı değerlendirilmesidir. Alan yazında ağırlıklı olarak olumsuz duyguların düzenlenme süreçlerindeki zorlukların iyilik hali üzerindeki etkisi incelenmektedir. Fakat olumlu duyguların düzenlenme süreçlerindeki farklılıkların bazı psikopatolojiler için koruyucu bir rol oynarken bazı psikopatolojiler için de risk faktörü olabileceği düşünülmektedir (Gross ve Thompson, 2007; Evers, Stok ve Ridder, 2010). Mevcut çalışmada da düşük ve yüksek risk grupları arasında olumlu duyguların arttırılmasına yönelik duygu düzenleme yeme tutumlarındaki bozulmalarla ilişkili bulunurken, olumsuz duyguların düzenlenme süreçleri beden memnuniyetsizliği ile ilişkili bulunmuştur. Bu nedenle, olumlu ve olumsuz duyguların düzenlenme süreçleri farklı psikolojik sorunların gelişmesinde rol oynuyor olabilir. Ayrıca, olumlu ve olumsuz duyguların düzenlenme süreçleri kendi içerisinde karşılaştırıldığında olumlu duyguların düzenlenme süreçleri duygu düzenleme süreçlerini daha iyi yordamaktadır. Bu bulgunun son yıllarda, pozitif psikoloji ile gündeme gelen olumlu duyguların psikolojik ve fizyolojik sağlık üzerindeki pozitif etkisini destekleyen bir bulgu olduğu düşünülmektedir. Türkçe alan yazınında yapılan taramada olumlu ve olumsuz duyguların düzenlenme süreçleri ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkiyi inceleyen çok sınırlı çalışma bulunmaktadır (örn. Çelik Balcı, 2008; Doğan ve Özdevecioğlu, 2009; Yüksel, 2014^b). Bu çalışmalarda olumlu duygulardaki artışın iyilik halini ve performansı arttırdığı belirtilmiştir. Bu bağlamda, mevcut çalışma bulgularının bu alandaki bilgi birikimine katkı sağladığı düşünülmektedir.

12.2. SINIRLILIKLAR VE GELECEK ÇALIŞMALAR İÇİN ÖNERİLER

Duygu düzenleme süreçleri, cinsiyet rol normları, beden memnuniyetsizliği ve yeme tutumları arasındaki ilişkinin incelendiği çalışma bulguları değerlendirilirken göz önünde bulundurulması gereken bazı sınırlılıklar vardır.

İlk olarak mevcut çalışmada deneysel desen kullanılmamıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiler korelasyon yöntemine dayandığı için değişkenler arasında neden-sonuç ilişkisi kurulamamaktadır. Özellikle duygu düzenleme gibi durumsal değişkenler ile yeme tutumları, beden memnuniyetsizliği gibi sürekli değişkenler arasında zaman değişkeninin kontrol edilememesi çalışma bulgularında nedensellik ile ilgili çıkarım yapılmasını engellemektedir. Ayrıca, ilişki analizlerinin sınırlılıklarına bağlı olarak iki değişken arasındaki ilişkiyi üçüncü bir değişken de etkiliyor olabilir. Bu nedenle, ilerleyen çalışmalarda kontrol grupları ile karıştırıcı değişkenlerin kontrol edildiği

deneysel desenlerin kullanıldığı çalışmalar neden sonuç ilişkilerinin kurulabilmesi için daha güvenilir sonuçlar sağlayacaktır.

Araştırma deseninin sınırlılıklarından biri de kendini bildirim yönteminin kullanılmasıdır. Bu tür ölçümlerde bireylerin savunucu olabilecekleri veya kişilik özellikleri nedeniyle olduğundan farklı görünmeye çalışabilecekleri düşünülmektedir. Ek olarak, çalışmada ölçüm formunun çok fazla madde içermesi nedeniyle katılımcıların ilgisi sonlara doğru azalmış olabilir. Bu etkiyi azaltmak için ölçüm araçları üç farklı sıra ile katılımcılara sunulmuştur. Rastgele cevapları elemek için de benzer örüntüde cevap verenler ölçek setinden çıkarılmıştır. İlerleyen çalışmalarda, öz bildirim ölçeklerinin dezavantajlarını gidermek, cinsiyet normları ve beden memnuniyetsizliği gibi karmaşık yapıların boyutlarını daha iyi anlamak için yüz yüze görüşmeler yapılarak nitel analiz yönteminin kullanılması önerilmektedir.

İkinci olarak, çalışma örnekleme bulguların genellenmesi konusunda bazı sınırlılıklara sahiptir. Mevcut çalışma örnekleminin üniversite popülasyonu olması dolayısıyla yaş aralığı, medeni durum, bir işte çalışma gibi sosyo-demografik değişkenlerin dağılımında dengesizlik oluşturmaktadır. Bu nedenle çalışma sonuçları genç yetişken popülasyonu temsil ederken, farklı gelişim dönemlerine genellemek doğru olmayacaktır. Ayrıca, veri sadece Akdeniz Üniversitesi'nde okuyan öğrencilerden toplanmıştır. Özellikle kadınlığa ve erkekliğe yönelik cinsiyet normları yaşanan coğrafi bölgeye göre farklılıklar gösterebilmektedir. İlerleyen çalışmalarda farklı yaş gruplarında ve farklı sosyo-demografik özelliklere sahip örneklemlerde değişkenler arasındaki ilişkiler incelenebilir.

KAYNAKÇA

- Abebe, D.S., MPhil, L.L. ve von Soest, T. (2012). The Development of Bulimic Symptoms from Adolescence to Young Adulthood in Females and Males: A Population-based Longitudinal Cohort Study. *International Journal of Eating Disorders* 45 (6), 737–745.
- Acun, F. (2007). Görsel Verilerde Kadın İmajı (1923-1960). *SDÜ Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16, 91-112.
- Furnham, A., Badmin, N. ve Sneade, I. (2002) Body Image Dissatisfaction: Gender Differences in Eating Attitudes, Self-Esteem, and Reasons for Exercise, *The Journal of Psychology*, 136 (6), 581-596, DOI: 10.1080/00223980209604820
- Agliata, D. ve Tantleff-Dunn, S. (2004). The Impact of Media Exposure on Males' Body Image. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 23 (1), 7-22. <https://doi.org/10.1521/jscp.23.1.7.26988>
- Aka, B. T. (2011). *Perceived parenting styles, emotion recognition, and emotion regulation in relation to psychological well-being: Symptoms of depression, obsessive-compulsive disorder, and social anxiety*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Aldao, A. ve Nolen-Hoeksema, S. (2010). Specificity of cognitive emotion regulation strategies: A transdiagnostic examination. *Behaviour Research and Therapy*, 48, 974-983.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S. ve Schweizer, S. (2010)^b. Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30, 217–237.
- Aldao, A. ve Nolen-Hoeksema, S. (2012). The influence of context on the implementation of adaptive emotion regulation strategies. *Behaviour Research and Therapy*, 50, 493-501.
- Allen, M.S. ve Walter, E.E. (2016) Personality and body image: A systematic review. *Body Image*, 19, 79-88.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (1998). Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı “(DSM-IV). (Köroğlu, E. (ed). 4. Basım) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2000) Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması Elkitabı, Yeniden Gözden Geçirilmiş Dördüncü Baskı (DSM-IV-TR) (Çev. ed.:E Köroğlu). Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). DSM-5 Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı. (Çev. Ed. Köroğlu, E.), Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Arıcı, F. (2011). *Üniversite Öğrencilerinde Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Algılar Ve Psikolojik İyi Oluş*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Aslan, S.H. (2001). Beden İmgesi ve Yeme Davranışı Bozuklukları ile Medya İlişkisi. *Düşünen Adam*, 14(1): 41-47.
- Aslan, N. (2018). Kadınlarda Beden Kitle İndeksi İle İlişkili Psikososyal Faktörlerin Belirlenmesi. *KOU Sag Bil Derg.*, 4 (2), 50-56.
- Aslantaş Ertekin, B. (2010). *Yeme bozukluğu hastalarında aile ortamının ve aile işlevselliğinin değerlendirilmesi*. (Tıpta Uzmanlık Tezi). İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, İstanbul.
- Bardeen, J. R. ve Stevens, E.N.(2015). Sex differences in the indirect effects of cognitive processes on anxiety through emotion regulation difficulties. *Personality and Individual Differences*, 81, 180–187.
- Başçıvi, G. (2017). *Sorunlu yeme davranışları ve yeme bağımlılığında duygu düzenleme güçlüklerinin rolü*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Batı, U. (2010). Reklamcılıkta Retorik Bir Unsur Olarak Kadın Bedeni Temsilleri. *Kültür ve İletişim*, 13(1), 103-133.
- Batigün, A. D., ve Utku, Ç. (2006). Bir Grup Gençte Yeme Tutumu ve Öfke Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 65-78.
- Beblo, T., Fernando, S., Klocke, S., Griepenstroh, J., Aschenbrenner, S. ve Driessen, M. (2012). Increased suppression of negative and positive emotions in major depression. *Journal of Affective Disorders*, 141 (2-3), 474-479.
- Becerra, R., Preece, D., Campitelli, G. Ve Scott-Pillow, G. (2017). The Assessment of Emotional Reactivity Across Negative and Positive Emotions: Development and Validation of the Perth Emotional Reactivity Scale (PERS). *Assessment*, 1–13.

- Ben-Tovim, D. ve Walker, M.K. (1991). The development of the Ben-Tovim Walker Body Attitudes Questionnaire (BAQ), a new measure of women's attitudes towards their own bodies. *Psychological Medicine*, 21, 775-784.
- Bem, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(2), 155-162.
- Bem, S. L. (1981). Gender Schema Theory: A cognitive Account of Sex Typing. *Psychological Review*, 88(4), 354-364.
- Berking, M. Ve Wupperman, P. (2012). Emotion regulation and mental health: recent findings, current challenges, and future directions. *Curr. Opin. Psychiatry*, 25(2), 128-34.
- Blashill, A.J. (2011). Gender roles, eating pathology, and body dissatisfaction in men: A meta-analysis. *Body Image*, 8, 1–11.
- Blinder, B. J., Cumella, E. J., ve Sanathara, V. A. (2006). Psychiatric comorbidities of female patients with eating disorders. *Psychosomatic Medicine*, 68, 454–462.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Vol.1. Attachment (2nd ed.). New York: Basic Books.
- Bozoklu, G. (2014). *Edirne Kent Nüfusunda Yeme Davranışı Ve Etkileyen Faktörler*. (Yayınlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi).Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Edirne.
- Brechan, I. ve Kvalem, I. L. (2015). Relationship between body dissatisfaction and disordered eating: Mediating role of self-esteem and depression. *Eating Behaviors*, 17, 49–58.
- Silverstei, B. ve Blumenthal, E. (1997). Depression Mixed with Anxiety, Somatization, and Disordered Eating: Relationship with Gender-Role-Related Limitations Experienced by Females. *Sex Roles*, 36, 11-12.
- Brockmeyer, T., Bents, H., GrosseHoltforth, M., Pfeiffer, N., Herzog, W. ve Friederich, H.C. (2012). Specific emotion regulation impairments in major depression and anorexi nervosa. *Psychiatry Research*, 200, 550–553.
- Cachelin, F. M. (2001). Etiology of Eating Disorders in Women. *The Counseling Psychologist*, 29 (5), 635-661.
- Cafri, G. ve Thompson, J.K. (2004). Evaluating the convergence of muscle appearance attitude measures. *Assessment*, 11, 224–229.
- Call, C., Walsh, B. T. ve Attia, E. (2013). From DSM-IV to DSM-5: changes to eating disorder diagnoses. *Current Opinion in Psychiatry*, 26 (6), 532–536.
- Calugi, S., El Ghoch, M., Conti, M. ve Grave, R. D. (2018). Preoccupation with shape or weight, fear of weight gain, feeling fat and treatment outcomes in patients with anorexia nervosa: A longitudinal study. *Behaviour Research and Therapy*, 105, 63–68. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2018.04.001>
- Cardi, V., Leppanen, J. ve Treasure, J. (2015). The effects of negative and positive mood induction on eating behaviour: A meta-analysis of laboratory studies in the healthy population and eating and weight disorders. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 57, 299-309.
- Carl, J.R., Soskin, D.P., Kerns, C. ve Barlow, D.H. (2013). Positive emotion regulation in emotional disorders: A theoretical review. *Clinical Psychology Review*, 33(3), 343-360.
- Carney, M.A., Armeli, S., Tennen, H., Affleck, G., O'Neil, T.P. (2000). Positive and negative daily events, perceived stress, and alcohol use: a diary study. *J. Consult. Clin. Psychol.*, 68, 788–98
- Carpenter, K. M., Hasin, D. S., Allison, D. B., ve Faith, M. S. (2000). Relationships Between Obesity and DSM-IV Major Depressive Disorder, Suicide Ideation, and Suicide Attempts: Results From a General Population Study. *Am J Public Health.*, 90(2), 251–257.
- Cash, T.F., Phillips, K. A., Santos, M. T. ve Hrabosky, J.I. (2004). Measuring “negative body image”: validation of the Body Image Disturbance Questionnaire in a nonclinical population. *Body Image*, 1 (4), 363-372.
- Cash, T.F., Santos, M.T. ve Williams, E.F. (2005). Coping with body-image threats and challenges: validation of the Body Image Coping Strategies Inventory. *Journal of Psychosomatic Research*, 58 (2), 190-199.
- Cassin, S.E., von Ranson, K.M. (2005). Personality and Eating Disorders: A Decade in Review. *Clinical Psychology Review*, 25 (7), 895-916.
- Cattarin, J. A. ve Thompson, J. K. (1994). A Three-Year Longitudinal Study of Body Image, Eating Disturbance, and General Psychological Functioning in Adolescent Females. *Eating Disorders: The Journal of Treatment & Prevention*, 2 (2), 114-125.

