

**T.C.  
ANTALYA BİLİM ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**KADIN BİREYLERDE ALGILANAN BABA REDDİ İLE YEME  
TUTUMLARI: ÖZ ŞEFKAT VE ÖZ TİKSİNMENİN ARACI  
ROLLERİNİN İNCELENMESİ**

**Melis Nur BAHÇECİ**

**HAZİRAN 2023**

**ANTALYA**



**T.C.  
ANTALYA BİLİM ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**KADIN BİREYLERDE ALGILANAN BABA REDDİ İLE YEME  
TUTUMLARI: ÖZ ŞEFKAT VE ÖZ TİKSİNMENİN ARACI  
ROLLERİNİN İNCELENMESİ**

**Melis Nur BAHÇECİ**

**HAZİRAN 2023**

**ANTALYA**

**T.C.**  
**ANTALYA BİLİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**KADIN BİREYLERDE ALGILANAN BABA REDDİ İLE YEME TUTUMLARI:  
ÖZ ŞEFKAT VE ÖZ TİKSİNMENİN ARACI ROLLERİNİN İNCELENMESİ**

**Melis Nur BAHÇECİ**

PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI tezi olarak  
22 / 06 / 2023 tarihinde jüri tarafından (oybirliği / oyçokluğu ile) kabul edilmiştir.

Dr. Öğr. Üyesi Oğuzhan HERDİ (Danışman)

Dr. Öğr. Üyesi Cumhur AVCİL

Dr. Öğr. Üyesi Fatma TURAN

Enstitü Müdürü

Prof. Dr. İbrahim Sani MERT

Tez Teslim Tarihi: ...../...../202.....

## BEYAN

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Kadın Bireylerde Algılanan Baba Reddi ile Yeme Tutumları: Öz Şefkat ve Öz Tiksınmenin Aracı Rollerinin İncelenmesi” adlı bu çalışmanın hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, bu çalışmanın herhangi bir kısmının başka bir akademik çalışma olarak sunulmadığını beyan ederim.

09 / 06 / 2023

Melis Nur BAHÇECİ

## İÇİNDEKİLER

ÖZET	i
ABSTRACT	ii
SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ	iii
TABLolar LİSTESİ	iv
ŞEKİLLER LİSTESİ	v
EKLER LİSTESİ	vi
ÖNSÖZ	vii
GİRİŞ	1
1.1. Tezin Amacı	2
1.2. Tezin Önemi	2
KURAMSAL ÇERÇEVE	3
2.1. Ebeveyn Kabul Red Kuramı (EK RK)	3
2.1.1. Ebeveynliğin Sıcaklık Boyutu	3
2.1.2. Ebeveynliğin Kontrol Boyutu	4
2.2. Yeme Tutumu	6
2.3. Öz Şefkat	8
2.3.1. Öz Sevecenlik	8
2.3.2. Ortak Paylaşımların Farkında Olma	9
2.3.3. Farkındalık	9
2.4. Öz Tiksinme	11
YÖNTEM	14
3.1. Araştırmanın Modeli	14
3.2. Örneklem	14
3.3. Bağımlı ve Bağımsız Değişkenler	14
3.4. Veri Toplama Araçları	14
3.4.1. Sosyodemografik Bilgi Formu	15
3.4.2. Yeme Tutum Testi – (YTT – 26) – Kısa Formu	15
3.4.3. Yetişkin Ebeveyn Kabul Red Ölçeği (Yetişkin EK RÖ) – Kısa Formu	15
3.4.4. Öz Şefkat Ölçeği – Kısa Formu	16
3.4.5. Öz Tiksinme Ölçeği – Revize Formu	16
3.5. Verilerin Toplanması	17

3.6. Etik Kurul-----	18
BULGULAR-----	19
4.1. Sosyodemografik Değişkenlere Ait Betimsel İstatikler-----	19
4.2. Sosyodemografik Değişkenler Bakımından Yeme Tutumu, Algılanan Baba Reddi, Öz Şefkat ve Öz Tiksınme Düzeylerinin Karşılaştırılması-----	21
4.2.1. Yaşa Göre Değişkenlerin İncelenmesi-----	21
4.2.2. Medeni Duruma Göre Değişkenlerin İncelenmesi-----	22
4.2.3. Baba Sağ Olma Durumuna Göre Değişkenlerin İncelenmesi-----	25
4.2.4. Eğitim Düzeyine Göre Değişkenlerin İncelenmesi-----	27
4.2.4.1. Katılımcı eğitim düzeyine göre-----	27
4.2.4.2. Baba eğitim düzeyine göre-----	29
4.3. Algılanan Baba Reddi, Yeme Tutumu, Öz Şefkat ve Öz Tiksınme Ölçekleri Arasındaki İlişkiler-----	31
4.4. Algılanan Baba Reddi Yeme Tutumu İlişkisinde Öz Şefkatin Aracılık Etkisi-----	34
4.5. Baba Reddi Yeme Tutumu İlişkisinde Öz Tiksınmenin Aracılık Etkisi-----	35
TARTIŞMA-----	38
5.1. Değişkenlerin Sosyodemografik Değişkenler ile İncelenmesi-----	38
5.1.1. Yaşa Göre Değişkenlerin Tartışılması-----	38
5.1.2. Medeni Duruma Göre Değişkenlerin Tartışılması-----	39
5.1.3. Baba Sağ Olma Durumuna Göre Değişkenlerin Tartışılması-----	41
5.1.4. Eğitim Düzeyine Göre Değişkenlerin Tartışılması-----	42
5.1.4.1. Katılımcıların eğitim düzeyine göre-----	42
5.1.4.2. Babaların eğitim düzeyine göre-----	43
5.2. Algılanan Baba Reddi, Yeme Tutumu, Öz Şefkat ve Öz Tiksınme Değişkenleri Arasındaki İlişkilerin Tartışılması-----	44
5.3. Algılanan Baba Reddi ile Yeme Tutumu Arasındaki İlişkide Öz Şefkat ve Öz Tiksınmenin Aracı Roller-----	46
5.4. Sonuç, Sınırlılıklar ve Öneriler-----	48
KAYNAKÇA-----	50
EK – 1: BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU-----	63
EK – 2: SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU-----	64
EK – 3: YETİŞKİN EBEVEYN KABUL REDDİ ÖLÇEĞİ (BABA) – KISA FORMU-----	65

EK – 4: YEME TUTUM TESTİ (YTT – 26) – KISA FORMU-----	67
EK – 5: ÖZ ŞEFKAT ÖLÇEĞİ – KISA FORMU-----	69
EK – 6: ÖZ TİKSİNME ÖLÇEĞİ – REVİZE FORMU-----	73
EK – 7: ETİK KURUL ONAYI-----	74

## ÖZET

# KADIN BİREYLERDE ALGILANAN BABA REDDİ İLE YEME TUTUMLARI: ÖZ ŞEFKAT VE ÖZ TIKSİNMENİN ARACI ROLLERİNİN İNCELENMESİ

Melis Nur BAHÇECİ

Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Anabilim Dalı

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Oğuzhan HERDİ

Haziran 2023; 74 sayfa

Algılanan baba reddi kişinin babasından gördüğü tutumlarda sıcaklık, şefkat, ilgi ve desteğin olup olmadığı ve bireyin bunu nasıl değerlendirdiği ile ilgilidir. Yeme tutumu ise her geçen gün önemi ve yaygınlığı daha çok artan, insan psikolojisi üzerinde etkisi olan kavramlardan biridir. Bozulmuş yeme tutumlarının oluşumunda etkili olan risk ve koruyucu unsurların tespit edilmesi ve bilinmesi oldukça önemlidir. Mevcut çalışmada, algılanan baba reddinin yeme tutumu ile ilişkisinde öz şefkat ve öz tiksinsenin ayrı ayrı aracı rollerine bakılması amaçlanmıştır. Örneklem 18 – 65 yaş aralığında Türkiye'nin farklı bölgelerinde yaşamakta olan 384 kadın bireylerden oluşmuştur. Çalışmanın amaçları doğrultusunda katılımcılara, Sosyodemografik Bilgi Formu, Yeme Tutumu Testi (YTT – 26) – Kısa Form, Algılanan Ebeveyn Kabul Reddi Ölçeği – Yetişkin Kısa Form (Baba), Öz Şefkat Ölçeği Kısa Form ve Öz Tikslenme – Revize Ölçeği verilmiştir. Veriler tek yönlü varyans analizi (ANOVA), bağımsız örneklem t testi ve Pearson korelasyon analizi üzerinden incelenmiştir. Araştırmanın aracı rolleri için oluşturulan modelleri test etmek için Yapısal Eşitlik Modeli'nden yararlanılmıştır. Değişkenler arasındaki dolaylı etkiler incelendiğinde, algılanan baba reddinin artması öz şefkat ve öz tikslenme üzerinden yeme tutumunu anlamlı olarak yordaması beklenmiştir. Analiz değerlendirmeleri sonucunda, algılanan baba reddi ile yeme tutumu arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolünün bulunmadığı ancak öz tiksinsenin kısmi aracı rolünün bulunduğu tespit edilmiştir. Bu bulgular algılanan baba reddin artmasının kişinin öz tikslenme düzeyini düşürerek kişinin bozulmuş yeme tutumlarının oluşmasına zemin hazırlaması şeklinde yorumlanmıştır.

**ANAHTAR KELİMELELER:** algılanan baba reddi, öz şefkat, öz tikslenme, yeme tutumu

**JÜRİ:** Dr. Öğr. Üyesi Oğuzhan HERDİ

Dr. Öğr. Üyesi Cumhur AVCİL

Dr. Öğr. Üyesi Fatma TURAN

## ABSTRACT

### PERCEIVED PATERNAL REJECTION AND EATING ATTITUDES IN FEMALE INDIVIDUALS: EXAMINATION OF THE MEDIATOR ROLES OF SELF COMPASSION AND SELF DISGUST

Melis Nur BAHÇECİ

MSc Thesis in Psychology

Supervisor: Asst. Prof. Dr. Oğuzhan HERDİ

June 2023; 74 pages

Perceived paternal rejection is related to whether there is warmth, affection, interest and support in the attitudes one receives from his father, and how the individual evaluates this. Eating attitude, on the other hand, is one of the concepts that has an increasing importance and prevalence day by day and has an impact on human psychology. It is very important to identify and know the risk and protective factors that are effective in the formation of impaired eating attitudes. In the current study, it was aimed to examine the mediating roles of self-compassion and self-disgust separately in the relationship between perceived father acceptance rejection and eating attitude. The sample consisted of 384 female individuals between the ages of 18 and 65 living in different regions of Turkey. For the purposes of the study, the Sociodemographic Information Form, Eating Attitudes Test (YTT – 26) – Short Form, Perceived Parental Rejection of Acceptance Scale – Adult Short Form (Father), Self Compassion Scale – Short Form and Self Disgust Scale – Revised Form were given to the participants. Data were analyzed using one-way analysis of variance (ANOVA), independent sample t-test and Pearson correlation analysis. Structural Equation Model was used to test the models created for the mediator roles of the research. When the indirect effects between the variables were examined, it was expected that the increase in perceived paternal rejection significantly predicted the eating attitude through self compassion and self disgust. As a result of the analysis evaluations, it was determined that self compassion did not have a mediating role in the relationship between perceived paternal rejection and eating attitude, but self disgust had a partial mediator role. These findings were interpreted as the increase in perceived paternal rejection lowers the self disgust level and paves the way for the formation of impaired eating attitudes.

**KEYWORDS:** eating attitude, perceived paternal rejection, self compassion, self disgust

**COMMITTEE:** Asst. Prof. Dr. Üyesi Oğuzhan HERDİ

Asst. Prof. Dr. Cumhuri AVÇİL

Asst. Prof. Dr. Fatma TURAN

## SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ

### Simgeler:

<b>SS</b>	: Standart sapma
<b>N</b>	: Toplam sayı
<b><i>p</i></b>	: Anlamlılık düzeyi
<b>r</b>	: Korelasyon katsayısı
<b>sd</b>	: Serbestlik derecesi
<b><math>\beta</math></b>	: Regresyon katsayısı
<b>GFI</b>	: Düzeltme indeks iyiliği
<b>RMR</b>	: Kök ortalama kare artık
<b>CFI</b>	: Karşılaştırmalı uyum indeksi
<b>RMSEA</b>	: Kök ortalama kare yaklaşımı hatası

### Kısaltmalar:

<b>EKRK</b>	: Ebeveyn Kabul Red Kuramı
<b>EKRÖ</b>	: Ebeveyn Kabul Red Ölçeği
<b>YTT</b>	: Yeme Tutum Testi
<b>AN</b>	: Aneroksiya Nervoza

## TABLolar LİSTESİ

<b>Tablo 1.</b> Değişkenlerin normallik testi sonuçları.....	18
<b>Tablo 2.</b> Sosyodemografik değişkenlere ait betimsel istatikler.....	19
<b>Tablo 3.</b> Yaş ile değişkenlerin Pearson korelasyon analizi.....	20
<b>Tablo 4.</b> Yeme tutumunun medeni duruma göre değişimi.....	21
<b>Tablo 5.</b> Baba reddinin medeni duruma göre değişimi.....	22
<b>Tablo 6.</b> Öz şefkatin medeni duruma göre değişimi.....	23
<b>Tablo 7.</b> Öz tiksindenin medeni duruma göre değişimi.....	24
<b>Tablo 8.</b> Öz şefkat ve alt boyutları ile öz tiksindenin TUKEY testi bulguları.....	25
<b>Tablo 9.</b> Yeme tutumunun baba sağ olmasına göre değişimi.....	26
<b>Tablo 10.</b> Baba reddinin baba sağ olmasına göre değişimi.....	26
<b>Tablo 11.</b> Öz şefkatin baba sağ olmasına göre değişimi.....	27
<b>Tablo 12.</b> Öz tiksindenin baba sağ olmasına göre değişimi.....	27
<b>Tablo 13.</b> Yeme tutumunun katılımcı eğitim düzeyine göre değişimi.....	28
<b>Tablo 14.</b> Baba reddinin katılımcı eğitim düzeyine göre değişimi.....	28
<b>Tablo 15.</b> Öz şefkatin katılımcı eğitim düzeyine göre değişimi.....	29
<b>Tablo 16.</b> Öz tiksindenin katılımcı eğitim düzeyine göre değişimi.....	29
<b>Tablo 17.</b> Yeme tutumunun baba eğitim düzeyine göre değişimi.....	30
<b>Tablo 18.</b> Algılanan baba reddinin baba eğitim düzeyine göre değişimi.....	30
<b>Tablo 19.</b> Öz şefkatin baba eğitim düzeyine göre değişimi.....	31
<b>Tablo 20.</b> Öz tiksindenin baba eğitim düzeyine göre değişimi.....	31
<b>Tablo 21.</b> Yeme tutumu, baba reddi, öz şefkat ve öz tiksinden düzeyleri Pearson korelasyon analizi.....	33
<b>Tablo 22.</b> Şekil 2'ye ilişkin uyum belirteçleri.....	35
<b>Tablo 23.</b> Şekil 4'e ilişkin uyum belirteçleri.....	37