- Cengiz, A. (2013). *Kadın ruh sağlığı ve toplumsal cinsiyet; Antalya ilinde bir klinikte uygulama*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Chaiken, S. ve Pliner, P. (1987). Women, but not Men, Are What They Eat: The Effect of Meal Size and Gender on Perceived Femininity and Masculinity. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1 (2), 166-176.
- Cihan, B., Bozo, Ö., Lauren, M. S., ve Thompson, J.K. (2016). Psychometric properties of sociocultural attitudes towards appearance scale-4-revised (SATAQ-4R) in Turkish women. *Eating Behaviors*, 21, 168–171. doi:10.1016/j.eatbeh.2016.03.003.
- Ciuluvicaa, C., Ameriob, P.ve Fulcheria, M. (2014). Emotion Regulation Strategies and Quality of Life in Dermatologic Patients. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 127, 661 – 665.
- Clark, L.A. ve Watson, D. (1991). Tripartite model of anxiety and depression: psychometric evidence and taxonomic implications. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 316–336.
- Cohane, G. H., ve Pope, H.G. (2001). Body image in boys: A review of the literature. *International Journal of Eating Disorders*, 29, 373-379.
- Connell, R.W. (1993). The big picture: masculinities in recent world history. *Theory and Society*, 22, 597-623.
- Çam, H. H. (2017). Ergenlerde Yeme Bozukluğu Görülme Sıklığı Ve Ruhsal Semptomlarla İlişkisi. *Turk J Public Health*, 15(2), 96-105.
- Çelik Balcı, S. (2008). The Effects of an Emotion Strengthening Training Program on the Optimism Level of Nurses. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 8 (3), 793-804.
- Çelik, S., Yoldaşcan, E.B., Okyay, R.A. ve Özenli, Y. (2016). Kadın üniversite öğrencilerinde yeme bozukluğunun yaygınlığı ve etkileyen etkenler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17 (1),42-50.
- Çokluk Ö, Şekercioğlu G, Büyüköztürk Ş. (2016). Sosyal Bilimler İçin Çok Değişkenli İstatistik SPSS ve LISREL Uygulamaları. 4. Baskı, Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık, 177-330.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adölesanlarda Benlik Saygısı*. Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Ana Bilim Dalı, (Uzmanlık Tezi), Ankara.
- Damiano, S.R., Paxton, S.J., Wertheim, E.H., McLean, S.A. ve Gregg, K.J. (2015). Dietary restraint of 5-year-old girls: Associations with internalization of the thin ideal and maternal, media, and peer influences. *International Journal of Eating Disorders*, 48 (8), 1166–1169.
- Davies, H., Fox, J., Naumann, U., Treasure, U., Schmidt, U. Ve Tchanturia, K. (2012). Cognitive remediation and emotion skills training for anorexia nervosa: an observational study using neuropsychological outcomes. *Eur Eat Disord Rev.*, 20(3):211–7.
- Davies H, Schmidt U. ve Tchanturia K. (2013). Emotional facial expression in women recovered from anorexia nervosa. *BMC Psychiatry*, 13, 291-300.
- Değirmenci, T. (2006). *Obez Erişkinlerde Benlik Saygısı, Yaşam Kalitesi, Yeme Tutumu, Depresyon ve Anksiyete*. (Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi). Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Denizli
- Devrim, A., Bilgiç, P. ve Hongu, N. (2018). Is There Any Relationship Between Body Image Perception, Eating Disorders, and Muscle Dysmorphic Disorders in Male Bodybuilders?. *American Journal of Men's Health*, 12(5), 1746–1758.
- Dixson, A.F., Halliwell, G., East, R., Wignarajah, P. ve Anderson, M.J. (2003). Masculine Somatotype and Hirsuteness as Determinants of Sexual Attractiveness to Women. *Archives of Sexual Behavior*, 32(1), 29-39.
- Dockray, S. ve Steptoe, A. (2010). Positive affect and psychobiological processes. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 35 (1), 69-75.
- Doğan, Y. ve Özdevecioğlu, M. (2009). Pozitif ve Negatif Duygusallığın Çalışanların Performansları Üzerindeki Etkisi. *SÜ İİBF Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 18, 166-190.
- Dolunay, E. (2002). *Popüler kadın dergilerinde kadın bedeninin temsili*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Dökmen, Z. (1991). Bem cinsiyet rolü envanterinin geçerlik ve güvenilirlik Çalışması (Validity and reliability study of BSRI). *Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 35, 81–89.
- Duckworth, A. L., Steen, T.A. ve Seligman, M. E.P. (2005). Positive Psychology in Clinical Practice. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1, 629-651.

- Duggan, S.J. ve McCreary, D.R. (2008). Body Image, Eating Disorders, and the Drive for Muscularity in Gay and Heterosexual Men. *Journal of Homosexuality*, 47 (3-4), 45-58, DOI: 10.1300/J082v47n03_03
- Ehrenreich, J.T., Fairholme, C. P., Buzzella, B. A., Ellard, K. K. ve Barlow, D.H. (2007). The Role of Emotion in Psychological Therapy. *Clinical Psychology Science and Practice*, 14 (4), 422-428.
- Elran-Barak,R., Sztainer,M.,Goldschmidt, A.B., Crow, S.J.,Peterson, C.B., Hill, L.L. ve Grange, D. (2015). Dietary Restriction Behaviors and Binge Eating in Anorexia Nervosa, Bulimia Nervosa and Binge Eating Disorder: Trans-diagnostic Examination of the Restraint Model. *Eating Behaviors*,18, 192–196.
- Emamia, A. S., Woodcock, A., Swanson, H. E., Kapphahn, T. ve Pulvers, K. (2016). Distress tolerance is linked to unhealthy eating through pain catastrophizing. *Appetite*, 107 (1), 454-459.
- Erdoğan, Ö. ve Tütüncü, İ. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Beden Algısı, Yeme Tutumu Ve Yakın İlişki Kurma Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık Ve Tıp Bilimleri Dergisi*, 17, 89-115.
- Evans, E.H., Tovée, M.J., Boothroyd, L.G. ve Drewett, R.F. (2013). Body dissatisfaction and disordered eating attitudes in 7- to 11-year-old girls: Testing a sociocultural model. *Body Image*, 10, 8– 15.
- Evers, C., Stok, F.M. de Ridder, D. (2010). Feeding Your Feelings: Emotion Regulation Strategies and Emotional Eating. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36, 792- 804.
- Evirgen, N. (2010). *Obez, kilolu ve normal kilolu kadınlarda duygusal sebeplere bağlı yeme davranışı ve duygu düzenlemesi ile ilişkisi*. Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Bilim Dalı, İstanbul.
- Fabian, L.J. ve Thompson, J.K (1989). Body image and eating disturbance in young females. *International Journal of Eating Disorders*, 8(1), 63-74.
- Fairburn, C. G. (2008). Cognitive behavior therapy and eating disorders. New York: Guilford Press.
- Fairburn, C.G. ve Bohn, K. (2005). Eating disorder NOS (EDNOS): an example of the troublesome “not otherwise specified” (NOS) category in DSM-IV. *Behaviour Research and Therapy*, 43 (6), 691-701.
- Folkman, S. ve Moskowitz, J.T. (2000). *Positive affect and the other side of coping*. *American Psychologist*, 55 (6), 647-654.
- Fonville, L., Giampietro, V., Surguladze, S., Williams, S., Tchanturia, K. (2014). Increased BOLD signal in the fusiform gyrus during implicit emotion processing in anorexia nervosa. *Neuroimage. Clin.*, 7 (4), 266-73.
- Fox, H.C., Hong, K.A. ve Sinha, R. (2008). Difficulties in emotion regulation and impulse control in recently abstinent alcoholics compared with social drinkers. *Addictive Behaviors*, 33 (2), 388-394. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2007.10.002>
- Frederick, D. A., Buchanan, G. M., Sadehgi-Azar, L., Peplau, L. A., Haselton, M. G., Berezovskaya, A., ve Lipinski, R. E. (2011). Desiring the muscular ideal: Men's body satisfaction in the United States, Ukraine, and Ghana. *Psychology of Men & Masculinity*, 8(2), 103-117. <http://dx.doi.org/10.1037/1524-9220.8.2.103>
- Fredrickson, B. L. ve Roberts, T. A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women’s lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 173–206.
- Fredrickson BL. (2009). Positivity: groundbreaking research to release your inner optimistic and thrive. Oxford: Oneworld.
- Fredrickson, B.L., Mancuso, R.A., Branigan, C. ve Tugade, M. M. (2000). The Undoing Effect of Positive Emotions. *Motivation and Emotion*, 24 (4), 42-53.
- Furnham, A., Badmn, N. ve Sneade, I. (2002). Body Image Dissatisfaction: Gender Differences in Eating Attitudes, Self-Esteem, and Reasons for Exercise. *The Journal of Psychology*, 136(6), 581–596.
- Gale, C., Gilbert, P., Read, N. ve Goss, K. (2012). An Evaluation of the Impact of Introducing Compassion Focused Therapy to a Standard Treatment Programme for People with Eating Disorders. *Clinical Psychology and Psychotherapy*,21,1-12.
- Garfinkel, P.E. ve Newman, A. (2001). The Eating Attitudes Test: Twenty-five years later. *Eating Weight Disord.* 6, 1-24.
- Garnefski, N., Kaaraji, V. ve Spinhoven, P. (2001). Negative Life Events, Cognitive Emotion Regulation and Emotional Problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311-1327.

- Garner, D. M. ve Garfinkel, P. E. (1979). The eating attitudes test: An index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychological Medicine*, 9, 273-279.
- Ghorbani, F., Khosravani, V., Bastan, F.S. ve Ardakani, R. J. (2017). The alexithymia, emotion regulation, emotion regulation difficulties, positive and negative affects, and suicidal risk in alcohol-dependent outpatients. *Pschiatry Research*, 252, 223–230.
- Gilboa-Schechtman, E., Avnon, L., Zubery, E. ve Jeczmiem, P. (2006): Emotional processing in eating disorders: specific impairment or general distress related deficiency?. *Depression And Anxiety*, 23, 331–339.
- Gianini, L.M. ,White, M.A., Masheb, R.M. (2013). Eating Pathology, Emotion Regulation, and Emotional Overeating in Obese Adults with Binge Eating Disorder. *Eating Behaviour*, 14(3), 309–313.
- Gillen, M.M. ve Lefkowitz, E.S. (2006). Gender role development and body image among male and female first year college students. *Sex Roles*, 55, 25-37.
- Gois, A. C., Ferreira, C. ve Mendes, A. L. (2018). Steps toward understanding the impact of early emotional experiences on disordered eating: The role of self-criticism, shame, and body image shame. *Appetite*, 125, 10-17. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.01.025>
- Goldin, P. R., McRae, K., Ramel, W. ve Gross, J. J. (2007). The neural bases of emotion regulation: reappraisal and suppression of negative emotion. *Biological Psychiatry*, 63, 577-586. doi:10.1016/j.biopsych.2007.05.031.
- Goldschmidt, A. B., Lavender, J. M., Hipwell, A.E., Stepp, S.D. ve Keenan, K. (2017). Emotion Regulation and Loss of Control Eating in Community-Based Adolescents. *Journal of Abnorm Child Psychology*, 45 (1), 183- 191.
- Gomez-Baya, D., Mendoza, R., Paino, S. ve Gillham, J. E. (2017). A two-year longitudinal study of gender differences in responses to positive affect and depressive symptoms during middle adolescence. *Journal of Adolescence*, 56, 11-23.
- Góngora, V. C (2014) Satisfaction With Life, Well-Being, and Meaning in Life as Protective Factors of Eating Disorder Symptoms and Body Dissatisfaction in Adolescents. *Eating Disorders*, 22, 5, 435-449. DOI: 10.1080/10640266.2014.931765
- Good, G. E., Dell, D. M. ve Mintz, L. B. (1989). Male role and gender role conflict: Relations to help seeking in men. *Journal of Counseling Psychology*, 36(3), 295-300. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.36.3.295>
- Görlach, M.G., Kohlmann, S., Shedden-Mora, M., Rief, W. ve Westermann, S.(2016) Expressive Suppression of Emotions and Overeating in Individuals with Overweight and Obesity. *Eur. Eat. Disorders Rev.*, 24, 377–382. <https://doi.org/10.1002/erv.2452>
- Gratz, K.L. ve Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 41-54.
- Griffiths, S., Murray, S.B. ve Touyz, S. (2013). Disordered eating and the muscular ideal. *Journal of Eating Disorders*, 1(15), 1-2.
- Griffiths, S., Angus, D., Murray, S.B. ve Touyz, S. (2014). Unique associations between young adult men’s emotional functioning and their body dissatisfaction and disordered eating. *Body Image*, 11(2), 175-178.
- Griffiths, S., Murray, S. B., ve Touyz, S. (2015). Extending the Masculinity Hypothesis: An Investigation of Gender Role Conformity, Body Dissatisfaction, and Disordered Eating in Young Heterosexual Men. *Psychology of Men & Masculinity*, 16(1), 108-114. <http://dx.doi.org/10.1037/a0035958>
- Griffiths, S., Hay, P., Mitchison, D., Mond, J.M., McLean, S.A., Rodgers, B., Massey, R. ve Paxton, S. J. (2016). Sex differences in the relationships between body dissatisfaction, quality of life and psychological distress. *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, 40(6), 518-522. doi: 10.1111/1753-6405.12538.
- Grogan, S. (2010). Promoting Positive Body Image in Males and Females: Contemporary Issues and Future Directions. *Sex Roles*, 63 (9-10), 757–765.
- Grogan S. (2016). Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children, 3rd ed. London: Taylor & Francis Group.
- Gross, J. J., ve Levenson, R. W. (1993). Emotional suppression: Physiology, self-report, and expressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 970–986.

- Gross, J.J. (1998). Antecedent- and Response-Focused Emotion Regulation: Divergent Consequences for Experience, Expression, and Physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74 (1), 224-237.
- Gross, J.J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39, 281-291.
- Gross, J. J., ve John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. J. (Ed.). (2007). *Handbook of emotion regulation*. New York: Guilford.
- Gross, J.J. ve Thompson (2007) Emotion Regulation: Conceptual Foundations. Gross, James J. (Ed). (2007). *Handbook of emotion regulation* , (pp. 3-24). New York, NY, US: Guilford Press, xvii, 654 pp.
- Görgün-Baran, A., Özcan-Demir, N. & Ulusoy, D. (2004). A sociological analysis on eating disorders among anorexia and bulimia nervosa patients and primary school and university students as risk groups in Turkey III: Media. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 21(2), 31-42.
- Gruber, J., Johnson, S. L., Oveis, C. ve Keltner, D. (2008). Risk for mania and positive emotional responding: Too much of a good thing? *Emotion*, 8(1), 23-33. <http://dx.doi.org/10.1037/1528-3542.8.1.23>
- Guerdjikova, A.I., Mori, N. Casuto, L.S. ve McElroy, S.L. (2017). Binge Eating Disorder. *Psychiatr Clin N Am*, 40, 255–266 <http://dx.doi.org/10.1016/j.psc.2017.01.003>
- Gürgen, A. (2017). *Alkol Kullanım Bozukluğu Olan Hastalarda Çocukluk Çağı Travmaları Ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Araştırılması: Kesitsel Kontrollü Çalışma*. (Tıpta Uzmanlık Tezi). Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı Ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Çanakkale.
- Güzey, M. (2014). Kadınlarda ağırlık yönetiminin yeme tutum davranışı üzerine etkisinin değerlendirilmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Habel, U., Klein, M., Kellermann, T., Shah, N.J. ve Schneider, F. (2005). Same or different: neural correlates of happy and sad mood in healthy males, *Neuroimage*, 26, 206–214.
- Harrison, A. ve Sullivan, S., Tchanturia, K. ve Treasure, J. (2010). Emotional functioning in eating disorders: attentional bias, emotion recognition and emotion regulation. *Psychological Medicine*, 40, 1887–1897.
- Harrison, A., Tchanturia, K. ve Treasure, J. (2010). Attentional Bias, Emotion Recognition, and Emotion Regulation in Anorexia: State or Trait?. *Society of Biological Psychiatry*, 68, 755–761.
- Hayakia, J., Friedmana, M.A. ve Brownell, K.D. (2002). Shame and severity of bulimic symptoms. *Eating Behaviors*, 3, 73 – 83.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., Wilson, K. G., Bissett, R. T., Pistorello, J., Toarmino, D., ve ark. (2004). Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working model. *The Psychological Record*, 54, 553–578.
- Haynos, A.F., Roberto, C.A. ve Attia, E. (2015). Examining the associations between emotion regulation difficulties, anxiety, and eating disorder severity among inpatients with anorexia nervosa. *Comprehensive Psychiatry*, 60, 93–98.
- Hawkins, N., Richards, P.S., Mac Granley, H. ve Stein D. M. (2004). The Impact Of Exposure To The Thin-Ideal Media Image On Women. *Eating Disorders*, 12 (1), 35-50.
- Helgeson, V.S. (1994). Prototypes and dimensions of masculinity and femininity. *Sex Roles*, 31, (11-12), 653–682.
- Heywood, S ve McCabe, M. P. (2006). Negative Affect as a Mediator between Body Dissatisfaction and Extreme Weight Loss and Muscle Gain Behaviors. *Journal of Health Psychology*, 11(6) 833–844. DOI: 10.1177/1359105306069077.
- Hopp, H., Troy, A. S. ve Mauss, I. B. (2011) The Unconscious Pursuit Of Emotion Regulation: Implications for Psychological Health. *Cognition and Emotion*, 25 (3), 532-545. DOI: 10.1080/02699931.2010.532606
- Horn, J. L. (1965). A Rationale and Test For the Number of Factors in Factor Analysis. *Psychometrika*, 30, 179-85.
- Hovardaoğlu, S. (1992). Vücut algısı ölçeği. *Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji (3P) Dergisi*, 1(1), 11–26.
- Hudson, J. I., Hiripi, E., Pope, H. G., Jr., ve Kessler, R. C. (2007). The prevalence and correlates of eating disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Biological Psychiatry*, 61, 348–358.

- Iacovino, J. M., Gredysa, D. M., Altman, M. ve Wilfley, D. E. (2012). Psychological Treatments for Binge Eating Disorder. *Current Psychiatry Reports*, 14 (4), 432-446.
- Jampel, J.D., Murray, S.B., Griffiths, S. ve Blashill, A.J. (2016). Self-Perceived Weight and Anabolic Steroid Misuse Among US Adolescent Boys. *J Adolesc Health.*, 58(4), 397-402.
- Johnston, V.S., Hagela, R., Franklin, M., Fink, B. ve Grammer, K. (2001). Male facial attractiveness: evidence for hormone-mediated adaptive design. *Evolution and Human Behavior*, 22(4), 251-267.
- Joormann, J ve Stanton, C.H. (2016). Examining emotion regulation in depression: A review and future directions. *Behaviour Research and Therapy*, 86, 35-49.
- Jung, J.ve Forbes, G. B. (2007). Body Dissatisfaction And Disordered Eating Among College Women In China, South Korea, And The United States: Contrasting Predictions From Sociocultural And Feminist Theories. *Psychology of Women Quarterly*, 31, 381–393.
- Jung, J.ve Forbes, G.B.(2006). Multidimensional Assessment of Body Dissatisfaction and Disordered Eating in Korean and US College Women: A Comparative Study. *Sex Roles*, 55, 39–50. DOI 10.1007/s11199-006-9058-3
- Karazsia, B. T., ve Pieper, K. (2011). A meta-analytic review of sociocultural influences on male body image. In S. B. Greene (Eds.), *Body Image: Perceptions, Interpretations and Attitudes*, (pp. 153–171). New York: Nova Science Publishers, Inc.
- Gündüz, K. (2016). *Obezite tanısı almış kadınların obezite dereceleri ile problemleri yeme davranışları arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Keel, P.K. ve Klump, K. L. (2003). Are Eating Disorders Culture-Bound Syndromes? Implications for Conceptualizing Their Etiology. *Psychological Bulletin*, 129(5), 747-769. doi:10.1037/0033-2909.129.5.747
- Keski-Rahkonen, A. ve Mustelin, L. (2016). Epidemiology of eating disorders in Europe: prevalence, incidence, comorbidity, course, consequences, and risk factors. *Curr Opin Psychiatry*, 29, 340-345.
- Koole, S. L. ve Rothermund, K. (2011) “I feel better but I don't know why”: The psychology of implicit emotion regulation. *Cognition and Emotion*, 25(3), 389-399. DOI: 10.1080/02699931.2010.550505
- Kozan, K. (1983). Davranış bilimleri araştırmalarında sosyal beğenirlik boyutu ve Türkiye için bir sosyal beğenirlik ölçeği. *ODTÜ Geliştirme Dergisi*, 10(3), 447-478.
- Lamanna, J., Grieve, F.G., Derryberry, W.P., Hakman, M. ve McClure, A. (2010). Antecedents of eating disorders and muscle dysmorphia in a non-clinical sample. *Eating and Weight Disorders*, 15, 23-33.
- Lakkis, J., Ricciardelli, L.A. ve Williams, R.J. (1999). Role of Sexual Orientation and Gender-Related Traits in Disordered Eating. *Sex Roles*, 41 (1-2), 1-16.
- Lavender, J.M. ve Anderson, D.A. (2010). Contribution of Emotion Regulation Difficulties to Disordered Eating and Body Dissatisfaction in College Men. *International Journal of Eating Disorders*, 43 (4), 352–357.
- Lease, S. H., Çiftçi, A., Demir, A.ve Boyraz, G. (2009). Structural Validity of Turkish Versions of the Gender Role Conflict Scale and Male Role Norms Scale. *Psychology of Men & Masculinity*, 10 (4), 273–287.
- Levant, R. (1996). The new psychology of men. *Professional Psychology*, 27, 259–265.
- Levant, R., Richmond, K., Cook, S., House, A.H. ve Aupont, M. (2007). The Femininity Ideology Scale: Factor Structure, Reliability, Convergent and Discriminant Validity and Social Contextual Variation. *Sex Roles*, 57, 373-383.
- Levant, R. F., Alto, K. M., Richmond, K.A., McKelvey, D. K. ve McDermott, R. C. (2017). Variance Composition, Measurement Invariance by Gender, and Construct Validity of the Femininity Ideology Scale-Short Form. *Journal of Counseling Psychology*, 64 (6), 708 –723.
- Leung, A.S.M. (2003). Feminism in Transition: Chinese Culture, Ideology and the Development of the Women's Movement in China. *Asia Pacific Journal of Management*, 20 (3), 359–374.
- Levant, R. F., ve Richmond, K. (2016). The gender role strain paradigm and masculinity ideologies. In Y. J. Wong & S. R. Wester (Eds.), *APA handbooks in psychology series. APA handbook of men and masculinities* (pp. 23-49). Washington, DC, US: American Psychological Association.

- Levine, M. P., ve Smolak, L. (2014). Paradigm clash in the field of eating disorders: A critical examination of the biopsychiatric model from a sociocultural perspective. *Advances in Eating Disorders: Theory, Research and Practice*, 2, 158–170.
- Lewis, D. M., ve Cachelin, F. M. (2001). Body image, body dissatisfaction, and eating attitudes in midlife and elderly women. *Eating Disorders*, 9, 29–39.
- Liverant ,G. I., Brown, T. A., Barlowa , D. H. ve Roemer, L. (2008). Emotion regulation in unipolar depression: The effects of acceptance and suppression of subjective emotional experience on the intensity and duration of sadness and negative affect. *Behaviour Research and Therapy*, 46,1201–1209.
- Livingstone, K. M. ve Srivastava, S. (2012). Up-regulating positive emotions in everyday life: Strategies, individual differences, and associations with positive emotion and well-being. *Journal of Research in Personality*, 46, 504–516.
- Lopez, V., Corona, R. ve Halfond, R (2013). Effects of gender, media influences, and traditional gender role orientation on disordered eating and appearance concerns among Latino adolescents. *Journal of Adolescence*, 36, 727–736.
- Macht, M.(2008). How emotions affect eating: A five-way model. *Appetite*, 50 (1), 1-11.
- Macht, M. ve Simons, G. (2000). Emotions and eating in everyday life, *Appetite*, 35 (1), 65-71.
- Mak, A.K.Y., Zhi-guo, H., Zhang, J. X., Xiaoc, Z., Lee, T. M.C. (2009). Neural correlates of regulation of positive and negative emotions: An fMRI study. *Neuroscience Letters*, 457 (2), 101–106.
- Martz, D.M., Handley, K.B. ve Eisler, R.M. (1995). The Relationship Between Feminine Gender Role Stress, Body Image, And Eating Disorders. *Psychology Of Women Quarterly Banner*, 19 (4), 493-508. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1995.tb00088.x>
- Meydan, C.H. ve Şeşen, H., (2011), Yapısal Eşitlik Modellemesi AMOS Uygulamaları, Detay Yayıncılık, Ankara.
- McCreary, D. R., ve Sasse, D. K. (2000). An exploration of the drive for muscularity in adolescent boys and girls. *Journal of American College Health*, 48, 297–304.
- McCabe, M. ve Ricciardelli, L. (2001). Parent, peer and media influences on body image and strategies to both increase and decrease body size among adolescent boys and girls, *Adolescence*, 36 (142), 225-240.
- McCabe, M. P ve Ricciardelli, L.A. (2004). Body image dissatisfaction among males across the lifespan: A review of past literature. *Journal of Psychosomatic Research*, 56 (6), 675-685. [https://doi.org/10.1016/S0022-3999\(03\)00129-6](https://doi.org/10.1016/S0022-3999(03)00129-6)
- McKinley, N. M. (1999). Women and objectified body consciousness: Mothers' and daughters' body experience in cultural, developmental, and familial context. *Developmental Psychology*, 35, 760–769. doi:10.1037/0012-1649.35.3.760
- Menzel, J.E., Schaefer, L.M., Burke,N.L., Mayhew, L.L., Brannick,M.T. ve Thompson, J.K. (2010). Appearance-related teasing, body dissatisfaction, and disordered eating: A meta-analysis, *Body Image*,7, 261–270.
- Micali, N., De Stavola, B., Ploubidis, G., Simonoff, E., Treasure, J., Field, A. E. (2015). Adolescent eating disorder behaviours and cognitions: gender-specific effects of child, maternal and family risk factors. *The British Journal of Psychiatry*, 207 (4), 320-327.
- Milligan, R.,ve Waller,G. (2000). Anger and bulimic psychopathology among nonclinical women. *International Journal of Eating Disorders*, 28, 446–450.
- Miller, M. N. ve Pumariega, A. J. (2001). Culture and Eating Disorders: A Historical and Cross-Cultural Review. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 64, 93-110. <https://doi.org/10.1521/psyc.64.2.93.18621>
- Mitchison,D., Hay, P., Slewa-Younan, A. ve Mond,JM (2014). The Changing demographic profile of eating disorders in the community. *BMC Public Health*, 14 (943), 1-9.
- Moen, P., Erickson, M. A. ve Dempster-McClain, D. (1997). Their Mother's Daughters? The Intergenerational Transmission of Gender Attitudes in a World of Changing Roles. *Journal of Marriage and Family*, 59(2), 281-293.
- Mond, J., Mitchison, D.,Latner, J.,Hay, P., Owen, C. ve Rodgers, B. (2013). Quality of life impairment associated with body dissatisfaction in a general population sample of women. *BMC Public Health*, 13 (920), 1-11. doi:10.1186/1471-2458-13-920
- Mond, J.M. (2014). Eating disorders "mental health literacy": an introduction. *Journal of Mental Health*, 23 (2), 51-54.
- Murnen, S.K. ve Smolak, L. (1997). Femininity, Masculinity, and Disordered Eating: A Meta-Analytic Review. *Femininity and Eating*, 231-242.
- Murray, S.B., Rieger, E., Hildebrandt, T., Karlov, L., Russell, J., Boon, E., Dawson, R.T. ve Touyz, S.W. (2012). A comparison of eating, exercise, shape, and weight