## ŞEKİLLER LİSTESİ

- Şekil 1.** Yapısal eşitlik modeli ile baba reddinin bozulmuş yeme tutumunu ve öz şefkati yordama gücü.....34
- Şekil 2.** Yapısal eşitlik modeli ile baba reddi ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolü.....35
- Şekil 3.** Yapısal eşitlik modeli ile baba reddinin bozulmuş yeme tutumunu ve öz tiksiniyi yordama gücü.....36
- Şekil 4.** Yapısal eşitlik modeli ile baba reddi ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkide öz öz tiksiniyenin aracı rolü.....37

## **EKLER LİSTESİ**

**EK 1.** Bilgilendirilmiş Onam Formu

**EK 2.** Sosyodemografik Bilgi Formu

**EK 3.** Yetişkin Ebeveyn Kabul Red Ölçeği (Baba) – Kısa Form

**EK 4.** Yeme Tutum Testi (YTT – 26) – Kısa Formu

**EK 5.** Öz Şefkat Ölçeği – Kısa Formu

**EK 6.** Öz Tıksınma Ölçeği – Kısa Formu

**EK 7.** Etik Kurul Onayı

## ÖNSÖZ

Araştırmamdaki her aşamada bana olumlu tavrıyla yol gösteren değerli tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Oğuzhan HERDİ'ye ve yüksek lisans eğitimim boyunca benden desteklerini esirgemeyen sevgili aileme teşekkürlerimi sunarım.

Melis Nur BAHÇECİ

Antalya, 2023

## BÖLÜM I

### GİRİŞ

Yeme tutumu dünyada klinik yeme bozukluğu semptomlarına sahip bireyler için ön tanı kriteri olarak gösterilen önemli kavramlardan biridir. Yeme bozukluğunun psikiyatrik bozukluklardan en yüksek ölüm riskine sahip olması ve yeme bozukluğu tanısı almış bireylerde görülen artış sebebiyle alanyazında yeme tutumu hakkındaki çalışmalar oldukça popüler bir hale gelmiştir (Toker ve Hocoğlu, 2009). Dolayısıyla yeme bozukluğu riskini azaltma konusunda yeme tutumlarının bozulmasını önleyici çalışmalar yapmanın faydalı olabileceği düşünülmektedir. Bozulmuş yeme tutumlarının oluşum sürecinde birçok faktörün etkileşimi rol oynamaktadır; haliyle alanda araştırma yaparken koruyucu faktörlerin ve risk faktörlerinin birlikte değerlendirilmesi oldukça kıymetlidir.

Uzun zamandır, ebeveynler bireylerin gelişiminde önemli figürler olarak görülmektedir. Algılanan ebeveyn kabul reddi ise alanyazında bir süredir dikkat çeken ve araştırılan mühim bir konudur. Bu konuda yapılan çalışmalar genellikle bireylerin gelişimsel, davranışsal ve psikolojik problemlerini kapsamaktadır. Ebeveyn reddinin klinik psikopatolojinin farklı alanlarıyla ilişkili olduğu bilinmektedir (Rohner ve Britner, 2002). Yapılan çalışmalarda özellikle anneler çocuk gelişimiyle ilgili temel teorilerin merkezinde yer almıştır. Anneler çoğu zaman çocuk gelişimi, aile yaşamı ve benzeri araştırma ve müdahalelere asıl dahil edilmesi varsayılan kişi olmuştur. Ancak, 1970'lerin ortasına kadar babalar bireyin gelişiminde "unutulan katkı" olarak kalmıştır (Lamb, 1975). Bu durum çoğu psikopatoloji literatüründe baba figürünün nadiren yer almasına sebep olmuştur (Rohner ve Veneziano, 2001). Haliyle bireylerde yeme bozukluğunun gelişiminde babanın rolüne dair çok az bulgu vardır ve bu ilişkinin altında yatan mekanizmaların keşfedilmesi gerekmektedir. Bireylerin yeme davranışları üzerindeki baba etkisinin anlaşılması tedavilerin ve önleme stratejilerinin geliştirilmesi için yararlı bilgiler sağlayabilir. Bu nedenle, yeme bozukluğu alanında bireylerin babasıyla olan ilişkisini inceleyen daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır.

Yıllar içinde, klinik araştırmalarda duyguların psikolojik problemlerin gelişimindeki rolüne olan ilgi bir hayli artmıştır (Sheppes, Suri ve Gross, 2015). Tiksinti ise son zamanlarda araştırma ilgisindeki artıştan yararlanan evrensel bir duygudur. Tiksinti her ne kadar "psikiyatrinin unutulmuş duygusu" olarak kalmışsa bile artık çok çeşitli psikolojik zorluklarla ilgili olarak görülmektedir (Mayor vd., 2022). Kişinin kendi benliğine beslediği tiksinti duygusu anlamına gelen öz tiksintinin de birtakım psikolojik güçlüklerde özel bir anlamı olabileceği tartışılmıştır (Power ve Dalglish, 2008). Bunun yanında, kişinin kendi benliğine göstermiş olduğu şefkat anlamına gelen öz şefkat ise son zamanlarda dergi makaleleri ve tez konularında oldukça ilgi görmeye ve tartışılmaya başlanmıştır (Neff, 2003a; Neff, 2003b). Barnard ve Curry (2011) bu konuda en tutarlı bulgulardan birinin daha fazla öz şefkatin daha az psikopatolojiyle bağlantılı olduğunu bildirmiştir. Bu durum birçok psikopatolojiyi önleme ve iyileştirme açısından umut verici olmuştur. Her ne kadar öz tiksintmeye göre öz şefkat hakkında yapılan araştırmalar alanyazında daha fazla olsa da yeme tutumu ve baba figürü arasındaki ilişkide öz şefkatin rolünü inceleyen çalışmalar kısıtlıdır.

Bugüne kadar erken dönemde algılanan baba reddi ile yeme tutumları arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar literatürde yok denecek kadar azdır. Ayrıca bu ilişkide kişinin kendi benliğine duyduğu şefkat ve tiksinden rolünü inceleyen çalışmalara da literatürde rastlanmamıştır. Son araştırmalar erkeklerde yeme bozukluğu prevalansının hafife alındığını gösterse de hala bozulmuş yeme tutumlarının açık bir kadın üstünlüğü vardır (Keski-Rahkonen ve Mustelin, 2016). Bu sebeple mevcut çalışmada yetişkin kadın bireylerde algılanan baba reddinin yeme tutumu üzerindeki etkisi öz şefkatin ve öz tiksindenin aracı rolleri göz önünde bulundurularak araştırılmıştır.

### 1.1. Tezin Amacı

Çalışmanın amacı kadın bireylerde algılanan baba reddi ile yeme tutumu arasındaki bağlamın incelenmesi, bu bağlamda aracı rol üstlenebileceği düşünülen öz tiksinden ve öz şefkat değişkenlerinin tartışılmasıdır. Bu doğrultuda mevcut çalışmaya dair sıralanmış hipotezler aşağıdaki gibidir:

- I) Algılanan baba reddi ile öz şefkat düzeyi arasında negatif yönlü ilişki vardır.
- II) Algılanan baba reddi ile öz tiksinden düzeyi arasında pozitif yönlü ilişki vardır.
- III) Öz tiksinden düzeyi ile bozulmuş yeme tutumu arasında pozitif yönlü ilişki vardır.
- IV) Öz şefkat düzeyi ile bozulmuş yeme tutumu arasında negatif yönlü ilişki vardır.
- V) Öz şefkat algılanan baba reddi ile yeme tutumu arasındaki ilişkide aracı rol oynamaktadır.
- VI) Öz tiksinden algılanan baba reddi ile yeme tutumu arasındaki ilişkide aracı rol oynamaktadır.

### 1.2. Tezin Önemi

Algılanan baba reddi ile yeme tutumu ilişkisine dair özellikle ulusal alanyazındaki bilginin kısıtlı olduğu görülmektedir. Baba tarafından algılanan reddencilik psikoloji literatüründe yıllardır var olan bir konudur fakat bunun kadın bireylerdeki yeme tutumu ile ilişkisini inceleyen bir çalışma bulunmamaktadır. Ayrıca, yeme bozuklukları alanında yapılan çalışmalarda belirleyici faktör olarak sadece annelerin çalışmalara dahil edilmiş olması babaların unutulmuş faktör olarak kalmasına sebep olmuştur. Mevcut çalışma, yeme bozukluğu araştırma, müdahale ve iyileştirme süreçlerine babaların da aktif olarak dahil edilmesinin önemini vurgulamaktadır. Dahası, yeme tutumları araştırılırken, öz şefkat ve özellikle yeni bir kavram olan öz tiksindenin literatürde tatmin edici bir şekilde çalışmalara dahil edilmediği görülmüştür. Yeme tutumu ve algılanan baba reddi arasındaki bağlamda aracı değişken olabileceği ön görülen öz tiksinden ve öz şefkatin hipotetik bir şekilde araştırılmasının hem uluslararası hem de ulusal alanyazına mühim bir fayda ve bilgi keşfi sağlayacağı düşünülmektedir.

## BÖLÜM II

### KURAMSAL ÇERÇEVE

#### 2.1. Ebeveyn Kabul Red Kuramı (EKRK)

Ebeveyn kabul red kuramı (EKRK) Amerika Birleşik Devletleri'nde ve dünya çapında ebeveyn kabul reddinin temel nedenlerini, sonuçlarını ve diğer bağıntılarını keşfetmeye ve açıklamaya çalışan kanıta dayalı bir sosyalleşme ve yaşam boyu gelişim teorisidir (Rohner, 1986, 1990, 2001; Rohner, Khaleque ve Cournoyer, 2014). EKRK, bireylerin kendilerine bakım veren kişilerden alması gereken ilgi, bakım ve destek gibi temel ihtiyaçları nasıl algıladığı ile ilgili yorumudur. Ebeveyn kabulü ebeveynlerin çocuklarına karşı olan tutum ve davranışlarında sıcaklık, şefkat, ilgi ve desteğin var olması ve gösterilmesi olarak açıklanırken, ebeveyn reddi bahsi geçen tutum özelliklerinin var olmadığı ya da belirgin şekilde sakınıldığı ebeveyn davranışlarını kapsamaktadır (Rohner ve Chaki-Sircar, 1988). EKRK'de ebeveynliğin "sıcaklık" ve "kontrol" boyutu temel kavramlar olarak değerlendirilmektedir ve aşağıda detaylı açıklamalar yer almaktadır.

#### 2.1.2. Ebeveynliğin Sıcaklık Boyutu

EKRK, ebeveynliğin sıcaklık boyutu ile aslında anne baba ile çocuk arasındaki etkileşimi ifade eder ve kuramın odaklandığı temel kavram budur (Rohner, 1986). Bu kavram anne ve baba ile çocuk arasındaki duygusal bağı ve bu bağı kalitesini kastetmektedir. Sıcaklık boyutu, anne ve babaların çocuklarıyla ilişki kurarken nasıl bir davranış gösterdiğine odaklanır. Kuram ebeveynlerin sergiledikleri tutum sevgi ve sıcaklık içerdiğinde ebeveyn kabulünden, duygusal olarak olumsuz ve ihmalkâr tutumlar sergilediklerinde ise ebeveyn reddinden bahsedebileceğini söyler. Rohner (1986)'a göre, bakım veren kişilerin (ebeveynler ya da bir başkası) çocuklarına göstermiş oldukları sıcaklık kendileri ile çocuk arasındaki ilişkinin oluşması bakımından etkilidir. Rohner (1986) sıcaklık boyutunu bir sayı doğrusu gibi değerlendirmektedir ve buna göre doğrunun bir ucu sıcaklığın varlığını temsil ederken diğer ucu yokluğunu temsil etmektedir. Her birey bakım vereninden az ya da çok sevgi görür ve haliyle bu sayı doğrusunda kendine uygun bir nokta bulabilir. Olumlu uç "kabul görme" olarak varsayıldığında ebeveyn sevgi, şefkat, sıcaklık, ilgi ve yakınlık gösterdikçe birey sıcaklık boyutunun olumlu ucuna yaklaşır. Olumsuz uç "reddedilme" olarak varsayıldığında ise sevgi, sıcaklık, yakınlık ve ilgi gibi davranışlar esirgendiğinde birey olumsuz uca yaklaşır. Ayrıca, fiziksel veya psikolojik olarak çocuklara zarar veren davranış ve duygular da reddetme durumundaki olumsuz tutumlara ek olarak düşünülebilir. Rohner (1986) ebeveynlerin fiziksel ve sözel olarak çocuğu kabul ettiklerini gösterebileceklerini söyler. Sarılma, okşama, öpme, gülümseme gibi dışa vurulan fiziksel davranışlar çocuğa kabul edildiğini göstermenin bir yoludur. Övmek, iltifat etmek, güzel şeyler söylemek ise çocuğa kabul edildiğini düşündüren sözel davranışlardır. Ek olarak, destek ve onay içeren davranışlar da ebeveyn kabulünü ifade eder (Rohner, Rising ve Sayre-Scibona, 2009). Reddedici tutumlar ise ebeveynlerin çocuklarını beğenmediklerinde veya onaylamadıklarında hem fiziksel hem sözel davranışların sergilenmemesi sonucu ortaya

çıkılmaktadır (Rohner, 1975). Kurama göre, anne ve babalar birtakım şekillerde reddedici olabilmektedirler (Rohner, 1986). Bunlar:

*Soğuk ya da sevgisiz:* Ebeveynin çocuğuna karşı sıcaklık ve sevgi içeren tutumlarında azalma ya da tamamen yok olmasıdır. Bu şekilde sevgi, ilgi, sıcaklık, yakınlık, destek ve onay esirgenir, ebeveynler çocuklarına karşı soğuk ve ilgisiz bir tavır sergilerler.

*Düşmanlık veya saldırganlık:* Ebeveynlerin çocuklarına karşı olumsuz, saldırgan, düşmanca tutum ve davranışlar sergilemesidir. Bireyler çocuklarına karşı düşmanca, öfke ve kızgınlık gibi duygularla hareket ettiklerinde ortaya saldırgan davranışlar çıkabilmektedir. Bu tarz saldırgan tutumlar sonucunda vurma, itme, çimdikleme, eşyaları fırlatma veya çeşitli el kol hareketleri gibi fiziksel davranışlara yol açabilir. Ayrıca, bağırma, küfür etme, alay etme, eleştirel ya da aşağılayıcı şeyler söylemek gibi sözel davranışlar da görülebilir.

*Kayıtsızlık veya ihmâl:* Duygusal ve fiziksel olarak ebeveynin çocuğa karşı ilgisiz olması halidir. Bir ebeveyn çocuğu ihmâl ettiğinde, çocuk fiziksel ve maddi ihtiyaçlar açısından karşılanmaz. Ayrıca, sosyal ve duygusal ihtiyaçlar açısından da eksiktir. Bu noktada ebeveyn çocuğun kendini rahat hissetme, yardım alma ve ilgi görme gibi ihtiyaçlarını önemsemez ve karşılamaz.

*Ayrışmamış red:* Ebeveynin tutum ve davranışlarının çocuk tarafından reddedici şekilde yorumlanması veya ebeveynin fark etmeden reddedici bir tutum içerisinde olmasıdır. Bu reddedicilik söz konusu olduğunda bakım verenin çocuğu fiziksel ya da sözel olarak reddettiğini gösteren en ufak bir işaret bulunmaz. Ancak, çocuk bakım veren kişinin kendisini sevmediğini ya da reddettiğini hisseder. Rohner (1986) ayrışmamış reddi gözlenebilen red davranışları ve tutumları yokken çocuğun sevilmediğine dair öznel yorum ve deneyimleri olarak açıklamaktadır.

Her ne kadar kuramda geçen bu dört red şeklinin içerdiği davranışlar kültürler arası farklılık gösterse bile (Rohner, 2004), kültürler arası çalışmalar evrensel olarak reddedici davranışların bu dört biçimde algılandığını belirtmektedir (Rohner, Rising ve Sayre-Scibona, 2009).

### 2.1.2. Ebeveynliğin Kontrol Boyutu

Rohner (1985)'e göre, ebeveyn kontrolü anne ve babanın ya da bakım veren kişinin aşırı müsaade edici ve sınırlayıcı tutumlarını bulunduran iki uçten oluşan bir doğru gibi düşünülebilir. Kurama göre, ebeveyn çocuğun hareketlerini sınırladığında bu "kontrol" olarak değerlendirilirken, ebeveyn bunu nadiren olarak yaptığında ise "izin verici" olarak değerlendirilmektedir. Doğrunun bir ucu hiçbir kontrolün olmadığı uçtur. Bu uçta anne ve babalar çocuğa hiçbir sınır ve kural koymamaktadırlar (Rohner ve Rohner, 1981). Sadece çocuklarının sağlığını kontrol altına almaktadırlar. İzin verici durumda ebeveyn tarafından çocuğu yönlendirmek için hiçbir tutum ve davranış gösterilmez. Ebeveyn çocuğun kendi kararlarını almasına müsaade eder. Doğrunun diğer bir uç kısmında ise aşırı kontrol bulunmaktadır. Kontrolün aşırı olduğu durumda ise, çocuklar ebeveynleri tarafından çok fazla kural ve kısıtlamaya maruz kalmaktadır.

Ebeveyn, çocuktan birçok durum ve ortam için konulmuş kurallara uymasını beklemektedir ancak genelde çocuk bunu yapmakta zorlanmaktadır. Bu durum, çocuğun ebeveynsiz belli başlı kabiliyetleri kazanmasını ve özerklik anlayışını engellemektedir.

Literatüre bakıldığında, Rohner ve Cournoyer'in (1994) çalışmasında algılanan ebeveyn reddediciliğinin bireyin psikolojik gelişiminde ve iyi oluş halinde olumsuz bir etkisi olduğu tutarlı bir şekilde gösterilmektedir. Çocuklukta algılanan ebeveyn reddi ileriki dönemlerde bireyleri hem sosyal hem de duygusal problemlerden oluşan bir risk gruba dahil edebilmektedir (Khaleque ve Rohner, 2002). Örneğin, DeYoung (2015) kendinden iğrenme duygusunu ve gelişimini ele alırken, gelişimsel ve ilişkisel travmanın rolünü vurgular ve düzensiz utanç deneyimlerinin kişinin kendisi hakkında tiksinti uyandıran düşünceleri kolayca tetiklediğini öne sürer. Bir ilişki ne kadar travmatik ve nesnelleştiriciyse, utanç ve tiksinti duyguları üretme olasılığının o kadar yüksek olacağını önermektedir. Yapılan bir diğer çalışmada (Mason vd., 2022), katılımcıların çocukluk dönemindeki fiziksel, cinsel ve duygusal istismar, ihmal ve zorbalık gibi erken travmaları incelenmiştir ve çoğu katılımcının birden fazla erken sıkıntı yaşadığı tespit edilmiştir. Tüm katılımcılar, bu erken olumsuz deneyimlerin kendilerini nasıl "iğrenç ve yanlış", "değersiz", "uçurumda" hissetmelerine sebep olduğunu vurgulamışlardır. Ayrıca, kendinden tiksinti deneyimlerinin yaşamlarını farklı noktalarda nasıl etkilediğini aktarmışlardır. Ölçekte kullanılmış olan ifadeler (örn. "O (baba) beni iğrenç hissettirdi"), katılımcıların çoğuna, erken yaşlardan itibaren kendinden iğrenme yaşadıklarını hatırlatmıştır. Çalışma sayesinde, pek çok katılımcı "iğrençliklerinin" ya yaşadıkları travma ve olumsuzluklardan ya da kimliklerinin baskın sosyal normlarla uyumsuz olduğundan ve dolayısıyla damgalanma risklerinin olduğundan kaynaklandığını algılamışlardır. Özellikle babaların çocuklarının gelişimine önemli ve benzersiz bir katkı yaptıkları (Lamb ve Tamis-Lemonda, 2004; Parke, 2004) ve rollerinin bir kimlik duygusunu ve özerkliği teşvik etmeyi içerdiği belirtilmektedir. Yakın zamanlı bir çalışmada (Dakers ve Guse, 2020), ebeveynlik stilleri öz şefkatin bir yordayıcısı olarak incelenmiştir. Ebeveyn duyarlılığı ile öz şefkat arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonuçlar destekleyici, sıcaklık, kabul ve bakım ile karakterize edilen duyarlı babaların, ergenlik döneminde bireyin öz şefkat geliştirme yeteneği ile ilişkili olduğunu bildirmiştir. Geçmiş bir çalışmada (Allen ve Daly, 2002) da zaten ilgili babaların çocuklarının daha fazla bilişsel yeterlilik, kendini kabul etme ve içsel bir kontrol odağı kullanma eğiliminde oldukları belirtilmiştir. Bulgular, bireyin kendine göstermiş olduğu şefkat için ebeveynlerin rolünü tartışmasız anlamlı bulmaktadır.

Ebeveyn kabul ve reddinin psikolojik iyi hal ile ilişkisini inceleyen birçok çalışma alanyazında mevcuttur (Bayat, 2015; Abacı, 2018; Kavak, 2013). Yapılan araştırmalar yeme bozukluğu olan kadınlarda baba tarafından reddedilme ile zayıf olma dürtüsü ve beden memnuniyetsizliği arasındaki ilişkiye kişinin kusurlu olduğuna ve başkaları tarafından terk edilmenin muhtemel olduğuna dair inançların önemli ölçüde aracılık ettiğini bulmuştur (Schmidt vd., 1995). Aynı çalışma, baba kabulü ve zayıf olma dürtüsü arasındaki ilişkiye kişinin bir felakete karşı savunmasız olduğuna dair inançların önemli ölçüde aracılık ettiğini belirtmiştir. Bir diğer önemli çalışma (Vandewalle, Moens ve Braet, 2014) babanın çocuğun geçmiş olumsuz deneyimlerini sürekli olarak dile getirmesi veya bir hata yaptığında çocuk ile iletişimi kesmesi gibi tutumları çocuklarda duygu düzenleme sorunlarına sebep olabileceğini vurgulamıştır. Bu noktada, algılanan bu baba tutumu bireyi yeme bozukluğu semptomu geliştirmesine ve beraberinde duygu

düzenleme becerisi eksikliğiyle ortaya çıkabilecek diğer psikolojik problemleri de ortaya çıkarabileceği düşünülebilmektedir. Ancak belirtilmelidir ki ebeveynleri tarafından reddedilen tüm bireyler ciddi uyum sorunları geliştirmeyebilir. Bazıları algılanan reddedilme deneyimiyle diğerlerinden daha etkili bir şekilde başa çıkabilir (Rohner, Khaleque ve Cournoyer, 2004). Buna rağmen herhangi bir psikopatolojiye sahip bireylerde yapılacak olası araştırma, müdahale ve girişimlerde algılanan ebeveyn kabul reddine önem vermek ve tedavilere ebeveynleri dahil etmek bireylere fayda sağlayacaktır.

## 2.2. Yeme Tutumu

Psikoloji literatüründe “tutum” bireyin duygu, düşünce ve davranışlarından oluşan eğilimleri olarak tanımlanabilir (Bohner ve Dickel, 2011). Bu tanıma göre tutumlar, bireyin sergilemiş olduğu somut değil bireyin davranışlarına zemin hazırlayan soyut niyetleri kastetmektedir. Yeme tutumu ise bireyin yeme ve beslenme ile ilgili sahip olduğu duygu, düşünce ve davranışlardan meydana gelen eğilimler olarak tanımlanabilir.

Yeme tutumu, beslenmenin yanı sıra yeme davranışını kapsayan bir kavram ve yeme bozukluklarını oluşturan bir ön tanı olarak kabul edilebilir. Yeme tutumu genel olarak bireylerin ne ve ne zaman yediğini, nasıl yediğini, ayrıca ne kadar ve kiminle birlikte yediğini gibi soruları kapsar. Sorular doğrultusunda bireyin tercihleri yeme tutumu için bir çerçeve oluşturur. Yeme tercih ve davranışlarında normal olanın dışında bir tarafa gitme hali var ise sıklıkla “bozulmuş yeme tutumu” kavramı kullanılmaktadır (Attie ve Brooks-Gunn, 1989; Cordero ve Israel 2009). Eğer bir yeme tutumu kişinin yaşantısını negatif yönde etkiliyor ve hayat kalitesini düşürüyor ise burada bozulmuş yeme tutumundan bahsedilebilir. Bozulmuş yeme tutumları kişinin yiyecek ve kaloriler hakkında takıntılı düşünmesini, acıktığında sinirlenmesini, ne yiyeceğini seçememesini, birtakım sorunların üstesinden gelmek için yiyecek aramasını, rahatsız hissedene kadar yemek yemesini ve yeme veya kilo hakkında gerçek dışı mitler ve inançlar oluşturmasını içerebilir (Amerikan Diyetisyenler Derneği, 2006).

Günümüzde klinik görünüm açısından yeme bozukluğu tanısı almış bireylerde artış görülmektedir ve bu durumun yordayıcı faktörlerinden biri olarak bozulmuş yeme tutumu gelmektedir (Toker ve Hoccoğlu, 2009). Ancak anormal yeme tutumları yeme bozukluğu tanısı almış klinik bireylerle sınırlı değildir. Aslında birçok birey çarpık yeme alışkanlıkları, inançlar ve yiyeceklere karşı duygular yaşar fakat bu tutumların “anormal” olduğunun farkında değildir (Amerikan Diyetisyenler Derneği, 2006). Birçoğumuzun yeme konusunda aşına olduğu kurallar vardır ancak kimimiz bu kurallar dışına çıktığında bunun üzerine pek de kafa yormazken, bazılarımız için bu durum işlevselliği ve hayat akışını bozan bir duruma dönüşebilmektedir. Tam da bu noktada yeme tutumlarıyla ilgili birtakım bozulmalardan bahsedilebilir. Bireylerin yeme ve beslenme ile ilgili tutumlarında meydana gelen bozulmalar zaman geçtikçe süreklilik göstermekte ve yaşamlarının sonraki dönemlerinde meydana gelen yeme bozukluklarına zemin hazırlayabilmektedir (Calam ve Waller, 1998). Yeme bozuklukları incelenirken sadece anormal yeme tutumları ve yeme davranışlarının görüldüğü dönem değil, bu duruma zemin hazırlayan önceki aşamalar da dikkate alınmalıdır. Kişilerin yeme davranışının şekillenmesi için bebeklik dönemlerinden okul çağına kadar geçen zaman oldukça kıymetlidir. Bu süreçte öğrenilmiş ve geliştirilmiş olan sağlıklı yeme davranışları bireyi aşırı kilo alımından korur ve böylelikle normal yeme davranışlarının yaşam boyu devam

ettirilmesine katkı sağlar. Her ne kadar erken dönemin yeme tutumu oluşumunda etkisi mühim de olsa yeme tutumu biyolojik, gelişimsel, psikolojik ve sosyal boyutta gelişmeye ve sürdürülmeye devam etmektedir. Dolayısıyla yeme tutumunun gelişim boyutlarını anlamak yeme tutumu ile ilişkili klinik ve toplumsal sağlık problemlerinin anlaşılması ve tedavi edilmesi için gereklidir (Gahagan, 2012). Bu sebeple, mevcut çalışma bireylerin erken dönemde deneyimlemiş olduğu ebeveyn tutum ve davranışlarını önemsemektedir.