- related symptomatology in males with muscle dysmorphia and anorexia nervosa. *Body Image*, 9(2), 193–200.
- Myers, T. A. ve Crowther, J. H. (2007). Sociocultural pressures, thin-ideal internalization, self-objectification, and body dissatisfaction: Could feminist beliefs be a moderating factor?. *Body Image*, 4 (3), 296-308.
- Nolen-Hoeksema, S. (2004). Gender differences in risk factors and consequences for alcohol use and problems. *Clinical Psychology Review*, 24 (8), 981-1010.
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B.E., Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00088.x>
- Nolen-Hoeksema, S. (2012). Emotion regulation and psychopathology: The role of gender. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8, 61–87.
- Nouria, M.L., G.Hill, Orrell-Valentec, J. K. (2011). Media exposure, internalization of the thin ideal, and body dissatisfaction: Comparing Asian American and European American college females. *Body Image*, 8(4), 366-372.
- O'Connor, B. P. (2000). SPSS and SAS programs for determining the number of components using parallel analysis and Velicer's MAP test. *Behavior Research Methods, Instrumentation, and Computers*, 32, 396-402.
- O'Dea, J.A. ve Abraham, S. (2000). Improving the body image, eating attitudes, and behaviors of young male and female adolescents: A new educational approach that focuses on self-esteem. *Int J Eat Disord*, 28(1), 43–57.
- Oktan V. (2012). “Beden İmajı ve Reddedilme Duyarlılığının Öznel İyi Oluşu Yordama Gücü”. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama*, 11 (22), 119-134.
- Oktay, C. (2015). *Beden Kitle İndeksinin Yeme Bağımlılığı, Dürtüsellik, Depresyon Ve Anksiyete ile İlişkisi*. (Tıpta Uzmanlık Tezi). Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Ankara.
- Okumuş, E. (2009). Bedene Müdahalenin Sosyolojisi. *Şarkiyat İlmî Araştırmalar Dergisi*, 2, 1-15.
- Okumuşoğlu, S. (2018). Examination of Depressive Tendencies via Negative Automatic Thoughts in University Students. *EURASIA Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 14 (1), 205-212.
- Olivardia, R., Pope, H.G., Borowiecki, J.J. ve Cohane, G. H. (2004). Biceps and body Image: The relationship between muscularity and self esteem, depression, and eating disorder symptoms. *Psychol. Men Masculinity*, 5, 112–120.
- Oral, N. (2006). *Yeme tutum bozukluğu ile kişilerarası şemalar, bağlanma stilleri, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özdemir, A. (2014). *Lise öğrencilerinin vücut kitle indeksi ile yeme davranışı bozukluğu, benlik kavramı ve kendini algılama arasındaki ilişki*. Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Halk Sağlığı Anabilim Dalı.
- Özgen, L., Kınacı, B. ve Arlı, M. (2012). Ergenlerin Yeme Tutum ve Davranışları. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 45 (1), 229-247.
- Özkan, T. ve Lajunen, T. (2005). Masculinity, femininity, and the Bem Sex Role inventory in Turkey. *Sex Roles*, 52, 103–110.
- Özdemir, Y. (2018). *Kadınlarda Beden Kitle İndeksi, Otomatik Düşünceler İle Yeme Tutumları İlişkisinin İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).Yakın Doğu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı
- Paçacıoğlu, B. (2018). *Üç Farklı Kuşaktaki Evli Kadın Ve Erkeklerin Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutumları İle Aile İşlevleri Arasındaki İlişki*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Pallister, E., ve Waller, G. (2008). Anxiety in the eating disorders: Understanding the overlap. *Clinical Psychology Review*, 28, 366–386.
- Pamela K., Mark, G., Todd, F. ve Joiner, T. E. (2007). A 20-Year Longitudinal Study of Body Weight, Dieting, and Eating Disorder Symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, 116 (2), 422– 432.
- Rohde, P., Stice, E., Marti, C.N.(2015). Development and predictive effects of eating disorder risk factors during adolescence: Implications for prevention efforts. *International Journal of Eating Disorders*, 48 (2), 187–198.
- Pennesi, J. L., ve Wade, T. D. (2016). A systematic review of the existing models of disordered eating: Do they inform the development of effective interventions? *Clinical Psychology Review*, 43, 175–192. <http://dx.doi.org/10.1016/j.cpr.2015.12.004>.
- Petrides, K. V., Furnham, A. ve Martin, G. N. (2004). Estimates of Emotional and Psychometric Intelligence: Evidence for Gender-Based Stereotypes. *The Journal of Social Psychology*, 144 (2),149-162.

- Pike, K. M. ve Rodin, J. (1991). Mothers, daughters, and disordered eating. *Journal of Abnormal Psychology, 100*(2), 198-204.
- Polivy, J. ve Herman, C.P. (2002). Causes of Eating Disorders. *Annual Review of Psychology, 53*, 187-213. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135103>
- Pope, H.G., Phillips, K.A., Olivardia, R. (2000). *The Adonis Complex: The Secret Crisis of Male Body Obsession*. New York: Free Press.
- Preece, D.A., Becerra, R., Robinson, K., Dandy, J., ve Allan, A. (2018). Measuring emotion regulation ability across negative and positive emotions: The Perth Emotion Regulation Competency Inventory (PERCI). *Personality and Individual Differences, 135*, 229–241 <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.07.025>
- Reboussin, B.A., Rejeski, W. J., Martin, K. A. , Callahan, K., Dunn, Abby A. L. C. ve Sallis, F.M. (2000) Correlates of satisfaction with body function and body appearance in middle- and older aged adults: The activity counseling trial (ACT), *Psychology and Health, 15* (2), 239-254, DOI: 10.1080/08870440008400304
- Ricciardelli, L. A., McCabe, M. P., Williams, R. J. ve Thompson, J. K.(2007). The role of ethnicity and culture in body image and disordered eating among males. *Clinical Psychology Review, 27*, 582–606.
- Richmond, K., Levant, R., Smalley, B. ve Cook, S. (2015) The Femininity Ideology Scale (FIS): Dimensions and Its Relationship to Anxiety and Feminine Gender Role Stress, *Women & Health, 55* (3), 263-279. DOI: 10.1080/03630242.2014.996723.
- Ridgeway, R.T. ve Tylka, T.L. (2005). College men's perceptions of ideal body composition and shape. *Psychol Men Masculinity, 6*(3), 209–220.
- Rowell, M., MacDonald, D.E. ve Carter, J.C. (2016) Emotion regulation difficulties in anorexia nervosa: associations with improvements in eating psychopathology. *Journal of Eating Disorders, 4* (17), 1-10. DOI 10.1186/s40337-016-0108-0
- Rugancı, R.N. ve Gençöz, T. (2010). Psychometric properties of the Difficulty of Emotion Regulation Scale in a Turkish sample. *Journal of Clinical Psychology, 66*, 442-455.
- Sapmaz Yurtsever, S. ve Tekinsav Sütçü, S. (2017). Algılanan Ebeveynlik Biçimleri ile Bozulmuş Yeme Tutumu Arasındaki İlişkide Erken Dönem Uyumsuz Şemaların ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Aracı Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi, 32*(80), 20–37.
- Savaşır, I. ve Erol, N. (1989). Yeme tutum testi: Anoreksiya nervoza belirtileri indeksi. *Psikoloji Dergisi, 23*, 19-25.
- Savaşır, I. (1994). Ölçek uyarlamasındaki sorunlar ve bazı çözüm yolları. *Türk Psikoloji Dergisi, 9*(33), 27-32.
- Schutte, N. S., Manes, R. R., Malouff, J. M. (2009). Antecedent-focused emotion regulation, response modulation and well-being. *Current Psychology, 28*, 21-31.
- Selvi, K. (2018). Exploring Men's Body Image Concerns And Predisposing Factors For Muscle Dysmorphia In The Framework Of Self-Determination Theory. (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Middle East Technical University The Department Of Psychology, Ankara.
- Semiz, M., Kavakcı, Ö., Yağız, A., Yontar, G. ve Kugu, N. (2012). Sivas İl Merkezinde Yeme Bozukluklarının Yaygınlığı ve Eşlik Eden Psikiyatrik Tanılar. *Türk Psikiyatri Dergisi, 23*, 1-9.
- Sim, L., Clinic, M. ve Zeman, J. (2005). Emotion Regulation Factors as Mediators Between Body Dissatisfaction and Bulimic Symptoms in Early Adolescent Girls. *Journal of Early Adolescence, 25*(4), 478-496. <https://doi.org/10.1177/0272431605279838>
- Sim, L. ve Zeman, J. (2006). The Contribution of Emotion Regulation to Body Dissatisfaction and Disordered Eating in Early Adolescent Girls. *Journal of Youth and Adolescence, 35* (2), 219–228. DOI: 10.1007/s10964-005-9003-8.
- Siyez, D.M. ve Uzbaş, A. (2006) Bir grup üniversite öğrencisinin anoreksik yeme tutumları ile aile yapısı arasındaki ilişki. *Yeni Sempozyum, 44*, 37-43.
- Smith, A. C ve Kleinman, S. (1989). Managing emotions in medical school: Students' contacts with the living and the dead. *Social Psychology Quarterly, 52*, 56-69.
- Smolak, L. (2002). “Body Image Development in Children” *Body Image: A Handbook of Theory, Research and Clinical Practice*, Ed. Thomas F. Cash ve Thomas Prozinsky, New York, Guilford Press, s.65-73.
- Smolak, L. (2004). Body image in children and adolescents: where do we go from here?. *Body Image, 1*(1), 15–28.
- Stice, E. ve Shaw H. E. (2002). Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology A synthesis of research findings. *Journal of Psychosomatic Research, 53*, 985– 993.
- Stice, E., Marti, C. N. ve Rohde, P. (2013). Prevalence, incidence, impairment, and course of the proposed DSM-5 eating disorder diagnoses in an 8-year prospective