Literatüre bakıldığında, yeme tutumu üzerinde etiyolojik önemi olan sağlıklı aile ilişkileri ile ilgili çok sayıda çalışma dikkat çekmiştir. Kinzl ve arkadaşları (1994), ebeveynler ile alakalı erken dönemde oluşan deneyimlerin yeme tutumu için muhtemel bir risk faktör olduğu belirtmiştir. Bulgulara bakıldığında geçmişteki aile ortamını güvensiz olarak değerlendirenler kişilerde güvenli değerlendirenlere göre yeme bozukluğu semptom oranları anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Bir diğer derleme çalışmasında (Viesel ve Allan, 2014) ise klinik olarak bozulmuş yeme tutumuna sahip olan bireylerin anne ve babalarından en az birini işlevsel olarak yetersiz değerlendirdiği belirtilmiştir. Anne ve babanın hissettirdiği ilgi azaldıkça birey kusurlu olduğuna ve kendisi için önemli olan kişiler tarafından sevilmediğine dair inançları gelişebilir. Bu noktada ebeveynlerin çocuklarına karşı ilgi esirgediğinde yeme tutumlarının bozulmalar olması muhtemeldir ve dahası yeme bozukluğu tanısı koydurmaya kadar götürebilir (Turner, Rose ve Cooper, 2004). Özelinde kadınlar ile yapılan bir araştırmada (Lewis, 1986), yeme bozukluğu semptomları gösteren kadın bireylerde ebeveynlerinin yaşattığı reddedilme ve yüksek standartlara sahip olma deneyimleri oldukça fazla bulunmuştur. Çalışmada kadın bireylerin ebeveyn tutumlarını algılama şekillerini değerlendirmek için tematik algı testinden yararlanılmıştır. Uygulama sonucunda yeme bozukluğu tanısı almış kadın bireyler tanı almamış katılımcılara göre babalarını daha sevgisiz, düşmanca ve saldırgan olarak tanımlamıştır (Altinel, 2018). Bulgular, bireylerin bozulmuş yeme tutumlarına sahip olması konusunda anne ve babanın bir risk faktörü olabileceğini göstermektedir. Özellikle bireyler tarafından ebeveynlerin kabul ve ilgisinin ne derece algılandığının oldukça etkili olduğunun altını çizmek gereklidir. Yeme tutum ve davranışlarında ebeveyn olarak anneleri baz almanın çok ötesinde babaların erken dönemde bireyler tarafından nasıl algılandığı da yeme tutumlarını incelerken oldukça anlamlı ve mühim bilgiler sunabilir.

Ebeveynlerin sergiledikleri tutum ve davranışların psikopatolojiyle ve duygular ile olan ilgisi tartışılmazdır. Ille ve arkadaşları (2014), yaptıkları bir çalışmada çeşitli tanıları olan (majör depresyon, şizofreni, borderline kişilik bozukluğu (BKB), yeme bozuklukları ve örümcek fobisi) hastaları karşılaştırmışlardır. Analiz sonucunda BKB ve yeme bozukluğu olan hastaların kendinden iğrenme düzeylerinin en yüksek olduğunu gözlemlemişlerdir. Yapılan bir diğer çalışma (Clarke, Simpson ve Varese, 2019), şekil veya ağırlıkla ilgili toplumsal kuralları (örn., “zayıf idealdir” düşüncesi) ihlal eden fiziksel özelliklere sahip kişilerin yüksek düzeyde kendinden tikslenme yaşayabileceklerini bildirmiştir. Bu düşünce yapısı fiziksel görünüm açısından toplumdan dışlanmış hisseden bireyleri diyet kısıtlaması ve vücudunu gizlemesi için tetiklemektedir. Bu noktada kendinden tiksinenin düzensiz yeme ve beden imajı bozukluklarında kritik bir faktör olarak düşünüldüğü belirtilmelidir (Stasik-O'Brien ve Schmidt, 2018). Böylesi katı kuralların günden güne artmaya başladığı toplumda, kendine karşı şefkat ve nezaket gösterebilen kişiler bedenleri için yapılan yargılardan uzak kalmayı başarabilirler ve bu sayede kişilerin yeme davranışları olumlu şekilde etkilenir (Rahimi-Ardabili vd., 2018).

Yetişkin kadınlarla yapılan bir çalışmada (Kelly ve Stephen, 2016) kendine karşı şefkatli olmanın kişinin beden algısı konusunda zorunlu bir değişim içerisine girmesini önlediğini, kişinin yeme konusunda duygularının ya da dış uyaranların değil, fiziksel uyaranların doğrultusunda harekete geçmesine yardımcı olduğu bildirilmiştir. Ayrıca öz şefkatin bireylerin duygusal farkındalığını artırarak ve bedenleri konusundaki acımasızlığı azaltarak bireyin anormal yeme davranışlarını azaltabildiği düşünülmektedir (Çamkerten ve Güloğlu, 2023).

### 2.3. Öz Şefkat

Şefkat bir başkasının acısına şahit olurken ortaya çıkan ve içimizdeki yardım etme arzusunu motive eden duygu olarak tanımlanabilir (Goetz, Keltner ve Thomas, 2010). Yine de literatürde tanım konusunda henüz net bir fikir birliği yoktur. Mevcut araştırmalardaki tanımların birleştirilmesiyle şefkatin beş unsurdan oluştuğu önerilebilir; acıyı tanımak, insan acısının evrenselliğini anlamak, acı çeken kişiyi hissetmek, rahatsız edici duygulara tahammül etmek ve acıyı hafifletmek için harekete geçme veya eylemde bulunma motivasyonu (Strauss vd., 2016).

Öz şefkat ise basit ve yalın bir şekilde tanımlandığında içe dönük şefkattir. Yukarıda önerilmiş olan eylemlerin kişinin kendisine yaşadığı deneyimler karşısında bizzat gösterilmesidir. Öz şefkat kişisel yetersizlikler, hatalar ve başarısızlıklar göz önünde bulundurulduğunda, kontrolümüz dışında acı verici yaşam deneyimleriyle yüzleştiğimizde oldukça kıymetlidir. Alışlagelmiş bir şekilde birçoğumuz şefkati genelde dış kaynaklardan almayı bekler ve kimi zaman bu şefkati göremediğimizde hayal kırıklığına uğrarız. Ancak günün sonunda baş başa kaldığımız şey kendi iç sesimiz ve özümüzle kurduğumuz ilişkidir. Bu sebeple kendi benliğimize karşı şefkatli olabilmek aslında hayatta yapabileceğimiz belki de en akıllıca seçimlerdendir.

Neff (2003b), öz şefkati üç temel unsura ayırmıştır. Bunlar öz nezaket, ortak paylaşımların farkında olmak ve farkındalıktır. Bileşenlerin her biri kendine karşı olan yani olumsuz denilebilecek bir alt boyut bulundurmaktadır. Bu üç unsur birbiriyle etkileşime girmesi kişilerde öz şefkatli bir zihin çerçevesi oluşturur.

#### 2.3.1. Öz Sevecenlik

Öz sevecenlik bileşeni acı bir durum deneyimlediğimizde, başarısız olduğumuzda ya da yetersizlik hissi yaşadığımızda kendimizi kaba bir dille eleştirmek yerine bunu sıcak ve anlayışlı bir dille yapmayı gerektirir (Neff, 2003a). Çoğu birey kendisiyle konuşurken ağır ve eleştirel bir dil kullanmaya daha yatkındır. Ancak bir arkadaşımızın bu acı durumu veya duyguyu deneyimlediğini düşündüğümüzde ona karşı böylesi sert ve eleştirel bir dili kullanmamız pek de muhtemel değildir. Neff (2003b) de zaten buna paralel olarak birçok insanın diğerlerine karşı kendilerinden daha kibar ve merhametli olduğunu belirtmiştir. Bu noktada öz sevecenlik bir arkadaşımıza ya da yakınımıza karşı kullandığımız kibar üslubu ve dili kendimize karşı da kullanabilmemizi teşvik eder. Eğer bir insanın kendi özünü konuşma sesi sert ve küçümseyici değil de nazik ve cesaretlendirici ise orada öz sevecenli bir bireyden bahsedilebilir. Her bileşenin kendine karşı olan bir alt boyutu olduğundan bahsetmiştik. Öz sevecenliğe karşı olan alt boyut ise öz yargılamadır. Öz yargılama alt boyutu olumsuz yaşam deneyimleri (örn., acı, başarısızlık, yetersizlik)

varlığında bireylerin kendi benliğine suçlayıcı veya cezalandırıcı bir tavır sergilemesidir. Yaşanılan acı deneyim ve duyguların yanında kişinin kendisine karşı böylesi acımasız olması sonucu kendisini yıpratması kaçınılmazdır. Öz yargılamayı bir kenara bırakıp öz sevecenliği hayatımıza dahil ettiğimizde olumsuz deneyimler karşısında kendimize kızmak yerine tüm bunlarla kibar bir dille yüzleşmiş oluruz. Bu sayede kendimizi yatıştırmış ve asıl probleme odaklanmış oluruz. Problemlerimizi ve yetersizliklerimizi doğruca kabul edebilmek ancak bunu yargılamadan yapabilmek gereklidir (Özden, 2021). Sonuçta, öz sevecenlik ile yapılan hataları görmezden gelmek değildir, aksine onları kabul edip düştüğümüz yerden daha güçlü bir şekilde kalkma cesareti gösterebilmektir.

### 2.3.2. Ortak Paylaşımların Farkında Olma

İkinci bileşen olan ortak paylaşımların farkında olma kendimizi eksik ve kusurlu hissettiğimizde ya da bir acı çektiğimizde dünya üzerinde bunu yaşayan tek kişinin kendimiz olmadığını kabul etmeyi içerir. Diğer bir ifade ile, kişinin olumsuz deneyimlerin insan olmanın doğal bir parçası olduğunun ve birçok insan tarafından yaşandığının bilincinde olmasıdır. Hayatta her zaman istediğimizi elde edemeyebilir bazen de olmak istediğimiz kişi olamayabiliriz. Bu dünyada herkes için geçerli olan yaşamın temel bir gerçeğidir. Ortak paylaşımların farkında olma bilincine sahip bir kişi için “deneyimlediğim zor durumlar ve duygular insan olmamla alakalı, bunlar çoğu kişi tarafından deneyimlenebilir, neredeyse her insan hayatında zor durum ve duygularla karşılaşabilir” tutumu içerisindedir denilebilir. Ortak paylaşımların farkında olmaya karşı ortaya çıkan alt boyut ise izolasyondur. Verdiğimiz mücadelelerimizi ve başarısızlıklarımızı göz önünde bulundururken bunları yaşayanın yalnızca kendimiz olduğunu düşünmek bizi diğerlerinden soyutlar ve izole hissettirir. İzolasyon bireyin karşılaşmış olduğu zor olayların (örn., acı, başarısızlık, yetersizlik) sadece kendisi tarafından deneyimlenmiş olduğunu düşünmesidir. Bu düşünce yapısı bizi anormal olduğumuza ve hayatımızda bir şeylerin yanlış gittiğine inandırır. Aslında başarısızlık ve kusurluluk normaldir ancak bu unutulmaktadır. Dolayısıyla ortak paylaşımların farkında olma başkalarını da içeren ve acıların ortaklığına dair bir zihniyeti teşvik eder.

### 2.3.3. Farkındalık

Üçüncü bileşen olan farkındalık acı veren düşünce ve duygularımıza yönelmeyi ve onları baskılamadan, oldukları gibi görebilmeyi içerir (Neff, 2003b). Acılar görmezden gelindiğinde veya inkâr edildiğinde onlara karşı şefkat duyabilmek imkansızdır. Dolayısıyla eğer öz şefkatli bir zihinden bahsedeceksek acımızın bilinçli bir şekilde farkında olmak gereklidir. Elbette acıların bariz görüldüğü zamanlar vardır ancak asıl soru kaçımızın bu duruma şefkatli bir cevap verebildiğidir. Öyle ki hayatta bir şeyler ters gittiğinde kendi olumsuz duygularımızı fark etmeden ve onları teselli etmeden doğrudan problem çözme eğilimine geçmeye oldukça yatkınsınız fakat bu durum bazı şeylerin üstünü kapatmaya benzer. Hayatta deneyimlediğimiz olaylar ve durumlar kadar onlara yüklediğimiz duygular ve düşünceler de oldukça kıymetlidir. Ancak, Germer ve Neff (2013) acılarımıza karşı geliştirdiğimiz farkındalıkta aşırıya kaçılmaması gerektiğinin altını çizmektedir. Deneyimlenmiş olan olumsuz duygu ve düşüncelerle aşırı özdeşleşim kişilerde bir tür ruminasyona (zihinsel uğraş), odak daralmasına neden olabilir veya olumsuz bir benlik kavramı yaratabilir (Nolen-Hoeksema, 1991). Dolayısıyla olumsuz duygularımıza temkinli ve aşırıya kaçmayan bir şekilde yaklaşmak, kişilere zor

durumlar karşısında daha fazla netlik ve faydalı bakış açısı sağlar (Baer, 2003). Yaşanmış duygu ve durumları fark etmek sanılanın aksine iyi veya kötü, güzel veya çirkin gibi sıfatlarla etiketlemek değildir. Farkındalık bu deneyimlerin sadece yaşanmasına izin vermek, anda bulunmak, duygu ve düşünceleri kararlı bir seviyede tutabilmektir (Brown ve Ryan, 2003; Neff, 2003a). Farkındalığa karşı olan alt boyut ise aşırı özdeşleşmedir. Aşırı özdeşleşme yukarıda da bahsedildiği gibi farkındalıkta aşırıya kaçmak olarak tanımlanabilir. Aşırı özdeşleşmeye sahip kişiler kendilerini deneyimledikleri duygularıyla tanımlamaktadır. Örneğin, çaresizlik yaşandığında kişinin “çok çaresiz bir insanım” demesi gibi düşünülebilir. Ayrıca zor ve acı yaşam deneyimleri karşısında kişinin durumlar ve duygular ile aşırı düzeyde özdeşim kurması, bu deneyimlerin gelip geçici olduğunu düşünmek yerine hep süreceğini düşünmesini de içerir.

Literatüre bakıldığında öz şefkatin gelişiminde bireylerin erken çocukluk dönemlerinde deneyimledikleri durumlar ve bağlanma etkili olabilmektedir (Neff ve Vonk, 2009). Anne ve babalar çocuklarına karşı reddedici bir tutum sergilediğinde çocukların psikolojik dayanıklılığı azalmaktadır. Olumsuz koşullarda büyüyenler ise utanç, suçluluk ve özeleştirme duygularını geliştirmektedir. Bir çocuk reddedildiğinde duygusal olarak tepkisiz ve tutarsız davranışlar gösterir. Ayrıca, dünya görüşleri genellikle güvensiz ve olumsuzdur. Bazı çalışmalarda (Neff ve McGeehee, 2010; Wei vd., 2011) öz şefkatin belirleyici faktörlerinden biri olarak bireylerin bağlanma stilleri tartışılmıştır ve sonuçlar işlevsiz bir aile yapısından gelme ve güvensiz bağlanma durumlarının öz şefkat için risk faktörleri olabileceğini bildirmiştir. Ayrıca, eleştirel ebeveynlere sahip olan bireylerde öz şefkat düzeyinin oldukça düşük olduğu görülmüştür.

Yapılan araştırmalar öz şefkatin birtakım psikopatoloji ile ilişkili olabileceğini göstermiştir. Öz şefkatin beden imajı ve yeme düzeni ile ilişkisinin incelendiği bir çalışmada (Ferreira vd., 2013) öz şefkati düşük bireylerde daha yüksek beden algısı memnuniyetsizliği ve düzensiz yeme alışkanlıkları görülmüştür. Ayrıca, kendine karşı daha sert ve eleştirel olan bireylerde yeme tutumu ve beden algısı ile ilgili işlevsiz inanç ve davranışlarının olduğu görülmüştür. Bu bulgular hayatta deneyimlenmiş olan zorluklara karşı daha düşük şefkatli olmanın genel psikopatoloji riskini arttırabileceğini ve bozulmuş yeme tutumu semptomatolojisinin yordayıcısı olabileceğini göstermektedir. Neff (2003a), öz şefkatli bireylerin duygularını olumsuz olarak deneyimleme olasılıklarının daha düşük olduğunu ileri sürmüştür. Öz şefkat ile olumsuz duygulardan kaçmak ya da onları uzaklaştırmak yerine bu duyguların geçerli ve önemli olduğu kabul edilir. Bu nedenle öz şefkatli insanların duygulardan kaçınma veya duyguları bastırma olasılıkları daha düşüktür. Böyle düşünüldüğünde kendine şefkat yeme bozukluklarında duyguları düzenlemek için işlevsiz girişimlerin (örn., aşırı yeme ya da hiç yememe, duygusal yeme) kullanımını azaltabilir. Turk ve Waller (2020)'in araştırmasında daha yüksek öz şefkat daha düşük yeme patolojisi, daha az beden imajı kaygısı ve daha fazla pozitif beden imajı ile orta ila güçlü etki boyutlarıyla ilişkilendirilmiştir. Ayrıca yeme patolojisi ve beden imajı için yapılan müdahale girişimlerinde öz şefkatin kontrol gruplarına göre etkili ve üstün bulunduğu görülmüştür. Bulgular öz şefkatin yeme bozuklukları ve beden imajında uygulanabilir bir duygu düzenleme stratejisi gibi kullanılabilirliğini göstermektedir. Dolayısıyla, bireylerin öz şefkate sahip olmaları hayatlarının birçok alanında kendilerine fayda sağlayacağı aşikârdır. Bozulmuş yeme tutumlarında düzenleyici olarak öz şefkatin önemini vurgulamak ve buna yönelik gelişimsel bir sürece girmek iyileşme açısından faydalı olabilir.

## 2.4. Öz Tiksınme

Tiksınme insanlarla birlikte hayvanlarda da bulunan, zehirlenme veya bir hastalık kapma riskinin önüne geçmeye yardımcı olan bir tepkidir. Bu sebeple tiksınme, evrimsel olarak türlerin hayatta kalabilmesi ve devamı için mühim bir duygudur. Bu duyguyu ilk kez Darwin temel duygulardan biri olarak saymıştır ve tiksınmenin asıl olarak tat alma duygusuyla ilgili olduğunu bildirmiştir (Özden, 2021). O, bir nesneyi kokladığımızda, gördüğümüzde ve ona dokunduğumuzda ortaya çıkan tiksınme duygusunun o nesneyi yediğimizi düşünmemizden kaynaklı meydana geldiğini ileri sürmüştür (Oaten, Stevenson ve Case, 2009). Psikoloji literatüründe tiksınme ise Darwin'den neredeyse yüz yıl sonra incelenmeye başlanmıştır. Rozin ve Fallon (1987) tiksınme duygusunu “rahatsızlık veren bir nesnenin ağız ile vücuda alınmasından kaynaklanan iğrenme” diye açıklamıştır. Darwin gibi tiksınme de psikoloji literatüründe başta yemek ile alakalı bir tepki veya duygu olarak kabul görmüş ve incelenmiştir. İlk araştırmalardan sonra, Rozin ve arkadaşları (1986) tiksınme duygusunun sağlığı tehdit etmese de görüntü olarak insan dışkısı veya hamam böceği gibi rahatsız edici nesnelere karşı da tiksınme tepkisinin ortaya çıkabileceğini bildirmiştir. Tiksınme tepkisinin yalnızca sağlığa zarar veren durumlarda meydana gelmediği netleştirildikten sonra tiksınmenin beş farklı çeşidinden bahsedilmiştir (Rozin, Haidt ve McCauley, 2009) ve tanımları aşağıdaki gibidir:

*Temel tiksınme:* Ağız yoluyla alınan kişide rahatsızlık uyandıran nesnelere sebep olduğu tepkilerdir.

*Ölüm ve yaralanmaya dair tiksınme:* Ölü insan bedeni ve insanların yaralanmış görüntülerine karşı kişilerde tiksınme duygusunun oluşması olarak tanımlanabilmektedir. Bir diğer adı ile “hayvan hatırlatıcısı tiksınme”dir. Bunun sebebi ölüm ve yaralanma görüntülerinin insanlarda hayvani duygular çağrıştırması ile alakalı olduğu düşünülmektedir.

*Cinsel tiksınme:* Cinsel yol ile mikrop kapma olasılığı ve cinsel olarak sağlıksız bir partner tercihinden kaçınma ile alakalı olduğu söylenebilmektedir.

*Ahlaki tiksınme:* Toplumda ahlaki açıdan uygun olmayan ve o şekilde değerlendirilen birtakım hareketlere ve bu hareketleri gösteren kişilere karşı tiksınme tepkisi olarak açıklanabilmektedir. Tiksınmenin bedene yönelik bir tepki olmasının dışında maneviyatı olan bir durum karşısında da iğrenmenin ortaya çıkması mümkün olarak değerlendirilmiştir. Bu kavram tiksınme duygusunun yalnızca obje veya nesnelere yönelik olmadığını kişilere yönelik de oluşabileceğini göstermiştir.

*Kişiler arası tiksınme:* Bir insanın hastalığının olması, aksilik deneyimlemesi (örn., trafik kazası yaşamak) veya ahlak kurallarına uymayan hareketler sergilemesi (örn., birini öldürmek veya hırsızlık yapmak) gibi durumlar diğer insanlarda tiksınme duygusunu oluşturmaktadır ve aslında bu bir bulaşmadan kaçınma tepkisi olarak düşünülmektedir (Rozin, Markwith ve McCauley, 1994). Kişiler arası tiksınme sosyal hayatı düzenleyen bir kavram olarak da görülmüştür. Bu kavram sosyal gruplarda ve yabancı insanlarla araya konulan mesafeleri belirlemede etkili olabilmektedir.

Tiksinmenin fiziksel sağlık ve sosyal ilişkileri düzenlemedeki önemine olan ilgisine bakıldığında ve kıyaslandığında tiksinmenin psikoloji literatüründeki önemi uzun süre bilinmemiştir. Tiksinmenin yalnızca zararlı nesnelere yönelik değil diğer insanlara yönelik de oluşabileceği sonucuna ulaşıldıktan sonra tiksinmenin kişinin kendi benliğine karşı da oluşabileceği değerlendirilmeye başlanmış ve “öz tiksinme” denilen kavram ortaya atılmıştır. Öz tiksinme kişinin fiziksel veya psikolojik özelliklerine karşı olabilir. Bunlar kişilik özellikleri, fiziki görünüm (örn. obezite, akne), davranış gibi durumlara yönelik olabilmektedir. Bu hisse sahip bireyler, kişisel özelliklerinin fiziksel ve sosyal olarak çekici olmadığına dair inanç geliştirirler ve dolayısıyla kendilerini tiksindirici bulmaya başlarlar. Roberts ve Goldenberg (2007) konuyla ilgili olarak bireyler toplumda onaylanmış belirli davranış ve fiziki standartları koruyamadıklarını düşündüğünde kendinden tiksinme eğiliminde olabileceklerini varsaymaktadır. Ortaya çıkan araştırmalar kendine yönelik kalıcı iğrenmenin birtakım ruh sağlığı sorununun karakteristik bir özelliği olabileceğini göstermektedir (Powell, Simposn ve Overton, 2015a). Sürekli kendinden iğrenme duygularının uyumsuz ve potansiyel olarak zararlı olabileceği öne sürülürken (Neziroğlu, Hickey ve McKay, 2010) geçici kendinden iğrenme duygularının bazı durumlarda uyumlu olabileceği de öne sürülmüştür. Bu durumlara geçici bir iğrenme duygusunda bireylerde kişisel hijyeni motive etmek veya sosyal normlara uymak adına uyumsuz davranışları değiştirmek örnek olarak verilebilir.

Literatüre bakıldığında, kendinden tiksinmenin ortaya çıkmasında bireylerin kişisel özellikleri, bazı psikolojik özellikleri, olumsuz deneyimlerin içselleştirilmesi (yani çocukluk çağı travması), kişisel öğrenme deneyimleri ve sosyokültürel faktörlerin de dahil olduğu bir dizi faktörlerin etkili olduğu düşünülmektedir (Fox, Grange ve Powell, 2015). Bazı bilim adamları ebeveyn modellemesi ve sosyal öğrenme deneyimleri yoluyla çocukluk ve ergenlik döneminde kendinden tiksinmenin daha muhtemel olduğunu öne sürmüşlerdir (Power ve Dalgleish, 2008). Ancak kendinden iğrenmenin her yaşta gelişebileceği de öne sürülmüştür (Powell vd., 2015). DeYoung (2015), erken dönemdeki ihmal deneyimlerinin kendinden iğrenme gelişimine nasıl yol açabileceğini ele alırken duygulanım düzenleme teorisinden yararlanır ve kendinden tiksinme gelişiminde utancın merkezi rolünü vurgular. Çocukluk ihmali, olumsuz bir ev ortamı ve çocuklukta yalnız, istenmeyen ve bakım verenler tarafından reddedilmiş hissetme deneyimleri ile karakterizedir (Sanders ve Becker-Lausen, 1995). Gerçekten de ihmal ile utanç gelişimi ve daha sonra psikopatoloji arasındaki ilişki iyi bir şekilde belgelenmiştir (Bennett, Sullivan ve Lewis, 2010; Vizin ve Unoka, 2014).

Literatürde pek çok yakın çalışma kendinden iğrenme duygusunun sosyal anksiyete, obsesif kompulsif ve depresif semptomlar gibi psikopatolojik alanlarda rolünün yaygın olduğunu göstermiştir. Ayrıca, kişinin davranışlarından ziyade fiziksel yönlerine yönelik tiksinme duygusunun depresif belirtiler için daha önemli bir yordayıcı olabileceğini öne sürmüştür. Ancak kendinden iğrenmenin psikopatoloji kazanılmasında ve sürdürülmesindeki potansiyel rolünü araştıran çalışma eksikliği hala bulunmaktadır (Olatunji vd., 2007). Her ne kadar kendinden tiksinmenin psikopatolojiyle ilişkisini araştırmaya yönelik ilgi artmış da olsa yeme tutumu ve kendinden tiksinme arasındaki bağlantıyı araştıran nispeten az sayıda araştırma mevcuttur. Literatürde kısıtlı sayıda olan makaleler öz tiksinmenin yeme bozukluğu semptomlarında da rol oynadığını savunmaktadır. Glashouwer ve de Jong (2021)'un yakın tarihli bir teorik modeli anoreksiya nervoza (AN) semptomatolojisinde bedenle ilişkili kendinden tiksinmenin

rolünü özel olarak tartışmıştır. AN semptomlarına sahip olan kızların vücutlarına karşı normal katılımcılara göre önemli ölçüde daha fazla tiksinti hissettikleri bulunmuştur. Ayrıca, utanma ve bulimiya belirtileri arasındaki ilişkide öz tiksintinin aracı olduğu belirtilmiştir. Yeme tutumu ve öz tiksintinin arasındaki ilişkiyi incelerken illa bir patoloji boyutuna ihtiyaç olmadığını göstermek amacıyla klinik olmayan kadın bireylerle deneysel bir çalışma (Stasik-O'Brien ve Schmidt, 2018) yapılmıştır. Çalışmada yeme bozukluğu tanısına sahip olmayan kadın katılımcıların iğrenme duyarlılığı ile fiziksel görünümüleriyle ilgili endişeleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Kadın bireylerden bir mayo denemeleri istendiğinde kendinden iğrenme duyguları ortaya çıkmış ve kendileri tarafından bu duygu tarif edilmiştir. Bilgiler her ne kadar yeme tutumu ve öz tiksintinin arasındaki ilişki için bir iç görü oluştursa da mevcut makale varlığı tatmin edici düzeyde değildir. Dolayısıyla, literatüre katkı sağlayacak daha çok çalışma ve araştırmanın yapılması gerekmektedir.

## BÖLÜM III

### YÖNTEM

Bu bölümde çalışmanın örneklemini oluşturan katılımcıların genel bilgileri, veri toplama yöntemi, veri toplamada kullanılan ölçek ve formlar, edinilen verilerin analizine ilişkin detaylı bilgiler bulunmaktadır.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışma, algılanan baba reddi ile yeme tutumu arasındaki ilişkide öz şefkat ve öz tiksindenmenin aracı rolünün incelendiği nicel korelasyonel bir araştırmadır ve anket araştırmaları modeli ile yapılmıştır.