- community study of young women. *Journal of Abnormal Psychology*, 122(2), 445-457.
- Stice, E. ve Desjardins, C. D.(2018). Interactions between risk factors in the prediction of onset of eating disorders: Exploratory hypothesis generating analyses. *Behaviour Research and Therapy*, 105, 52–62. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2018.03.005>
- Striegel, A., Moore, R.H. ve Franko, D.L. (2002). “Body Image Issues among Girls and Women”, *Body Image: A Handbook of Theory, Research and Clinical Practice*. Ed. Thomas F. Cash ve Thomas Prozinsky, New York, Guilford Press, s.183-191.
- Strober, M., ve Johnson, C. (2012). The need for complex ideas in anorexia nervosa: Why biology, environment, and psyche all matter, why therapists mistakes, and why clinical benchmarks are needed for managing weight correction. *International Journal of Eating Disorders*, 45, 155–178.
- Sümer, N. (2000). Yapısal eşitlik modelleri: Temel kavramlar ve örnek uygulamalar. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3 (6) 49-74.
- Svaldi, J.,Gripenstroh, J.,Tuschen-Caffier,B.ve Ehring, T.(2012). Emotion regulation deficits in eating disorders: A marker of eating pathology or general psychopathology? *Psychiatry Research*, 197(1-2), 103-111.
- Svaldia, J., Naumanna, E., Trentowskaa, M., Lacknerb, H. K. ve Tuschen-Caffiera, B. (2013). Emotion Regulation and its Influence on Body-Related Distress in Overweight Women. *Journal of Experimental Psychopathology*. 4(5), 529–545. DOI:10.5127/jep.02871
- Svaldi, J ve Naumann, E. (2014). Effects of Rumination and Acceptance on Body Dissatisfaction in Binge Eating Disorder. *Eur. Eat. Disorders Rev.*, 22, 338–345.
- Thompson, E. H., ve Pleck, J. H. (1986). The structure of male role norms. *American Behavioral Scientist*, 29, 531–543.
- Thompson, J. K., Coover, M. D., ve Stormer, S. (1999). Body image, social comparison and eating disturbance: A covariance structure modeling investigation. *International Journal of Eating Disorders*, 26, 43–53.
- Thompson, J. K. ve Stice, E. (2001). Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology. *Current Direction in Psychological Science*, 10(5), 181–183. doi:10.1111/1467-8721.00144
- Thompson, J.K., Roehrig, M. ve Cafri, G. (2005). “Assesment of Body Image Disturbance”, *Assesment of Eating Disorders*, Ed. by. James E. Mitchell ve Carol B. Peterson, New 154 HEINBERG, L.J.: 2005 York, Guilford Press, s.175-202.
- Tiggemann, M.ve Lynch, J. E. (2001). Body image across the life span in adult women: The role of self-objectification. *Developmental Psychology*, 37(2) , 243-253.
- Tiggemann, M. (2004). Body image across the adult life span: stability and change. *Body Image*,1(1), 29–41.
- Tiggemann, M. ve Boundy, M. (2008). Effect Of Environment And Appearance Compliment On College Women's Self-Objectification, Mood, Body Shame, And Cognitive Performance. *Psychology of Women Quarterly*, 32, 399–405.
- Tugade, M.M. ve Fredrickson, B.L. (2007). Regulation of Positive Emotions: Emotion Regulation Strategies that Promote Resilience. *Journal of Happiness Studies*, 8 (3), 311-333.
- Tuschen-Caffier, B., Voderholzer, U., Schäfer, J. ve Svaldi, J. (2016). Effects of emotional acceptance and rumination on media-induced body dissatisfaction in anorexia and bulimia nervosa. *Journal of Psychiatric Research*, 82 (1), 119-125.
- Twenge, J. M., ve Crocker, J. (2002). Race and self-esteem: Meta-analyses comparing Whites, Blacks, Hispanics, Asians, and American Indians and comment on Gray-Little and Hafdahl (2000). *Psychological Bulletin*, 128, 371–408.
- Tylka, T.L., Bergeron, D. ve Schwartz, J.P. (2005). Development and psychometric evaluation of the Male Body Attitudes Scale (MBAS).*Body Image*, 2, 161–175.
- Tylka, T. L. (2011). Refinement of the tripartite influence model for men: Dual body image pathways to body change behaviors. *Body Image*, 8 (3), 199– 207.
- Ulaş, B., Üncü, F. ve Üner, S. (2013). Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinde Olası Yeme Bozukluğu Sıklığı ve Etkileyen Faktörler. *İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2, 15-22.
- Uluyol, F.M. (2016). Cinsiyet Kimliği ve Cinsel Yönelime Bağlı Zorbalığa Maruz Kalma, Sosyal Destek ve Psikolojik İyi Hali Arasındaki İlişki. *Klinik Psikiyatri*,19, 87-96.
- Uskun, E. ve Şabaplı, A. (2013). Lise Öğrencilerinin Beden Algıları ile Yeme Tutumları Arasındaki İlişki. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 12(5), 519-528.

- Uzdil, Z., Özenoğlu, A. ve Ünal, G. (2017). Lise Öğrencilerinde Yeme Tutumlarının Beslenme Alışkanlıkları, Antropometrik ve Demografik Özellikleri İle İlişkisi. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 7(1): 11-18.
- Uzun, Ö., Güleç, N., Özşahin, A., Barbaros, A.D. ve Çalışkan, U. (2006). Screening disordered eating attitudes and eating disorders in a sample of Turkish female college students. *Comprehensive Psychiatry*, 47 (2), 123-126.
- Ünsal, A., Tozun, M., Ayrancı, Ü. ve Arslantaş, D. (2010). Türkiye'nin Batısındaki Bir İlçede Lise Öğrencilerinde Olası Yeme Bozukluğu Görülme Sıklığı ve İlişkili Faktörler. *Dirim Tıp Gazetesi*, 85(3), 100-112.
- Vardar, E. ve Erzenin, M. (2011). The Prevalence of Eating Disorders (EDs) and Comorbid Psychiatric Disorders in Adolescents: A Two-Stage Community-Based Study. *Turkish Journal of Psychiatry*, 1-7.
- Wang, S. B., Pisetsky, E. M., Skutch, J. M., Fruzzetti, A. E. ve Haynos, A. F. (2018). Restrictive eating and nonsuicidal self-injury in a nonclinical sample: Co-occurrence and associations with emotion dysregulation and interpersonal problems. *Comprehensive Psychiatry*, 82, 128–132.
- Watson, D. ve Naragon-Gainey, K. (2010). On the specificity of positive emotional dysfunction in psychopathology: evidence from the mood and anxiety disorders and schizophrenia/schizotypy. *Clin Psychol Rev.*, 30 (7), 839-48.
- Weaver, A. D. ve Byers, E. S. (2006). The Relationships Among Body Image, Body Mass Index, Exercise, and Sexual Functioning in Heterosexual Women. *Psychology of Women Quarterly*, 30, 333–339.
- Wenzlaff, R. M., ve Wegner, D. M. (2000). Thought suppression. *Annual Review of Psychology*, 51, 59–91.
- Wideman, M. W. (2011). Body image and sexual functioning. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (2nd ed., pp. 271–278). New York, NY: Guilford.
- Whiteside, U. Y., Chen, E., Neighbors, C. ve Lo, T. (2007). Difficulties regulating emotions: Do binge eaters have fewer strategies to modulate and tolerate negative affect? *Eating Behaviors*, 8, 162–169.
- Wilson, D.B., Musham, C. ve Mclean, M.S. (2004). From Mothers To Daughters: Transgenerational Food And Diet Communication In An Underserved Group. *Journal of Cultural Diversity*, 11(1), 12-17.
- Woertman, L. ve van den Brink, F. (2012). Body image and female sexual functioning and behavior: a review. *J. Sex Res.*, 49 (2-3), 184-211.
- Xiaojing, A. (2017). Social networking site uses, internalization, body surveillance, social comparison and body dissatisfaction of males and females in mainland China. *Asian Journal Of Communication*, 27(6), 616–630 <https://doi.org/10.1080/01292986.2017.1365914>
- Xu, J. (2017). Media Exposure or Pressure? The Mediating Role of Nonmediated Norms in Young Adults' Body Esteem. *Atlantic Journal of Communication*, 25 (5), 280-292. DOI: 10.1080/15456870.2017.1377200
- Vatan, S. (2014). *Duyguların, Duygu Düzenlemenin, Obsesif İnançların, Düşünce Kontrolünün Ve Bağlanmanın, Obsesif Kompulsif Bozukluktaki Farklı Belirtilerdeki Rollerinin İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yang, C.J., Gray, P., Pope, H.G. (2005). Male body image in Taiwan versus the West: Yanggang Zhiqi meets the Adonis complex. *American Journal of Psychiatry*, 162, 263-269.
- Yang, H., Yang Y., Xu, L., Wu, Q., Xu, J., Weng, E., Wang, K. ve Cai, S. (2017). The relation of physical appearance perfectionism with body dissatisfaction among school students 9–18 years of age. *Personality and Individual Differences*, 116, 399–404. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2017.05.005>
- Yavuz, Ş. (2015). Ataerkil egemen erkeklik değerlerinin üretiminde kadınların rolü: Trabzon örneği. *Fe Dergi*, 7 (1), 117-130.
- Yıldırım, S., Uskun, E. ve Kurnaz, M. (2017). Eating Attitudes of Students in High Schools in a Province Center, and Related Factors. *J. Pediatr. Res.*, 4(3), 149-155. 149-55 DOI: 10.4274/jpr.97659.
- Yılmaz, B. (2017). *Bir Grup Lise Öğrencisinin İnternet Kullanımlarının Beden Algıları Ve Yeme Tutumları İle İlişkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yücel, B. (2009). Estetik Bir Kaygıdan Hastalığa Uzanan Yol: Yeme Bozuklukları. *Klinik Gelişim*, 22 (4), 39-44.

- Yüceer, B., Balıkcı, A., Erdem, M., Cansever, A., Özgen, F. (2013). Bir Grup Erkek Lise Öğrencisinde Vücut Dismorfik Bozukluğu Belirtilerinin Yaygınlığı. *Gulhane Med J.*, 55(1), 22-26. Doi: 10.5455/Gulhane.8127
- Yüksel, Ö. (2013). *Kadınlarda Evlilik Uyumu Ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişki: Stresle Baş Etme Biçimleri Ve Toplumsal Cinsiyet Rolü Tutumlarının Aracı Rollerini*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yüksel, B. (2014) ^b. *Kaygı Belirtilerini Açıklamada Bağlanma, Pozitif Ve Negatif Duygu Düzenleme Ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Arasındaki İlişkiyi Bütünleyici Model Arayışı*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yeşildemir, Ö. (2018). *Egzersiz yapan bireylerde beslenme durumu, sağlıklı beslenme takıntısı ve yeme davranış bozukluklarının değerlendirilmesi*.(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yurtsever, G. (2008). Negotiators' profit predicted by cognitive reappraisal, suppression of emotions, misinterpretation of information, and tolerance of ambiguity. *Perceptual and Motor Skills*, 106, 590-608.
- Zeiler, M., Waldherr, K., Philipp, J., Nitsch, M. ve Dür, W. (2016). Prevalence of Eating Disorder Risk and Associations with Health-related Quality of Life: Results from a Large School-based Population Screening. *Eur. Eat. Disorders Rev.*, 24 (1), 9-18. <https://doi.org/10.1002/erv.23>

EK 1.

SOSYO-DEMOGRAFİK FORM-I

1. Yaşınız:

2. Medeni Durumunuz: () Bekar () Evli

3. Bölümünüz:

.....
.....

4. En uzun süreyle yaşadığınız yerin adını (il-ilçe- kasaba-köy vb.) yazınız:

.....

5. Şu anda kim(lerle) yaşıyorsunuz:

- | | | |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> anne-baba ya
da akrabalarla | <input type="checkbox"/> arkadaş(lar)la
ev paylaşma | <input type="checkbox"/> Diğer:
..... |
| <input type="checkbox"/> yurt | <input type="checkbox"/> yalnız | ... |

6. Annenizin eğitim durumu:

7. Babanızın eğitim durumu:

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> eğitimi yok | <input type="checkbox"/> eğitimi yok |
| <input type="checkbox"/> ilkokul | <input type="checkbox"/> ilkokul |
| <input type="checkbox"/> okur-yazar | <input type="checkbox"/> okur-yazar |
| <input type="checkbox"/> ortaokul | <input type="checkbox"/> ortaokul |
| <input type="checkbox"/> lise | <input type="checkbox"/> lise |
| <input type="checkbox"/> ön lisans | <input type="checkbox"/> ön lisans |
| <input type="checkbox"/> lisans | <input type="checkbox"/> lisans |
| <input type="checkbox"/> yüksek lisans | <input type="checkbox"/> yüksek lisans |
| <input type="checkbox"/> Doktora | <input type="checkbox"/> Doktora |

8. Anne-Baba

- | | | |
|--|-------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> bir arada | <input type="checkbox"/> boşanmış | <input type="checkbox"/> baba-ölmüş |
| <input type="checkbox"/> ayrı yaşıyorlar | <input type="checkbox"/> anne-ölmüş | |

9. Kaç kardeşsiniz? (SİZ HARİÇ)

10. Ailenizin aylık ortalama gelir düzeyi?

- | | | |
|-------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Alt | <input type="checkbox"/> Üst-orta | <input type="checkbox"/> Diğer: |
| <input type="checkbox"/> Orta | <input type="checkbox"/> Üst | |

12. Boyunuz:cm

13. Kilonuz:.....kg

14. Olmak istediğiniz ideal kiloda mısınız?

- Evet

- Hayır
15. Hayırsa, olmak istediğiniz ideal kilo: kg
16. Şimdiki kilonuzu nasıl değerlendiriyorsunuz?
- çok zayıf biraz şişman
 zayıf çok şişman
 normal
17. Hiç rejim (diyet) yaptınız mı? (Yanıtınız hayır ise aşağıdaki soruları cevaplamayınız)
- evet hayır
18. Eğer yanıtınız “evet” ise hangi yaşta rejime başladınız?.....
19. Şimdiye kadar kaç kere diyet denemeniz oldu (tahminen)?
- Hiç
 Çok az
 Ayda en az 1
 Çok sık
 Sürekli diyet yapıyorum
20. Genel olarak diyetlerde hedeflenen kiloya yaklaşma düzeyiniz?
- Hiç Orta Tamamıyla
 Biraz Oldukça
 Fazla Çok fazla
- 21.

Herhangi bir fiziksel/bedensel sorunuz var mı?

- Evet Hayır

Evet ise bu sorunu tanımlayınız_____

—

22. Bir uzman tarafından konulmuş psikiyatrik bir tanınız var mı?

- Evet ise tanının ismi
- Hayır

23. Düzenli olarak kullandığınız bir ilaç var mı?

- Evet Hayır

EK 2

BEN-TOVİM WALKER BEDEN TUTUM ÖLÇEĞİ

Lütfen aşağıdaki her bir ifade için altındaki derecelendirme üzerinden size en uygun yanıtı işaretleyiniz.		Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1	Fiziksel olarak kendimi genellikle çekici hissedirim.					
2	Başkalarının vücudumu görmesini istemem.					
3	İnsanlar beni nadiren cinsel olarak çekici bulur.					
4	Görüntüm hakkında öyle kaygılıyım ki diyet yapmalıyım diye düşünüyorum					
5	Giydiğim şeyler kalçalarımın geçmediğinde kendimi şişman hissedirim.					
6	İnsanlar görünümümünden dolayı benden kaçarlardı.					
7	Yüzümden memnunum.					
8	Başkalarının bel çevremdeki ve göbeğimdeki yağları görebileceğinden endişe duyarım.					
9	Hemen hemen hiç şişman hissetmem.					
10	Yaşamda vücudumun şeklinden daha önemli şeyler var.					
11	Daha iyi görünmek için estetik ameliyat yaptırmanın saçma olduğunu düşünüyorum.					
12	Belime oturan kıyafetler giydiğimde kendimi şişman hissediyorum.					
13	Görünüşümden dolayı intihar etmeyi düşündüğüm oldu.					
14	Fazla çabalarsam çabuk yorulurum.					
15	Yaşamım, görünüşümden dolayı mahvoluyor.					
16	Bol kıyafetler giymek beni zayıf hissettirir.					
17	Vücudumun şekli üzerine pek düşünmem.					
18	Bedenimin bozulduğunu hissediyorum.					
19	Fiziksel gücümle gurur duyuyorum.					
20	Kalçalarımın kalın olduğunu düşünüyorum.					
21	Tatlılar, pastalar veya diğer yüksek kalorili yiyecekleri yemek beni şişman hissettirir.					
22	Bedenen güçlüyümdür.					

23	Kalçalarımın çok geniş olduğunu düşünüyorum.					
24	Fotoğrafım çekildiğinde kendimi şişman hissedirim.					
25	Formda kalmaya çalışıyorum.					
26	Vücut şeklimi düşünmekten başka bir işe odaklanamıyorum.					
27	Aklım fikrim yiyeceklerde.					
28	Zihnim daha ince/zayıf olma arzusu ile meşgul.					
29	Bir ayna veya vitrin camında kendi görüntümü yakalarsam, vücut şeklim yüzünden kendimi kötü hissedirim.					
30	İnsanlar görünüşüm yüzünden benimle alay eder.					
31	Genellikle şişman hissedirim.					
32	Yalnız olduğumda kendimi şişman hissedirim.					
33	Kalça ve popomdaki selülitler beni endişelendiriyor.					
34	İnsanlar görünüşüm hakkında genellikle bana iltifat eder.					
35	Önceden sığabildiğim kıyafetlerin içine artık giremeyince kendimi şişman hissedirim.					
36	Hiç bir zaman çok güçlü olmadım					
37	Özellikle beden hatlarımı ortaya çıkaran kıyafetler giymekten kaçınırım.					

EK 3
Yeme Tutumu Testi (YTT)

Bu anket sizin yeme alışkanlıklarınız ile ilgilidir. Lütfen her bir soruyu dikkatlice okuyunuz ve size en uygun gelen kutu içine (X) işareti koyunuz. Örneğin 'Çikolata yemek hoşuma gider' cümlesini okudunuz. Çikolata yemek hiç hoşunuza gitmiyorsa 'Hiçbir zaman' yazılı kutu içine (X) işareti koyunuz; her zaman hoşunuza gidiyorsa 'Daima'nın altını (X) ile işaretleyiniz.

	Daima	Çok Sık	Sık sık	Bazen	Nadiren	Hiçbir zaman
1. Başkalarıyla birlikte yemek yemekten hoşlanırım.						
2. Başkaları için yemek pişiririm, ama pişirdiğim yemeği yemem.						
3. Yemekten önce sıkıntılı olurum						
4. Şişmanlamaktan ödüm kopar.						
5. Acıktığımda yemek yememeğe çalışırım.						
6. Aklım fikrim yemektir.						
7. Yemek yemeği durduramadığım zamanlar olur.						
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 dek egzersiz yaparım.						
17. Günde birkaç kere 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 çok zayıf olduğumu düşünür.						
25.Şişmanlama (vücudumun yağ toplayacağı) düşüncesi zihnimi meşgul eder.						
26.Yemeklerimi yemek başkalarınınkinden daha uzun sürer						
27.Lokantada yemek yemeyi severim.						
28.Müşhil 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 hissedirim.						
34.Yiyeceklerle ilgili düşünceler çok zamanımı alır.						
35.Kabızlıktan yakınıyorum.						
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 4

Vücut Algısı Ölçeği (VAÖ)

Aşağıda çeşitli vücut özellikleri ve beğenip beğenmeme ile ilgili ifadeler bulunmaktadır. Yapmanız gereken bir vücut özelliğinin hakkındaki görüşünüzü **1= Hiç Beğenmiyorum, 2= Pek Beğenmiyorum, 3=Kararsızım, 4=Oldukça Beğeniyorum, 5=Çok Beğeniyorum** seçeneklerinden uygun olanına ‘‘X’’ işareti koyarak belirtmenizdir. Tüm maddeleri eksiksiz olarak ve içtenlikle cevaplamanız önemlidir.

	1	2	3	4	5
Saçlarım					
Yüzümün rengi					
İştahım					
Ellerim					
Vücudumdaki kıl dağılımı					
Burnum					
Fiziksel gücüm					
İdrar – dışkı düzenim					
Kas kuvvetim					
Belim					
Enerji düzeyim					
Sırtım					
Kulaklarım					
Yaşım					
Çenem					
Vücut yapım					
Profilim					
Boyum					

Duyularımın keskinliği					
Ağrıya dayanıklılığım					
Omuzlarımın genişliği					
Kollarım					
Göğüslerim					
Gözlerimim şekli					
Sindirim sistemim					
Kalçalarım					
Bacaklarım					
Dişlerimin şekli					
Cinsel gücüm					
Ayaklarım					
Uyku düzenim					
Sesim					
Sağlığım					
Cinsel faaliyetlerim					
Dizlerim					
Vücudumun duruş şekli					
Yüzümün şekli					
Kilom					
Cinsel organlarım					
Hastalığa direncim					

EK 5

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Lütfen her soruyu dikkatli bir şekilde okuduktan sonra kendinize en uygun seçeneği işaretleyiniz.				
1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.	ÇOK DOĞRU	DOĞRU	YANLIŞ	ÇOK YANLIŞ
2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.	ÇOK DOĞRU	DOĞRU	YANLIŞ	ÇOK YANLIŞ
3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.	ÇOK DOĞRU	DOĞRU	YANLIŞ	ÇOK YANLIŞ
4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.	ÇOK DOĞRU	DOĞRU	YANLIŞ	ÇOK YANLIŞ
5. Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.	ÇOK DOĞRU	DOĞRU	YANLIŞ	ÇOK YANLIŞ
6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.	ÇOK DOĞRU	DOĞRU	YANLIŞ	ÇOK YANLIŞ
7. Genel olarak kendimden memnunum.	ÇOK DOĞRU	DOĞRU	YANLIŞ	ÇOK YANLIŞ
8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.	ÇOK DOĞRU	DOĞRU	YANLIŞ	ÇOK YANLIŞ
9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.	ÇOK DOĞRU	DOĞRU	YANLIŞ	ÇOK YANLIŞ
10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.	ÇOK DOĞRU	DOĞRU	YANLIŞ	ÇOK YANLIŞ

EK 6

Demografik Bilgi Formu- II

1. Yaşınız:

2. Medeni Durumunuz: () Evli () Bekar

3. Bölümünüz:

4. En uzun süreyle yaşadığınız yeri yazınız:

5. Şu anda kim(lerle) yaşıyorsunuz:

anne-baba ya da akrabalarla yurt

arkadaş(lar)la ev paylaşma yalnız

Diğer:

6. Annenizin eğitim durumu:

eğitimi yok ilkokul okur-yazar ortaokul lise

ön lisans lisans yüksek lisans Doktora

7. Babanızın eğitim durumu:

eğitimi yok ilkokul okur-yazar ortaokul

lise ön lisans lisans yüksek lisans Doktora

8. Anne-Baba

bir arada ayrı boşanmış anne-ölmüş baba-ölmüş

9. Kaç kardeşsiniz? (SİZ HARİÇ)

10. Ailenizin aylık ortalama gelir düzeyi?

Alt Orta Üst-orta Üst Diğer:

12. Boyunuz:cm 13. Kilonuz:.....kg

14. Olmak istediğiniz ideal kiloda mısınız?

Evet Hayır

15. Hayırsa, olmak istediğiniz ideal kilo:

16. Şimdiki kilonuzu nasıl değerlendiriyorsunuz?

çok zayıf zayıf normal biraz şişman çok şişman

17. Hiç rejim (diyet) yaptınız mı? (Yanıtınız hayır ise aşağıdaki soruları cevaplamayınız)

evet hayır

18. Eğer yanıtınız “evet” ise hangi yaşta rejime başladınız?.....

19. Şimdiye kadar kaç kere diyet denemeniz oldu (tahminen).....

20. Genel olarak diyetlerde hedeflenen kiloya yaklaşma düzeyiniz?

Hiç Biraz Orta Oldukça Tamamıyla

20. Yakın bir zamanda diyete başlama düşünceniz var mı?

Hiç Biraz Orta Fazla Çok fazla

21. Herhangi bir fiziksel/bedensel sorunuz var mı?

() Evet () Hayır

Evet ise bu sorunu tanımlayınız _____

22. Düzenli olarak kullandığınız bir ilaç var mı?

() Evet () Hayır

Evet ise belirtiniz _____

EK 7

Kaslı Olma İsteği Ölçeği

Lütfen aşağıdaki maddeleri dikkatle okuyup 6 cevap şikkından size en uygun olanını seçiniz		Tamem Yanlış			Tamamen Doğru		
		1	2	3	4	5	6
1	Daha kaslı olmayı dilerdim.						
2	Kas geliştirmek için ağırlık kaldırıyorum.						
3	Protein veya enerji takviyesi kullanırım.						
4	Kilo aldırıcı veya protein içeren karışımlar içerim.						
5	Gün içerisine olabildiğince çok kalori almaya çalışırım.						
6	Ağırlık çalışma antrenmanlarımdan birini bile kaçırırsam kendimi suçlu hissederim.						
7	Daha fazla kasım olsaydı kendime daha çok güvenirdim diye düşünürüm.						
8	Diğer insanlar benim çok sık ağırlık çalıştığımı düşünür.						
9	4.5 kg daha hacim kazanırsam daha iyi görüneceğimi düşünürüm.						
10	Anabolik (kas yapıcı) steroid kullanmayı düşünürüm.						
11	Kas kütleli biraz daha arttırırsam daha güçlü hissedeceğimi düşünürüm.						
12	Ağırlık çalışma programımın hayatımdaki diğer alanları aksattığımı düşünürüm.						
13	Kollarımın yeterince kaslı olmadığını düşünürüm.						
14	Göğsümün yeterince kaslı olmadığını düşünürüm.						
15	Bacaklarımın yeterince kaslı olmadığını düşünürüm.						
16	Kas geliştirmek için steroid kullanılabileceğini düşünüyorum						

EK 8

Sosyal Beğenilirlik Ölçeği

Aşağıdaki cümleler, insanların davranış ve duygularındaki farklılıkları araştırmak amacıyla hazırlanmıştır. Bu cümlelerden sizin durumunuza uyanlar için D (doğru) harfini; uymayanlar için Y (yanlış) harfini yuvarlak içine alınız. Gizliliği korumak amacıyla isminizi yazmamanız istenmektedir. Lütfen her cümleyi içtenlikle işaretlemeye çalışınız, boş ifade bırakmayınız.

Doğru	Yanlış		
D	Y	1	Her işi önceden planlarım.
D	Y	2	Her zaman başkalarına karşı düşünceli davranırım.
D	Y	3	Çoğu kez kendi çıkarımı tanıdıklarımın çıkarından üstün tutarım
D	Y	4	Otobüste yer verebileceğim yaşlıları bazen görmezlikten gelmişimdir.
D	Y	5	Bazen tanıdıklarımı kendi amaçlarım için kullandığımı hissediyorum.
D	Y	6	Arkadaşlarımın başarılarından bazen rahatsızlık duyarım.
D	Y	7	Yardıma ihtiyacı olan birinin durumunu hiçbir zaman görmezlikten gelmedim.
D	Y	8	Bazen toplum yararını gözetmeden hareket ediyorum.
D	Y	9	Sevmediğim birinin başarısı bile beni sevindirir.
D	Y	10	Nefret ettiğim kimse olmadı.
D	Y	11	Yardım ettiğim kişilerden hiçbir zaman karşılık beklemem.
D	Y	12	Eleştirilmeye sinirlendiğim zamanlar oluyor.
D	Y	13	Temizliğimi hiçbir zaman ihmal ettiğimi hatırlamıyorum.
D	Y	14	Bazen hoşgörülü davranmıyorum.
D	Y	15	Her zaman suçumu kabul eder ve açıkça söylerim.
D	Y	16	Bazı işleri baştan savma yaptığım olur.
D	Y	17	Her düşünceyi tarafsız olarak değerlendiririm.
D	Y	18	Birinin gülünç duruma düşmesi beni her zaman üzer.
D	Y	19	İyi bilmediğim hiçbir konuda fikir ileri sürmem.
D	Y	20	Hiç kimseyi küçümsemedim.

EK 9

Erkeklerle Özgü Beden Tutum Ölçeği

Lütfen her bir ifade için size en uygun yanıtı işaretle 1=Hiçbir zaman, 2= Nadiren, 3= Bazen, 4= Sıklıkla, 5= Çoğunlukla, 6= Her zaman							
		1	2	3	4	5	6
1	Vücudumda çok az kas olduğunu düşünüyorum						
2	Vücudumun daha yağsız olması gerektiğini düşünüyorum						
3	Kollarımın daha güçlü olmasını isterdim.						
4	Karın kaslarımdan memnunum.						
5	Bacaklarımda yeteri kadar kaslı olduğunu düşünmüyorum.						
6	Göğsümün daha geniş olması gerektiğini düşünüyorum.						
7	Omuzlarımda çok dar olduğunu düşünüyorum						
8	Karnımın çok gevşek olmasından rahatsızım.						
9	Kollarımın daha geniş (örn. daha kaslı) olması gerektiğini düşünüyorum.						
10	Vücudumun genel yapısından memnun değilim.						
11	Baldırlarımda daha geniş (örn. daha kaslı) olması gerektiğini düşünüyorum						
12	Daha uzun olmayı isterdim.						
13	Bedenimde çok fazla yağ olduğunu düşünüyorum						
14	Karın bölgem yeterince ince olmadığını düşünüyorum.						