#### 3.2. Evren ve Örneklem

Evren rastgele örnekleme yöntemi ile Türkiye'nin farklı şehirlerinde yaşayan gönüllü katılımcılardan oluşturulmuştur. Katılımcılar 18 – 65 yaş aralığında belirlenmiştir. Toplam 384 kadın katılımcıya ulaşılmıştır. Çevrimiçi platform üzerinden anket oluşturulmuş ve anket bağlantı linki sosyal medya ağı olan Instagram ile katılımcılara duyurulmuş ve sunulmuştur. Dışlama kriteri olarak cinsiyeti erkek ve 18 – 65 yaş aralığı dışında olma hariç kriter belirlenmemiştir. Veri toplama süreci bittikten sonra erkek olduğunu anket üzerinde bildiren 3 kişi araştırmaya dahil edilmemiştir. Yalnızca kadın katılımcıların tercih edilme sebebi hem yeme tutum ve bozukluklarının prevalans olarak kadın bireylerde erkeklerden daha çok olması hem de kadın bireylerin alışılmış ve çokça çalışmış olan anneleriyle ilişkilerinden ziyade babaları ile olan ilişkilerine dikkat çekmektir.

#### 3.3. Bağımlı ve Bağımsız Değişkenler

Araştırmanın bağımsız değişkeni araştırma katılımcılarının gösterdiği algılanan baba reddi düzeyini ölçen Ebeveyn Kabul Red Ölçeği (EKRÖ) baba formu puanları ve sosyodemografik değişkenler olarak tanımlanmıştır. Bağımlı değişkenler ise araştırma katılımcılarının bozulmuş yeme tutumu, öz tiksindenme ve öz şefkat ölçeklerinden almış olduğu puanlardır. Ayrıca, aracı değişkenler yine öz şefkat ve öz tiksindenme düzeylerini belirleyen ölçek puanları olmak üzere tanımlanmıştır.

#### 3.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmada, bilgilendirilmiş onam formu başta olmak üzere katılımcıların sosyodemografik bilgilerine ulaşmak amacıyla katılımcılara “Sosyodemografik Bilgi Formu”, baba reddini değerlendirmek amacıyla “Yetişkin Ebeveyn Kabul Red Ölçeği (Yetişkin EKRÖ) – Kısa Formu (Baba Formu)”, yeme tutumlarını taramak amacıyla “Yeme Tutum Testi (YTT-26) – Kısa Formu”, öz şefkat düzeylerini belirlemek için “Öz Şefkat Ölçeği – Kısa Formu” ve öz tiksindenme düzeylerini belirlemek için “Öz Tiksindenme Ölçeği – Revize Formu” uygulanmıştır. Veri toplama araçlarıyla ilgili detaylı açıklamalar alt başlıklarda bulunmaktadır.

### 3.4.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Katılımcılara yaşları, cinsiyetleri, medeni durumları, kendilerinin ve babalarının eğitim düzeyleri, babalarının sağ veya ölü oldukları hakkında bilgi alınan bir form sunulmuştur.

### 3.4.2. Yeme Tutum Testi – (YTT – 26) – Kısa Formu

Garner ve arkadaşları tarafından (1979) geliştirilen Yeme Tutum Testi (YTT-40) orijinal formu bireylerin yeme tutum ve davranışlarındaki riski değerlendirmek için geliştirilmiştir. Savaşır ve Erol'un (1989) Türkçe çalışmalarını yapmış olduğu ölçeğin madde sayısı 40'tır. Yeme Tutum Testi'nin kısa formu ise Garner ve arkadaşları (1982) tarafından geliştirilmiş ve 26 maddeden oluşan YTT'nin en kısa halidir. 6'lı Likert tipinde olan ölçeğin puanlaması; "3: Daima, 2: Çok sık, 1: Sık sık, 0: Bazen, nadiren, hiçbir zaman" olarak yapılmaktadır. Ölçek 3 farklı kısımdan oluşmaktadır. Ölçeğin ilk kısmında demografik bilgiler, 26 soruluk ikinci kısmında yeme alışkanlıkları ve son kısımda ise yeme davranışlarıyla alakalı sorular bulunmaktadır. Birinci ve üçüncü bölümler puanlamaya dahil edilmemektedir ancak kişilerin mevcut yeme patolojileri için değerlendirilme aşamasında oldukça yararlı olduğu düşünülmektedir. Kısa form ölçeğinin kesme puanı 20 olarak bildirilmiştir. Bu değer üzerinde puan alan bireylerin bozulmuş yeme tutumlarına; altında alan bireylerin ise normal yeme tutumlarına sahip olduğu sonucuna varılmaktadır. Formun Türkçe'ye çevirilmesi, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Ergüney-Okumuş ve Sertel-Berk (2020) tarafından yapılmıştır. Analizler sonucunda toplam Cronbach Alfa iç tutarlılık kat sayısı .84 olarak bulunmuştur. Mevcut çalışmada YTT-26 için iç tutarlılık katsayı değerinin .81 olduğu bulunmuştur.

### 3.4.3. Yetişkin Ebeveyn Kabul Red Ölçeği (Yetişkin EKRÖ) – Kısa Formu

Rohner (1986) bireylerin erken dönemde deneyimledikleri anne ve baba reddediciliği ya da kabul ediciliğini değerlendirmek için bu ölçeği geliştirmiştir. Ölçeğin ilk hali 60 ifadeden oluşmaktadır ve kısa formu ölçek yapısı korunarak tekrar oluşturulmuştur. EKRÖ – Kısa Formu, kişilere her bir ebeveynleri (anne-baba) için ayrı bir şekilde uygulanmaktadır. Fakat bu çalışmada katılımcılara yalnız baba formu doldurtulacaktır. Ölçek toplam 24 maddeden oluşmaktadır. EKRÖ'nün sekiz maddesini sıcaklık/şefkat, altı maddesini düşmanlık/saldırganlık, altı maddesini kayıtsızlık/ihtimal ve dört maddesini ayırışmamış red alt boyutları oluşturmaktadır. 4'lü Likert tipinden oluşan ölçek şu şekilde puanlanmaktadır: "4 puan: hemen hemen her zaman doğru, 3 puan: bazen doğru, 2 puan: nadiren doğru, 1 puan: hiçbir zaman doğru değil". Her bir alt ölçek puanı içerdikleri ifadelerin toplanmasıyla bulunmaktadır. Kişinin anne ve babasından algılamış olduğu sıcaklığının yüksekliği sıcaklık/şefkat ölçeğinden alınan yüksek puanlar ile bağlantılıdır. Kalan alt boyutlardan alınan yüksek puanlar ise kişinin anne ve babası ile ilişkisinde algılamış olduğu reddediciliği göstermektedir. EKRÖ toplam puanı, tüm alt boyut puanlarının toplanması ile bulunmaktadır. Fakat toplam puanı bulmak amacıyla öncelikle tüm sıcaklık/şefkat maddelerinin ters kodlanması, ardından diğer alt boyut puanlarıyla toplanması şarttır. Eğer toplam puan fazlaysa bunun anlamı kişinin ebeveyninden algılamış olduğu reddediciliğinin fazla olduğudur. Ölçek toplam puan ranjı 24 (en yüksek düzeyde kabul) ile 96 (en yüksek düzeyde red) arasında değişmektedir.

Orijinal ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlılık katsayıları .81'in üzerinde olduğu, doğrulayıcı faktör analizi 4-faktörlü yapıyı kanıtladığı bildirilmiştir.

#### 3.4.4. Öz Şefkat Ölçeği – Kısa Formu

Ölçek kişinin kendi benliğine dair göstermiş olduğu şefkat düzeyini değerlendirmek için ortaya çıkmıştır (Neff, 2003b). Ölçeğin altı alt boyutu bulunmaktadır (öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların farkında olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme). Toplam 26 ifadeden oluşan ölçek 5'li Likert tipindedir (1: Hiçbir zaman, 5: Her zaman). Elde edilen fazla puanlar bireyin öz şefkat düzeyinin fazla olduğunu bildirmektedir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik araştırmasında (Neff, 2003b) ölçek tümünün iç tutarlılık değeri .92 şeklinde bildirilmiştir. Diğer boyutlar için iç tutarlılık puanları ise öz sevecenlik için .78, öz yargılama için .77, paylaşımların farkında olma için .80, izolasyon için .79, bilinçlilik için .75 ve aşırı özdeşleşme için .81 bulunmuştur. Neff (2003b)'e göre test-tekrar test güvenilirlik katsayı puanı ise .93'tür. Akın ve diğerleri (2007) ölçeği Türkçe'ye uyarlamıştır ve ölçeğin orijinal haliyle aynı madde ve alt boyut yapısı olduğunu tespit etmişlerdir. Türkçe adaptasyonu iç tutarlık puanları ise öz sevecenlik için .77, öz yargılama için .72, paylaşımların farkında olma için .72, izolasyon için .80, bilinçlilik için .74, aşırı özdeşleşme için .74 olarak bildirilmiştir. Test-tekrar test puanları; öz sevecenlik için .69, öz yargılama için .59, paylaşımların farkında olma için .66, izolasyon için .60, bilinçlilik için .69, aşırı özdeşleşme için .56 şeklinde belirlenmiştir. Mevcut çalışmada güvenilirlik puanları ölçek tamamı için .92, öz sevecenlik için .79, öz yargılama için .84, paylaşımların farkında olma için .74, izolasyon için .76, bilinçlilik için .77, aşırı özdeşleşme için .78 şeklinde hesaplanmıştır.

#### 3.4.5. Öz Tikslenme Ölçeği – Revize Formu

Ölçek kişilerin davranış ve görünüm gibi belirli özelliklerine ya da genel olarak benliğine dair tikslenme derecesini anlamak için geliştirilmiştir (Overton vd., 2008). Öz Tikslenme Ölçeği 18 maddeden oluşmaktadır ve bu maddelerden 6'sı dolgu maddesi, 9'u ise ters kodlanan maddelerdir. Ölçeğin iç tutarlık değeri .91 ve test-tekrar güvenilirliği .94 olarak belirlenmiştir (Overton vd., 2008). Ölçek, Powell ve arkadaşları (2015) tarafından revize edilerek 5 madde değiştirilmiş ve 1'i dolgu maddesi olmak üzere toplam 4 madde daha eklenmiştir. Revize form davranışlara yönelik tikslenme ve fiziksel görünüme yönelik tikslenme olarak adlandırılan iki alt boyuttan ve 22 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin orijinal ve revize formundaki maddeler 7'li Likert tipinde değerlendirilmekte ve dolgu maddeleri puanlamaya dahil edilmemektedir. Ölçekten alınan toplam puanın artması artan öz tikslenmeye işaret etmektedir. Bu çalışma kapsamında ilk olarak ölçek maddeleri araştırmacılar tarafından bağımsız olarak Türkçe'ye çevrilmiştir. Sonrasında, psikoloji alanında uzman iki yazar ve İngiliz Dil Bilimi alanında uzman bir yazar tarafından çevirilerin uygunluğu değerlendirilerek, her madde için anlamı en iyi karşılayan çeviriler belirlenmiştir. Geribildirimler doğrultusunda ifadelerde gerekli değişiklikler yapılmış ve bu form psikoloji alanında uzman başka bir yazar tarafından tekrar İngilizce'ye çevrilmiştir. Bu çevirilerin orijinal maddelerle karşılaştırılması sonucunda ölçeğin Türkçe formunun son hali elde edilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlamasının iç tutarlılık katsayısı .86, test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .76 olarak bulunmuştur. Mevcut çalışmada toplam ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı .85 olarak bulunmuştur.

### 3.5. Verilerin Toplanması

Araştırmaya başlanmadan önce Antalya Bilim Üniversitesi Etik Komisyonundan gerekli onay alınmıştır. (EK – 7) Ölçekler araştırmacı tarafından Türkiye’de bulunan 18 – 65 yaş aralığındaki kadın bireylere sosyal medyanın gücünden yararlanarak Instagram üzerinden dağıtılmıştır. Bireylere ulaştırılan çevrimiçi internet tabanında araştırmanın kısaca açıklanmış olduğu, araştırmaya katılmak için gönüllü olup olmadıklarının sorulduğu ve izinlerinin alındığı bir bilgilendirme sayfası sunulmuştur. Katılımcılara yaşadıkları herhangi bir rahatsızlık nedeniyle katılımlarına son verebilecekleri ve çalışmadan ayrılmak istediklerinde cevaplarının kayıt olmayacağı bilgisi aktarılmıştır. Araştırmaya katılımın yaklaşık 10 dakika sürdüğü bilgisi de verilmiştir. Katılımcılar sayfanın sonunda yer alan “Okudum, anladım ve çalışmaya katılmayı kabul ediyorum” kutucuğunu işaretledikleri takdirde anket sorularını cevaplayabilmişlerdir. Ayrıca form, veri kaybını engellemek adına, katılımcıların bir soruyu işaretlemeyen diğer soruya geçmesine izin verilmeyecek şekilde oluşturulmuştur. Sıra etkisini önlemek amacıyla, soru sayfalarında Sosyodemografik Bilgi Formu başta ve sabit tutulmak kaydıyla ölçeklerin yerleri değiştirilerek katılımcılara uygulanmıştır. Katılımcılardan, Sosyodemografik Bilgi Formu dışında dört farklı ölçek doldurulması istenmiştir.

#### 3.5.1. İstatiksel Analiz

Verilerin analizi için %95 güven düzeyinde IBM SPSS Statistics 20.0 programından yararlanılmıştır. Sonuçların doğruluğundan emin olmak adına analizin başında dahil olma kriterlerine uymayan kişiler çıkartılmıştır. Katılımcılara ait demografik bilgiler dağılımı frekans analizi ile incelenmiştir. Yeme tutumu ölçeği, ebeveyn kabul red ölçeği (baba formu), öz şefkat ölçeği ve öz tikslenme ölçeği skorları hesaplanmış ve normal dağılıma uygunluğu çarpıklık basıklık katsayıları elde edilerek incelenmiş ve normal dağılıma uygun olduğu tespit edilmiştir. Ölçek ve ölçek alt boyutlarının demografik bilgilere göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği bağımsız gruplarda t testi ve tek yönlü varyans analiz ile incelenmiştir. Tek yönlü varyans analizine göre anlamlı bir değişiklik çıktığında bu değişikliğin hangi gruptan dolayı olduğunu belirlemek için TUKEY testinden yararlanılmıştır. Korelasyon analizi ile ölçekler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Baba reddinin yeme tutumu üzerindeki etkisinde öz şefkat ve öz tikslenme ölçeğinin aracılık etkisi yapısal eşitlik modeli ile incelenmiştir.