15	Sırtımın daha geniş ve daha yapılı olması gerektiğini düşünüyorum						
16	Göğsümün daha geniş ve daha yapılı olması gerektiğini düşünüyorum.						
17	Kollarımdaki kas yapısından memnunum						
18	Vücudumun şeklinden ve ölçülerinden memnunum.						
19	Boyumdan memnunum.						
20	Tatlı, kek veya diğer yüksek kalorili yiyecekler tüketmek, sizi şişman veya güçsüz hissettiriyor mu?						
21	Aşırı derecede irileşmiş ve yağlanmış hissettiğiniz olur mu?						
22	Bedeninizin ölçüsü veya biçiminden utanç duydunuz mu?						
23	Yansımanızı görmek (camdan veya aynadan) bedeninizin iriliği veya biçimiyle ilgili kötü hissetmenize yol açar mı?						
24	Diyet yapmanız gerektiğini hissettirecek kadar bedeninizin iriliği veya biçiminden endişelendiğiniz oldu mu?						

EK 10

Demografik Bilgi Formu –III

1. Yaşınız:

2. Cinsiyetiniz:

- Kadın Diğer:
 Erkek
 Transseksüel

3. Bölümünüz:

Medeni Durumunuz: () Bekar () Evli

4. En uzun süreyle yaşadığınız yeri yazınız:

5. Şu anda kim(lerle) yaşıyorsunuz:

- anne-baba ya arkadaş(lar)la
da akrabalarla ev paylaşma
 yurt yalnız
 Diğer:

6. Annenizin eğitim durumu:

7. Babanızın eğitim durumu:

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> eğitimi yok | <input type="checkbox"/> eğitimi yok |
| <input type="checkbox"/> ilkokul | <input type="checkbox"/> ilkokul |
| <input type="checkbox"/> okur-yazar | <input type="checkbox"/> okur-yazar |
| <input type="checkbox"/> ortaokul | <input type="checkbox"/> ortaokul |
| <input type="checkbox"/> lise ön lisans | <input type="checkbox"/> lise ön lisans |
| <input type="checkbox"/> lisans | <input type="checkbox"/> lisans |
| <input type="checkbox"/> yüksek lisans | <input type="checkbox"/> yüksek lisans |
| <input type="checkbox"/> Doktora | <input type="checkbox"/> Doktora |

8. Anne-Baba

- bir arada anne-
 ayrı ölmüş
 boşanmış baba-
iş ölmüş

9. Kaç kardeşsiniz? (SİZ HARİÇ)

10. Ailenizin aylık ortalama gelir düzeyi?

- Alt Üst-orta Di
 Orta Üst ğer:

12. Boyunuz:cm

13. Kilonuz:.....kg

14. Olmak istediğiniz ideal kiloda mısınız?

() Evet () Hayır

15. Hayırsa, olmak istediğiniz ideal kilo: kg

16. Şimdiki kilonuzu nasıl değerlendiriyorsunuz?

- çok zayıf biraz şişman
 zayıf çok şişman
 normal

17. Hiç rejim (diyet) yaptınız mı? (Yanıtınız hayır ise aşağıdaki soruları cevaplamayınız)

- evet hayır

18. Eğer yanıtınız “evet” ise hangi yaşta rejime başladınız?.....

19. Şimdiye kadar kaç kere diyet denemeniz oldu (tahminen)?.....

20. Genel olarak diyetlerde hedeflenen kiloya yaklaşma düzeyiniz?

- Hiç Orta Tamamıyla
 Biraz Oldukça

21. Yakın bir zamanda diyetle başlama düşünceniz var mı?

() Hiç () Biraz () Orta () Fazla () Çok fazla

22. Herhangi bir fiziksel/bedensel sorunuz var mı?

- Evet Hayır

Evet ise bu sorunu tanımlayınız_____

—

23. Düzenli olarak kullandığınız bir ilaç var mı?

- Evet Hayır

Evet ise belirtiniz_____

EK 11

Kadınlığa Dair Düşünceler Ölçeği

	Aşağıda kadınların toplumdaki rolleri ile ilgili bazı ifadeler yer almaktadır. Her bir ifadeyle ilgili düşüncenizi yanındaki kutuya (X) işareti koyarak belirtiniz.	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1	Kadının değeri, eşinin başarısıyla ölçülmelidir.					
2	Kadınlar iş yaşamında başarılı olmamalı çünkü erkekler bu tür kadınlarla evlenmek istemeyecektir					
3	Kadın, eşi tarafından cinsel olarak tatmin edilmeyi beklememelidir.					
4	Kadın, rekabetçi olmamalıdır.					
5	Kadın, evlenene kadar bakire kalmalıdır.					
6	Kadın, pornografik dergileri okumamalıdır.					
7	Kadının mastürbasyon yapması kabul edilemez.					
8	Kadın, cinsel içerikli şakalar yapmamalıdır.					
9	Kadınların, duygusallaşmadan, stresle başa çıkmakta zorlanması beklenir.					
10	Lider rolündeki kadınların ciddiye alınması beklenmez.					
11	Kadınların aşırı duygusal görünmeleri beklenir.					
12	Bekar bir kadının, evli bir kadına göre eksik olduğu düşünülür.					

EK 12

Bem Cinsiyet Rolü Envanteri

Aşağıdaki özelliklerin her birinin sizi tanımlama bakımından ne kadar uygun olduğunu düşününüz. Her özelliğin karşısına, sizi ne derece tanımladığını o özelliğin yanındaki boşluğa uygun sayıyı yazarak belirtiniz. Lütfen hiçbir maddeyi boş bırakmayınız							
1= Hiç uygun değil 2= Genellikle uygun değil 3= Bazen uygun değil 4= Kararsızım 5= Bazen uygun 6= Genellikle uygun 7 = Her zaman uygun							
1.	ağır başlı, ciddi						
2.	ailesine karşı sorumlu						
3.	anlayışlı						
4.	baskın, etkili						
5.	başkalarının ihtiyaçlarına duyarlı						
6.	boyun eğen						
7.	cana yakın						
8.	cömert						
9.	çocukları seven						
10.	duygularını açığa vurmeyen						
11.	duygusal						
12.	erkeksi						
13.	etkileyici, güçlü						
14.	fedakar						
15.	girişken						
16.	gönül alan						
17.	gözü pek						
18.	haksızlığa karşı tavır alan						
19.	hassas						
20.	hırslı						
21.	idealist						
22.	incinmiş duyguları tamir etmeye istekli						
23.	kaba dil kullanmayan						
24.	kadınsı						
25.	kendi ihtiyaçlarını savunan						
26.	kendine güvenen						
27.	kuralcı, katı						
28.	lider gibi davranan						
29.	mantıklı						
30.	merhametli						
31.	namuslu						
32.	otoriter						
33.	riski göze almaktan çekinmeyen						
34.	sadık						
35.	saldırgan						

36. sevecen							
37. sıkılgan							
38. sözünde duran							
39. tatlı dilli							
40. yumuşak, nazik							

EK 13

Erkeklik Rol Normları

Sizden aşağıdaki ifadelere ne ölçüde katılıp, katılmadığınızı belirtmeniz istenmektedir. Bu ifadelere katılım düzeyinizi belirtirken 1=Hiç katılmıyorum, 2=Katılmıyorum, 3=Kararsızım, 4=Katılıyorum, 5=Tamamen katılıyorum seçeneklerine denk düşüğünü göz önünde bulundurarak size uygun seçeneği işaretleyiniz.					
1. Bir erkek kendi içinde tam olarak öyle hissetmese de, her zaman kendine güveni olan bir insan havası yansıtmaya çalışmalıdır.	1	2	3	4	5
2.Genç bir erkek iri yarı olmasa bile güçlü bir fiziğe sahip olmaya çabalamalıdır diye düşünüyorum.	1	2	3	4	5
3.Bir erkeğin kuaför ve iyi yemek pişirdiğini duyduğumda, onun ne kadar erkeksi olduğunu merak edebilirim.	1	2	3	4	5
4.Bir erkek için 'İşler sertleştğinde, sertlik işleri halledecektir' iyi bir slogan olacaktır.	1	2	3	4	5
5.Bir erkek ailesi için elde edebildiği en yüksek gelirli işte çalışmak zorundadır.	1	2	3	4	5
6.Bir erkek biraz acı hissettiğinde bunu dışarıya çok fazla belli etmemeye çalışmalıdır.	1	2	3	4	5
7.Bir erkek ayakları üzerinde durmalı ve hiçbir zaman başkalarına, ona işlerini yapmasına yardım etmeleri için bağımlı olmamalıdır.	1	2	3	4	5
8.Bir erkek kaçınmanın hiçbir yolu görünmese bile daima kavgaya girmeyi reddetmelidir.	1	2	3	4	5
9.Hobileri, yemek pişirmek, dikiş dikmek ve baleye gitmek olan bir erkek muhtemelen bana çekici gelmez.	1	2	3	4	5
10.Bir erkeğin yaşamının temel amacı işindeki başarısı olmalıdır.	1	2	3	4	5
11. Bir erkek sorunla karşılaştığında hiçbir zaman geri çekilmemelidir.	1	2	3	4	5
12. Bir erkek arkadaşım sinemada acıklı bir aşk sahnesine ağlarsa, bunu biraz aptalca ve utanç verici bulabilirim.	1	2	3	4	5
13. Bir erkek fırsat buldukça, daha fazla para kazanmak için fazla mesai yapmalıdır.	1	2	3	4	5
14. Kötü bir durumdan çıkmanın bazen tek yolu yumruklardır.	1	2	3	4	5
15. Kendinden tamamiyle emin olan bir erkekten					

her zaman hoşlanırım.	1	2	3	4	5
16. Durumu gerçekten çok umutsuz değilse, bir erkeğe sekreter olarak bir işi kabul etmektense, iş aramaya devam etmesini tavsiye edebilirim.	1	2	3	4	5
17. Gerçek bir erkek arada bir biraz tehlikeden hoşlanır.	1	2	3	4	5
18. Bir erkek için her zaman onu tanıyan herkesin saygısını ve hayranlığını kazanması son derece önemlidir.	1	2	3	4	5
19. Bir erkek çocuğa yemek yapmayı, dikiş dikmeyi, evi temizlemeyi ve küçük çocuklara bakmayı öğretilmesinin son derece iyi olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5
20. Bir adam karısı ve çocuklarından saygıyı daima hak eder.	1	2	3	4	5
21. Bir erkek her zaman her şeyi soğukkanlılıkla ve mantıklı düşünmeli ve yaptığı her şey için akılcı nedenlere sahip olmalıdır.	1	2	3	4	5
22. Bir erkeğin benim 'kadınısı' saydığım bir şeyi yapması beni rahatsız eder.	1	2	3	4	5
23. Durmadan kendi korkuları, problemleri ve kaygılarından bahseden bir adama hiç kimse saygı duymaz.	1	2	3	4	5
24. Bir erkeğin, genellikle bir kadına verilecek bir işe sahip olması biraz utanç vericidir.	1	2	3	4	5
25. Bazı durumlarda bir erkek, karısı ya da kız arkadaşı karşı çıksa bile yumruklarını kullanmaya hazır olmalıdır.	1	2	3	4	5
26. Genç bir adam için diğer insanların saygısını kazanmanın en iyi yolu, bir iş sahibi olmak, onu ciddiye almak ve iyi yapmaktır.	1	2	3	4	5

EK 14

Görünüme Yönelik Sosyo-Kültürel Tutumlar Ölçeği (SATAQ-4R)

Lütfen aşağıdaki soruları size uygun olacak şekilde cevaplayınız.

	1= Kesinlikle katılmıyorum, 2= Çoğunlukla katılmıyorum, 3= Ne katılıyorum ne katılmıyorum, 4= Çoğunlukla katılıyorum, 5= Kesinlikle katılıyorum					
1	Kaslı görünmek benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
2	Giydiğim kıyafetlerin içinde iyi görünmek benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
3	Vücudumun çok zayıf görünmesini isterim.	1	2	3	4	5
4	Kaslı görünmekle ilgili çok fazla düşünürüm.	1	2	3	4	5
5	Dış görünüşümle ilgili çok fazla düşünürüm.	1	2	3	4	5
6	Zayıf görünmekle ilgili çok fazla düşünürüm.	1	2	3	4	5
7	Güzel/yakışıklı görünmek isterim.	1	2	3	4	5
8	Vücudumun kaslı görünmesini isterim.	1	2	3	4	5
9	Dış görünüşüm hakkında çok da fazla düşünmem.	1	2	3	4	5
10	Vücudumun kaslı görünmesini istemem.	1	2	3	4	5
11	Vücudumun çok ince görünmesini isterim.	1	2	3	4	5
12	Çekici olmak benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
13	Vücudumda çok az yağ olması ile ilgili çok fazla düşünürüm.	1	2	3	4	5
14	Nasıl görüldüğümle ilgili çok fazla düşünmem.	1	2	3	4	5
15	Çok kaslı görünen bir vücudum olsun isterim.	1	2	3	4	5

EK 15

Duygu Düzenleme Süreçleri  l eği

Lütfen deneyimlemek istediğiniz ve ka ındığınız duyguların sizde nasıl ortaya  ıktığınıd ş n n. Deneyimlemek istediğiniz duygular mutluluk ve gurur olabilir. Ka ındığınız duygular da korku ve kızgınlık olabilir. Cevaplayacağınız soruların bazıları birbirlerine benzeseler de, önemli açılardan farklılaşmaktadırlar.