##### 3.5.1.1. Normallik Analizi

Çalışmada kullanılan ölçekler veya alt boyutlarının normallik düzeylerinin belirlenmesi amacıyla Kolmogrov Smirnov testi yapılmıştır. Normallik testi sonuçlarına göre p değerlerinin .05’ten büyük olduğu yani ölçek ve alt boyutlarının normal dağılıma uygunluk gösterdiği bulunmuştur.

**Tablo 1.** Ölçek ve alt boyutlarının normallik testi bulguları

	Kolmogorov-Smirnov		
	Değer	sd	p
Yeme tutumu	.076	384	.200
Baba Reddi	.119	384	.231
Sıcaklık/Şefkat	.108	384	.322
Düşmanlık/Saldırganlık	.216	384	.363
Kayıtsızlık/İhmal	.161	384	.200
Ayrışmamış Red	.228	384	.221
Öz Şefkat	.066	384	.214
Öz Sevecenlik	.103	384	.412
Öz Yargılama	.100	384	.450
Paylaşımların Farkında Olma	.112	384	.228
İzolasyon	.152	384	.365
Farkındalık	.109	384	.145
Aşırı Özdeşleşme	.131	384	.078
Öz Tiksinişme	.133	384	.125
Fiziksel Öz Tiksinişme	.076	384	.227
Davranışsal Öz Tiksinişme	.143	384	.301

### 3.6. Etik Kurul

Çalışma için gereken etik kurul onayı Antalya Bilim Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'ndan edinilmiştir. (EK – 7)

**BÖLÜM IV****BULGULAR**

Bu bölümde, çalışmanın amacı doğrultusunda katılımcılardan elde edilen verilerin demografik ve değişkenler ile karşılaştırılması, çalışmada incelenen değişkenler olan yeme tutumu, baba reddi, öz şefkat ve öz tikslenme arasındaki korelasyon, öz şefkat ve öz tikslenme değişkenlerinin aracı rolü incelenmiştir.

**4.1. Sosyodemografik Değişkenlere Ait Betimsel İstatistikler**

Katılımcıların demografik bilgileri dağılımı frekans analizi ile incelenmiştir.

**Tablo 2.** Sosyodemografik değişkenlere ait betimsel istatistikler

		n	%
Yaş	18-25	139	36.2
	26-35	155	40.4
	36-45	50	13
	45+	40	10.4
	Total	384	100
Medeni durum	Bekar	171	44.5
	İlişkisi var	91	23.7
	Evli	122	31.8
	Total	384	100
Eğitim düzeyi	Lise ve altı	45	11.7
	Lise üzeri	339	88.3
	Total	384	100
Baba sağ olma durumu	Evet	334	87
	Hayır	50	13
	Total	384	100
Baba eğitim düzeyi	Lise altı	119	31
	Lise ve üzeri	265	69
	Total	384	100

Katılımcıların yaş gruplarına göre dağılımı incelendiğinde; 18-25 yaş grubu kişilerin oranı %36.2, 26-35 yaş grubu kişilerin oranı %40.4, 36-45 yaş grubu kişilerin oranı %13, 45+ yaş grubu kişilerin oranı %10.4'tür.

Medeni duruma göre dağılım incelendiğinde bekâr olanların oranı %44.5, ilişkisi olanların oranı %23.7, evli olanların oranı %31.8'dir.

Katılımcıların eğitim düzeyine göre dağılım incelendiğinde lise ve altı seviyeden mezun olanların oranı %11.7, lise üzeri eğitim seviyesinden (ön lisans, lisans, lisansüstü) mezun olanların oranı %88.3'tür.

Babası sağ olanların oranı %87, sağ olmayanların oranı %13'tür.

Baba eğitim durumuna göre dağılım incelendiğinde babası lise altı seviyeden mezun olanların oranı %31, lise ve üzeri mezun olanların oranı %69'dur.

## 4.2. Sosyodemografik Değişkenler Bakımından Yeme tutumu, Baba Reddi, Öz Şefkat ve Öz Tiksizlik Düzeylerinin Karşılaştırılması

### 4.2.1. Yaşa Göre Değişkenlerin İncelenmesi

Ölçekler ve yaş arasındaki ilişkinin belirlenebilmesi amacıyla korelasyon analizi yapılmış ve Pearson korelasyon katsayısı elde edilmiştir.

**Tablo 3.** Yaş ile değişkenlerin Pearson korelasyon analizi

		Yaş
Yeme Tutumu	r	.006
	p	.914
Baba Reddi	r	-.053
	p	.301
Sıcaklık/Şefkat	r	-.050
	p	.324
Düşmanlık/Saldırganlık	r	-.080
	p	.119
Kayıtsızlık/İhmal	r	.016
	p	.756
Ayrışmamış Red	r	-.084
	p	.102
Öz Şefkat	r	-.272**
	p	.000
Öz Sevecenlik	r	-.246**
	p	.000

Öz Yargılama	r	-.262**
	p	.000
Paylaşımların Farkında Olma	r	-.206**
	p	.000
İzolasyon	r	-.102*
	p	.046
Farkındalık	r	.101*
	p	.048
Aşırı Özdeşleşme	r	-.193**
	p	.000
Öz Tiksini	r	.225**
	p	.000
Fiziksel Öz Tiksini	r	-.068
	p	.183
Davranışsal Öz Tiksini	r	.140**
	p	.006

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

Korelasyon analizi sonuçlarına göre yeme tutumu, baba reddi ölçeği geneli ile alt boyutlarının yaş ile arasında anlamlı düzeyde ilişkisi bulunmamaktadır.

Yaşın öz şefkat ölçeği geneli ile %27.2, öz sevecenlik ile %24.6, öz yargılama ile %26.2, paylaşımların farkında olma ile %20.6, izolasyon ile %10.2, aşırı özdeşleşme ile %19.3 oranda negatif, farkındalık ile %10.1 oranda pozitif ve anlamlı düzeyde ilişkisi mevcuttur.

Yaşın öz tiksini ölçeği ile %22.5, davranışsal öz tiksini ile %14 düzeyinde pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişkisi bulunmaktadır.

#### 4.2.2. Medeni Duruma Göre Değişkenlerin İncelenmesi

Yeme tutumu, baba red ölçeği, öz şefkat ölçeği ve öz tiksini ölçeğinin medeni duruma göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir.

**Tablo 4.** Yeme tutumunun medeni duruma göre değişimi

Medeni durum	N	Ort.	SS	F	p	
Yeme Tutumu	Bekar	171	110.57	22.12	1.487	.227

İlişkisi var	91	107.99	19.79
Evli	122	112.89	18.70
Total	384	110.69	20.57

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

Yeme tutumunun medeni duruma göre değişimi incelendiğinde; anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür ( $p<0.05$ ). Diğer bir ifade ile bekar, ilişkisi olan ve evli olanların yeme tutumları düzeyleri aynı seviyededir denilebilir.

**Tablo 5.** Baba reddinin medeni hale göre değişimi

Medeni durum		N	Ort.	SS	F	p
Baba Reddi	Bekar	171	47.67	19.00	2.444	.088
	İlişkisi var	91	46.03	17.90		
	Evli	122	42.88	17.75		
	Total	384	45.76	18.42		
Sıcaklık/Şefkat	Bekar	171	19.82	8.24	2.239	.108
	İlişkisi var	91	19.30	7.77		
	Evli	122	17.81	8.19		
	Total	384	19.06	8.15		
Düşmanlık/Saldırganlık	Bekar	171	10.14	4.74	1.780	.170
	İlişkisi var	91	10.07	4.80		
	Evli	122	9.16	4.25		
	Total	384	9.81	4.62		
Kayıtsızlık/İhmal	Bekar	171	10.87	4.74	1.962	.142
	İlişkisi var	91	10.11	4.04		
	Evli	122	9.87	4.51		
	Total	384	10.37	4.52		
Ayrışmamış Red	Bekar	171	6.84	3.36	2.254	.106
	İlişkisi var	91	6.56	3.29		
	Evli	122	6.03	2.89		
	Total	384	6.52	3.21		

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

Baba reddi ölçeğinin medeni duruma göre değişimi incelendiğinde; anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür ( $p<0.05$ ). Diğer bir ifade ile bekar, ilişkisi olan ve evli olanların baba reddi ölçeği alt boyutları seviyelerinin aynı olduğu söylenebilir.

**Tablo 6.** Öz şefkatin medeni duruma göre değişimi

Medeni durum		N	Ort.	SS	F	p
Öz Şefkat	Bekar	171	75.8	7.9	4.347	.014*
	İlişkisi var	91	76.5	8.8		
	Evli	122	73.5	8.0		
	Total	384	75.2	8.2		
Öz Sevecenlik	Bekar	171	14.80	2.54	4.484	.012*
	İlişkisi var	91	15.04	2.28		
	Evli	122	14.11	2.36		
	Total	384	14.64	2.44		
Öz Yargılama	Bekar	171	13.81	2.38	1.568	.210
	İlişkisi var	91	13.65	2.52		
	Evli	122	13.30	2.37		
	Total	384	13.61	2.42		
Paylaşımların Farkında Olma	Bekar	171	12.72	3.70	5.878	.003*
	İlişkisi var	91	13.25	3.86		
	Evli	122	11.55	3.89		
	Total	384	12.47	3.85		
İzolasyon	Bekar	171	11.57	1.72	0.975	.378
	İlişkisi var	91	11.75	1.71		
	Evli	122	11.40	1.94		
	Total	384	11.56	1.79		
Farkındalık	Bekar	171	11.40	3.34	3.092	.047*
	İlişkisi var	91	11.05	3.49		
	Evli	122	12.19	3.73		
	Total	384	11.57	3.52		

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

Öz şefkat ölçeğinin medeni duruma göre değişimi incelendiğinde; ölçeğin geneli ile alt boyutlardan paylaşımların bilincinde olma, farkındalık ve öz sevecenlik medeni duruma göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülürken ( $p<0.05$ ), diğer alt boyutların anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür. Anlamlı farklılık gösteren öz şefkat ve alt boyutları için farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan TUKEY testi sonuçlarına göre;

Öz şefkat ölçeği geneli için; bekâr ve ilişkisi olanların öz şefkat düzeyi evli olanlardan anlamlı derecede yüksektir.

Öz sevecenlik için; bekâr ve ilişkisi olanların öz sevecenlik düzeyi evli kişilerden anlamlı şekilde fazladır.

Paylaşımların Farkında Olma için; bekar ve romantik ilişki yaşayan kişilerin paylaşımların farkında olma düzeyi evli olanlardan anlamlı şekilde fazladır.

Farkındalık için; evli kişilerin farkındalık düzeyi ilişkisi olanlardan anlamlı derecede yüksektir.

**Tablo 7.** Öz tiksindenin medeni duruma göre değişimi

Medeni durum		N	Ort.	SS	F	p
Öz Tiksindenme	Bekar	171	64.67	9.39	6.378	.002*
	İlişkisi var	91	65.46	9.58		
	Evli	122	68.39	7.74		
	Total	384	66.04	9.07		
Fiziksel Öz Tiksindenme	Bekar	171	21.42	3.10	1.115	.329
	İlişkisi var	91	21.04	2.97		
	Evli	122	20.91	2.98		
	Total	384	21.17	3.03		
Davranışsal Öz Tiksindenme	Bekar	171	17.30	4.61	2.607	.075
	İlişkisi var	91	17.85	4.01		
	Evli	122	18.47	4.07		
	Total	384	17.80	4.32		

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

Öz tiksindenme ölçeğinin medeni duruma göre değişimi incelendiğinde; ölçeğin genelinin medeni duruma göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülürken ( $p<0.05$ ), diğer alt boyutların anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür. Anlamlı farklılık gösteren ölçek geneli için farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan TUKEY testi sonuçlarına göre; evli olanların öz tiksindenme düzeyleri bekar ve ilişkisi olanlardan anlamlı derecede daha yüksektir.

Öz şefkat ve alt boyutları ile öz tiksindenme ölçeklerinin TUKEY testi sonuçları Tablo 8’de verilmiştir.

**Tablo 8.** Öz şefkat ve alt boyutları ile öz tiksindenin TUKEY testi bulguları

			Ortalama Farkı	Std. Hata	p	%95 Güven Aralığı	
						Alt Sınır	Üst Sınır
<b>Öz Şefkat</b>	Bekar	İlişkisi var	-.75040	1.05871	.479	-2.8320	1.3312
		Evli	2.29887*	.96694	.018	.3977	4.2001
	İlişkisi var	Bekar	.75040	1.05871	.479	-1.3312	2.8320
		Evli	3.04927*	1.13014	.007	.8272	5.2714
	Evli	Bekar	-2.29887*	.96694	.018	-4.2001	-.3977
		İlişkisi var	-3.04927*	1.13014	.007	-5.2714	-.8272
<b>Öz Sevecenlik</b>	Bekar	İlişkisi var	-.24863	.31435	.429	-.8667	.3694
		Evli	.68057*	.28710	.018	.1161	1.2451
	İlişkisi var	Bekar	.24863	.31435	.429	-.3694	.8667
		Evli	.92920*	.33556	.006	.2694	1.5890
	Evli	Bekar	-.68057*	.28710	.018	-1.2451	-.1161
		İlişkisi var	-.92920*	.33556	.006	-1.5890	-.2694
<b>Paylaşımların Farkında Olma</b>	Bekar	İlişkisi var	-.53345	.49318	.280	-1.5031	.4362
		Evli	1.17012*	.45043	.010	.2845	2.0558
	İlişkisi var	Bekar	.53345	.49318	.280	-.4362	1.5031
		Evli	1.70357*	.52646	.001	.6684	2.7387
	Evli	Bekar	-1.17012*	.45043	.010	-2.0558	-.2845
		İlişkisi var	-1.70357*	.52646	.001	-2.7387	-.6684
<b>Farkındalık</b>	Bekar	İlişkisi var	.34272	.45459	.451	-.5511	1.2365
		Evli	-.79086	.41519	.058	-1.6072	.0255
	İlişkisi var	Bekar	-.34272	.45459	.451	-1.2365	.5511
		Evli	-1.13358*	.48527	.020	-2.0877	-.1794
	Evli	Bekar	.79086	.41519	.058	-.0255	1.6072
		İlişkisi var	1.13358*	.48527	.020	.1794	2.0877
<b>Öz Tiksinden</b>	Bekar	İlişkisi var	-.78902	1.16099	.497	-3.0718	1.4937
		Evli	-3.71273*	1.06036	.001	-5.7976	-1.6278
	İlişkisi var	Bekar	.78902	1.16099	.497	-1.4937	3.0718
		Evli	-2.92371*	1.23932	.019	-5.3605	-.4869
	Evli	Bekar	3.71273*	1.06036	.001	1.6278	5.7976
		İlişkisi var	2.92371*	1.23932	.019	.4869	5.3605

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

#### 4.2.3. Baba Sağ Olma Durumuna Göre Değişkenlerin İncelenmesi

Yeme tutumu, baba reddi ölçeği, öz şefkat ölçeği ve öz tikslenme ölçeğinin baba sağ olmasına ait ortalama değerleri ve bulunan değerler arasında bulunan farkın anlamlı veya anlamsız olduğunu anlamak amacıyla bağımsız gruplarda t testi yapılmıştır.