Lütfen her maddeyi okuduktan sonra, o maddede belirtilen fikre katılma derecenizi 7 (Tamamen Katılıyorum) ve 1 (Hiç Katılmıyorum) arasında değişen rakamlardan size uygun olanını işaretleterek belirtiniz.

1= Hiç Katılmıyorum
2= Katılmıyorum
3= Biraz Katılmıyorum
4= Kararsızım
5= Biraz Katılıyorum
6= Katılıyorum
7= Tamamen Katılıyorum

1. Tercih ettiğim duyguları hissedebileceğim ortamlarda vakit geçiririm.	1	2	3	4	5	6	7
2. Tercih etmediğim duyguları hissetmemi engelleyen ortamlarda vakit geçiririm.	1	2	3	4	5	6	7
3. Olumlu duygular hissedebileceğim ortamları bulmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7
4. Olumsuz duygular hissetmeme yol açan durumlardan kaçınırım.	1	2	3	4	5	6	7
5. İçinde bulunduğum durumları, tercih ettiğim duyguları hissetmeme yardımcı olacak şekilde değiştiririm.	1	2	3	4	5	6	7
6. Tercih etmediğim duyguları hissetmeme yol açan durumları değiştiririm.	1	2	3	4	5	6	7
7. İçinde bulunduğum durumları, olumlu duygular hissetmeme yardımcı olacak şekilde değiştiririm.	1	2	3	4	5	6	7
8. İçinde bulunduğum durumları, olumsuz duygular hissetmeme yol açmayacak şekilde değiştiririm.	1	2	3	4	5	6	7
9. Bulunduğum ortamda, tercih ettiğim duyguları hissedebileceğim durumlara dikkatimi yönlendiririm.	1	2	3	4	5	6	7
10. Bulunduğum ortamda, tercih etmediğim duyguları engelleyecek durumlara dikkatimi yönlendiririm.	1	2	3	4	5	6	7
11. Olumlu duygular hissetmeme yardımcı olacak durumlara yoğunlaşırım.	1	2	3	4	5	6	7
12. Olumsuz duygularımı engelleyen durumlara	1	2	3	4	5	6	7

yoğunlaşırım.							
13. Olaylar hakkındaki düşünce şeklimi, tercih ettiğim duyguları hissetmeme yardımcı olacak şekilde değiştiririm.	1	2	3	4	5	6	7
14. Olaylar hakkındaki düşünce şeklimi, tercih etmediğim duyguları hissetmemi engelleyecek şekilde değiştiririm.	1	2	3	4	5	6	7
15. Olaylara bakış açımı, olumlu duygular yaratacak şekilde değiştiririm.	1	2	3	4	5	6	7
16. Olaylara bakış açımı, olumsuz duygular hissetmeme yol açmayacak şekilde değiştiririm. 17. Devam etmesini istediğim bir duygu hissettiğimde, o duyguya odaklanırım.	1	2	3	4	5	6	7
18. Tercih etmediğim bir duygu hissettiğimde, o duyguyu düşünmemeye çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7
19. Olumlu bir duygu hissettiğimde, o duyguya yoğunlaşırım.	1	2	3	4	5	6	7
20. Olumsuz bir duygu hissettiğimde, o duyguyu göz ardı ederim.	1	2	3	4	5	6	7
21. Devam etmesini istediğim bir duygu hissettiğimde, o duyguyu devam ettirecek davranışlarda bulunurum (örn., o duyguyla ilişkili olaylar hakkında konuşmak gibi)	1	2	3	4	5	6	7
22. Tercih etmediğim bir duygu hissettiğimde, o duyguyu azaltacak davranışlarda bulunurum (örn., o duyguya yol açan problemi çözmeye çalışmak gibi)	1	2	3	4	5	6	7
23. Olumlu bir duygu hissettiğimde, o duygunun yoğunluğunu arttıracak şekilde davranırım. 1	1	2	3	4	5	6	7
24. Olumsuz bir duygu hissettiğimde, o duygunun yoğunluğunu azaltacak şekilde davranırım.	1	2	3	4	5	6	7
25. Devam etmesini istediğim bir duygu hissettiğimde, vücudumun o duyguyla ilgili verdiği tepkilere (örn., heyecanlanıp ürpermek gibi) odaklanırım.	1	2	3	4	5	6	7
26. Tercih etmediğim bir duygu hissettiğimde, vücudumun o duyguyla ilgili verdiği tepkileri (örn., terleyen ellerim gibi) görmezden gelirim.	1	2	3	4	5	6	7
27. Olumlu bir duygu hissettiğimde, o duygunun içsel işaretlerine (örn., coşkulanmak gibi) odaklanırım.	1	2	3	4	5	6	7
28. Olumsuz bir duygu hissettiğimde, o duygunun içsel işaretlerine karşı (örn., kaslarımın gerilmesi gibi) kendimi kapatırım	1	2	3	4	5	6	7

EK 16

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU- III

1. Yaşınız:

2. Cinsiyetiniz:

 Kadın Diğer: Erkek

.....

 Transseksüel

3. Bölümünüz:

4. En uzun süreyle yaşadığınız yeri yazınız: (adını yazınız).....

5. Şu anda kim(lerle) yaşıyorsunuz:

 anne-baba arkadaş(la Diğer:

ya da

r)la ev

akrabalarla

paylaşma

 yurt yalnız

başına yurt,

ev vb.

6. Annenizin eğitim durumu:

7. Babanızın eğitim durumu:

 eğitimi yok eğitimi yok okur-yazar okur-yazar ilkokul ilkokul ortaokul ortaokul lise lise ön lisans ön lisans lisans lisans yüksek lisans yüksek lisans doktora doktora

8. Anne-Baba

 bir arada boşanmış ayrı anne-ölmüş

yaşıyorlar

 baba-ölmüş

9. Kaç kardeşiniz? (SİZ HARİÇ)

10. Ailenizin aylık ortalama gelir düzeyi?

- Alt
- Orta
- Üst-orta
- Diğer:

12. Boyunuz:cm

13. Kilonuz:.....kg

14. Olmak istediğiniz ideal kiloda mısınız?

- Evet
- Hayır

15. Hayırsa, olmak istediğiniz ideal kilo: kg

16. Şimdiki kilonuzu nasıl değerlendiriyorsunuz?

- çok zayıf
- zayıf
- normal
- biraz şişman
- çok şişman

17. Hiç rejim (diyet) yaptınız mı? (Yanıtınız hayır ise aşağıdaki soruları cevaplamayınız)

- evet
- hayır

18. Eğer yanıtınız “evet” ise hangi yaşta rejime başladınız?.....

19. Eğer daha önce diyet yaptıysanız, genel olarak diyetlerde hedeflenen kiloya yaklaşma düzeyiniz?

- Hiç
- Biraz
- Orta
- Fazla
- Oldukça fazla
- Tamamıyla

20. Herhangi bir fiziksel/bedensel sorunuz var mı?

- Evet
- Hayır

Evet ise bu sorunu tanımlayınız :

21. Tanısı konulmuş herhangi bir psikiyatrik rahatsızlığınız var mı?

- Evet
- Hayır

22. Düzenli olarak spor yapıyor musunuz?

- () Evet
- () Hayır

23. İlişki durumunuz?

- () İlişkim yok
- () İlişkim var

EK 17**GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU**

Değerli Katılımcı,

Bu çalışma, Prof. Dr. Elif Barışkın danışmanlığında doktora tezi kapsamında yürütülen bir çalışmasıdır. Mevcut çalışma için Hacettepe Üniversitesi Senato Etik Komisyonundan izin alınmıştır. Çalışma kapsamında içselleştirilen kadınlık - erkeklik ideolojilerinin yeme tutumları üzerindeki etkisinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu doğrultuda çalışmanın ilk aşamasında Türkçeye üç tane ölçeğin uyarlaması yapılacaktır. Sizi de çalışmanın bu aşamasına davet ediyoruz. Araştırmaya katılımınız tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Cevaplarınız gizli tutulacak ve sadece araştırmacı tarafından bilimsel çalışmalarda kullanılacaktır. Bu anlamda, araştırma sonuçlarından sağlıklı bilgiler edinilebilmesi için soruların samimi bir şekilde doldurulması ve boş bırakılmaması oldukça önemlidir. Anket genel olarak kişisel rahatsızlık teşkil edecek soruları içermemektedir. Ancak araştırma sırasında herhangi bir nedenden dolayı rahatsızlık hissederseniz, katılımınızı sonlandırabilirsiniz. Çalışma sırasında sizden istenilen, verilen ölçeği boş madde bırakmamaya özen göstererek samimi bir şekilde doldurmanızdır. Çalışmaya katılım yaklaşık 25 dakika sürecektir. Çalışma hakkında daha fazla bilgi almak için Mahperi Uluyol (Eposta: mahperiuluyol@gmail.com) ulaşabilirsiniz. Katılımınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman katılımımı sonlandırabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı kullanımını kabul ediyorum.

Evet ()

Hayır()



**HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
DOKTORA TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU**

**HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞINA**

Tarih: 06/02/2019

Tez Başlığı: Duygu Düzenleme Süreçleri, Kadınsılık- Erkeksilik Algısı, Beden Memnuniyetsizliği İle Yeme Tutumları Arasındaki İlişki: Bir Model Önerisi

Yukarıda başlığı gösterilen tez çalışmamın a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 194 sayfalık kısmına ilişkin, 06/ 02/2019 tarihinde şahsım/tez danışmanım tarafından Turnitin adlı intihal tespit programından aşağıda işaretlenmiş filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı % 4 'tür.

Uygulanan filtrelemeler:

- Kabul/Onay ve Bildirim sayfaları hariç
- Kaynakça hariç
- Alıntılar hariç
- Alıntılar dâhil
- 5 kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esasları'nı inceledim ve bu Uygulama Esasları'nda belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Gereğini saygılarımla arz ederim.

06.02.2019

Adı Soyadı: FATMA MAHPERİ HEKİMOĞLU
Öğrenci No: N14144609
Anabilim Dalı: PSİKOLOJİ
Programı: KLİNİK PSİKOLOJİ
Statüsü: Doktora Bütünleşik Dr.

DANIŞMAN ONAYI

UYGUNDUR

(Prof.Dr. Elif Barışkın)



HACETTEPE UNIVERSITY
GRADUATE SCHOOL OF SOCIAL SCIENCES
Ph.D. DISSERTATION ORIGINALITY REPORT

HACETTEPE UNIVERSITY
GRADUATE SCHOOL OF SOCIAL SCIENCES
PSYCHOLOGY DEPARTMENT

Date: 14/01/2019

Thesis Title : The Relationship Between Emotion Regulation, Femininity And Masculinity Norms, Body Dissatisfaction and Eating Attitudes: A Model Proposal.

According to the originality report obtained by myself/my thesis advisor by using the Turnitin plagiarism detection software and by applying the filtering options checked below on 06/02/2019 for the total of 194 pages including the a) Title Page, b) Introduction, c) Main Chapters, and d) Conclusion sections of my thesis entitled as above, the similarity index of my thesis is 4 %.

Filtering options applied:

- Approval and Declaration sections excluded
- Bibliography/Works Cited excluded
- Quotes excluded
- Quotes included
- Match size up to 5 words excluded

I declare that I have carefully read Hacettepe University Graduate School of Social Sciences Guidelines for Obtaining and Using Thesis Originality Reports; that according to the maximum similarity index values specified in the Guidelines, my thesis does not include any form of plagiarism; that in any future detection of possible infringement of the regulations I accept all legal responsibility; and that all the information I have provided is correct to the best of my knowledge.

I respectfully submit this for approval.

06.02.2019

Name Surname: FATMA MAHPERİ HEKİMOĞLU

Student No: N14144609

Department: PSYCHOLOGY

Program: CLINICAL PSYCHOLOGY

Status: Ph.D. Combined MA/ Ph.D.

ADVISOR APPROVAL

(Prof. Dr. Elif Barışkın)



T.C.
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
Rektörlük

08 Mart 2017

Sayı : 35853172/ 433 - 898

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Enstitünüz Psikoloji Anabilim Dalı doktora programı öğrencilerinden Arş. Gör. Fatma Mahperi ULUYOL'un Prof. Dr. Elif BARIŞKIN danışmanlığında yürüttüğü "Duygu Düzenleme Süreçleri, Kadınsılık-Erkeksilik Algısı, Beden Memnuniyetsizliği ile Yeme Tutumları Arasındaki İlişki: Bir Model Önerisi" başlıklı tez çalışması, Üniversitemiz Senatosu Etik Komisyonunun 28 Şubat 2017 tarihinde yapmış olduğu toplantıda incelenmiş olup, etik açıdan uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Prof. Dr. Rahime M. NOHUTCU
Rektör a.
Rektör Yardımcısı



Görevi	Görevi	Paraf
Memur	21.3/2017	ST
Şef	21.3/2017	ST
Sb Md.	21.3/2017	ST
Gen. Sek. Yrd.	6.1.3/2017	ST
Gen. Sek.	6.1.3/2017	ST