**Tablo 9.** Yeme tutumunun baba sağ olmasına göre değişimi

Baba sağ olması		N	Ort.	SS	t	p
Yeme Tutumu	Evet	334	110.7	20.7	.064	.949
	Hayır	50	110.5	20.1		

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

Yeme tutumunun baba sağ olma durumuna göre değişimi incelendiğinde anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür ( $p>0.05$ ). Diğer biri ifade ile babası sağ olanların ve olmayanların yeme tutumları aynı düzeydedir.

**Tablo 10.** Baba reddinin baba sağ olmasına göre değişimi

Baba sağ olması		N	Ort.	SS	t	p
Baba Reddi	Evet	334	46.3	18.6	1.468	.143
	Hayır	50	42.2	17.0		
Sıcaklık/Şefkat	Evet	334	19.3	8.1	1.323	.187
	Hayır	50	17.6	8.4		
Düşmanlık/Saldırganlık	Evet	334	10.0	4.7	1.800	.073
	Hayır	50	8.7	3.7		
Kayıtsızlık/İhmal	Evet	334	10.4	4.5	.758	.449
	Hayır	50	9.9	4.4		
Ayrışmamış Red	Evet	334	6.6	3.2	1.408	.160
	Hayır	50	5.9	2.9		

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

Baba reddi ölçeğinin baba sağ olmasına göre değişimine bakıldığında; ölçek ve alt boyutlarının baba sağ olmasına bağlı anlamlı şekilde farklılık yaratmadığı görülmüştür ( $p>0.05$ ). Yani, babası sağ olan ve olmayanların baba reddi ölçeği geneli ve ölçek alt boyut düzeylerinin aynı olduğu söylenebilir.

**Tablo 11.** Öz şefkatin baba sağ olmasına göre değişimi

Baba sağ olması		N	Ort.	SS	t	p
Öz Şefkat	Evet	334	75.5	8.0	1.730	.084
	Hayır	50	73.3	9.3		
Öz Sevecenlik	Evet	334	14.8	2.4	2.746	.006*
	Hayır	50	13.8	2.2		
Öz Yargılama	Evet	334	13.7	2.4	1.223	.222
	Hayır	50	13.2	2.5		
Paylaşımların Farkında Olma	Evet	334	12.6	3.8	2.286	.023*
	Hayır	50	11.3	3.9		
İzolasyon	Evet	334	11.6	1.8	.496	.620
	Hayır	50	11.4	1.9		
Farkındalık	Evet	334	11.4	3.5	-1.840	.067
	Hayır	50	12.4	3.4		
Aşırı Özdeşleşme	Evet	334	11.4	1.9	.708	.479
	Hayır	50	11.2	2.3		

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

Öz şefkat ölçeğinin baba sağ olma durumuna göre değişimi incelendiğinde; öz sevecenlik ve paylaşımların farkında olma alt boyutlarının anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülürken ( $p<0.05$ ), ölçeğin geneli ve diğer alt boyutların anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür. Babası sağ olanların öz sevecenlik ve paylaşımların farkında olma düzeyi babası sağ olmayanlardan anlamlı derecede daha yüksektir.

**Tablo 12.** Öz tiksindenin baba sağ olmasına göre değişimi

Baba sağ olması		N	Ort.	SS	t	p
Öz Tiksinden	Evet	334	65.7	9.0	-1.744	.082
	Hayır	50	68.1	9.1		
Fiziksel Öz Tiksinden	Evet	334	21.2	3.0	.423	.673
	Hayır	50	21.0	3.0		
Davranışsal Öz Tiksinden	Evet	334	17.6	4.3	-1.791	.074
	Hayır	50	18.8	4.5		

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

Öz tikslenme ölçeğinin baba sağ olmasına göre farklılaşmasına bakıldığında ölçek ve alt boyutlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Diğer bir söylem ile babası sağ olan kişilerin ve olmayan kişilerin öz tikslenme ölçeği geneli ile alt boyutları aynı düzeydedir.

#### 4.2.4. Eğitim Düzeyine Göre Değişkenlerin İncelenmesi

Yeme tutumu, baba reddi ölçeği, öz şefkat ölçeği ve öz tikslenme ölçeğinin hem katılımcıların hem katılımcıların babalarının eğitim düzeylerine ait ortalama değerleri ve bulunan değerler arasında bulunan farkın anlamlı veya anlamsız olduğunu anlamak amacıyla bağımsız gruplarda t testi yapılmıştır.

##### 4.2.4.1. Katılımcı Eğitim Düzeyine Göre

**Tablo 13.** Yeme tutumunun katılımcı eğitim düzeyine göre değişimi

Eğitim düzeyi		N	Ort.	SS	t	p
Yeme Tutumu	Lise ve altı	45	109.16	22.66	-.533	.594
	Lise üzeri	339	110.90	20.30		

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

Yeme tutumunun eğitim düzeyine göre değişimi incelendiğinde anlamlı şekilde farklılık göstermediği tespit edilmiştir ( $p>0.05$ ). Diğer bir ifade ile farklı eğitim seviyesine sahip kişilerin yeme tutumu düzeyleri aynıdır.

**Tablo 14.** Baba reddinin katılımcı eğitim düzeyine göre değişimi

Eğitim düzeyi		N	Ort.	SS	t	p
Baba Reddi	Lise ve altı	45	51.64	23.89	2.293	.022*
	Lise üzeri	339	44.98	17.47		
Sıcaklık/Şefkat	Lise ve altı	45	20.42	9.43	1.195	.233
	Lise üzeri	339	18.88	7.96		
Düşmanlık/Saldırganlık	Lise ve altı	45	11.91	6.28	3.287	.001*
	Lise üzeri	339	9.53	4.28		
Kayıtsızlık/İhmal	Lise ve altı	45	11.33	5.35	1.520	.129
	Lise üzeri	339	10.24	4.39		
Ayrışmamış Red	Lise ve altı	45	7.98	4.26	3.291	.001*
	Lise üzeri	339	6.32	3.00		

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

Baba reddinin eğitim durumuna bağlı değişimine bakıldığında ölçek geneli ve ölçek alt boyutlarından düşmanlık/saldırganlık ile ayrışmamış reddin eğitim durumuna göre anlamlı şekilde değişiklik sergilediği görülmüştür ( $p<0.05$ ). Lise ve altı eğitim seviyesinden mezun olan kişilerin baba reddi ölçek geneli ile düşmanlık/saldırganlık ve ayrışmamış red düzeyinin lise üzeri eğitim seviyesinden mezun olan kişilerden anlamlı şekilde daha fazladır.

**Tablo 15.** Öz şefkatin katılımcı eğitim düzeyine göre değişimi

Eğitim düzeyi		N	Ort.	SS	t	p
Öz Şefkat	Lise ve altı	45	77.40	9.33	1.903	.058
	Lise üzeri	339	74.92	8.04		
Öz Sevecenlik	Lise ve altı	45	15.04	2.40	1.188	.236
	Lise üzeri	339	14.58	2.45		
Öz Yargılama	Lise ve altı	45	14.07	3.13	1.353	.177
	Lise üzeri	339	13.55	2.30		
Paylaşımların Farkında Olma	Lise ve altı	45	13.00	4.20	.976	.330
	Lise üzeri	339	12.40	3.80		
İzolasyon	Lise ve altı	45	11.40	1.88	-0.626	.531
	Lise üzeri	339	11.58	1.78		
Farkındalık	Lise ve altı	45	12.07	3.53	1.011	.312
	Lise üzeri	339	11.50	3.52		
Aşırı Özdeşleşme	Lise ve altı	45	11.82	2.23	1.625	.105
	Lise üzeri	339	11.31	1.97		

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

Öz şefkat ölçeğinin eğitim düzeyine göre farklılığına bakıldığında; ölçek geneli ile ölçek alt boyutlarının eğitim düzeyine göre anlamlı şekilde değişiklik sergilemediği bulunmuştur ( $p>0.05$ ). Yani, değişik eğitim seviyelerinden mezun olanların öz şefkat ölçeği geneli ve ölçek alt boyutları seviyelerinin aynı olduğu söylenebilir.

**Tablo 16.** Öz tiksinden katılımcı eğitim düzeyine göre değişimi

Eğitim düzeyi		N	Ort.	SS	t	p
Öz Tiksinden	Lise ve altı	45	64.31	10.17	-1.361	.174
	Lise üzeri	339	66.27	8.91		
Fiziksel Öz Tiksinden	Lise ve altı	45	21.04	3.44	-.294	.769
	Lise üzeri	339	21.19	2.98		

Davranışsal Öz	Lise ve altı	45	16.96	4.71	-1.400	.162
Tiksinme	Lise üzeri	339	17.91	4.26		

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

Öz tiksinme ölçeğinin eğitim seviyesine bağlı farklılığı incelendiğinde; ölçek geneli ve ölçek alt boyutlarının eğitim seviyelerine bağlı olarak anlamlı şekilde değişiklik sergilemediği bulunmuştur ( $p>0.05$ ). Başka bir deyişle lise ve altı ile lise üzeri eğitim seviyelerinden mezun olan kişilerin öz tiksinme ölçeği geneli ve ölçek alt boyutları seviyeleri aynı denilebilir.

#### 4.2.4.1. Baba Eğitim Düzeyine Göre

**Tablo 17.** Yeme tutumunun baba eğitim düzeyine göre değişimi

Baba eğitim düzeyi		N	Ort.	SS	t	p
Yeme Tutumu	Lise altı	119	112.53	17.67	1.111	.267
	Lise ve üzeri	265	110.00	21.65		

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

Yeme tutumunun baba eğitim durumuna göre değişimi incelendiğinde anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür ( $p>0,05$ ). Diğer bir ifade ile babası farklı eğitim düzeyine sahip kişilerin yeme tutumları aynı düzeydedir denilebilir.

**Tablo 18.** Algılanan baba reddinin baba eğitim düzeyine göre değişimi

Baba eğitim düzeyi		N	Ort.	SS	t	p
Baba Reddi	Lise altı	119	50.19	20.61	3.287	.001*
	Lise ve üzeri	265	43.62	16.83		
Sıcaklık/Şefkat	Lise altı	118	20.75	8.72	2.807	.005*
	Lise ve üzeri	265	18.25	7.74		
Düşmanlık/Saldırganlık	Lise altı	119	10.79	5.21	2.926	.004*
	Lise ve üzeri	265	9.32	4.18		
Kayıtsızlık/İhmal	Lise altı	119	11.29	4.93	2.722	.007*
	Lise ve üzeri	265	9.94	4.26		
Ayrışmamış Red	Lise altı	119	7.36	3.68	3.645	.000*
	Lise ve üzeri	265	6.10	2.85		

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

Baba reddinin babaların hangi eğitim seviyesine sahip olduğuna göre farklılaştığına bakıldığında ölçek geneli ve ölçek alt boyutlarının tamamının anlamlı şekilde değişiklik sergilediği tespit edilmiştir. Babası lise ve altı eğitim düzeyine sahip olanların ebeveyn reddi ölçeği geneli ile tüm alt boyutları düzeyi babası lise ve üzeri eğitim düzeyine sahip olanlardan anlamlı derecede daha yüksektir.

**Tablo 19.** Öz şefkatin baba eğitim düzeyine göre değişimi

Baba eğitim düzeyi		N	Ort.	SS	t	p
Öz Şefkat	Lise altı	119	75.82	9.21	.951	.342
	Lise ve üzeri	265	74.95	7.77		
Öz Sevecenlik	Lise altı	119	14.62	2.66	-.084	.933
	Lise ve üzeri	265	14.64	2.35		
Öz Yargılama	Lise altı	119	13.58	2.48	-.201	.841
	Lise ve üzeri	265	13.63	2.40		
Paylaşımların Farkında Olma	Lise altı	119	13.11	3.95	2.200	.028*
	Lise ve üzeri	265	12.18	3.78		
İzolasyon	Lise altı	119	11.85	1.99	2.112	.035*
	Lise ve üzeri	265	11.43	1.69		
Farkındalık	Lise altı	119	11.42	3.30	-.609	.543
	Lise ve üzeri	265	11.65	3.62		
Aşırı Özdeşleşme	Lise altı	119	11.25	2.20	-.759	.449
	Lise ve üzeri	265	11.42	1.92		

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

Öz şefkat ölçeğinin baba eğitim seviyesine göre farklılaşmasına bakıldığında; paylaşımların farkında olma ve izolasyon alt boyutu baba eğitim düzeyine nazaran anlamlı şekilde değişiklik göstermektedir. Babası lise ve altı eğitim düzeyine sahip olanların paylaşımların farkında olma ve izolasyon alt boyutu babası lise ve üzeri eğitim düzeyine sahip kişilerden anlamlı şekilde daha yüksektir.

**Tablo 20.** Öz tiksindenin baba eğitim düzeyine göre değişimi

Baba eğitim düzeyi		N	Ort.	SS	t	p
Öz Tiksinden	Lise altı	119	65.70	8.51	-.528	.597
	Lise ve üzeri	265	66.23	9.31		
Fiziksel Öz Tiksinden	Lise altı	119	21.00	2.81	-.718	.473
	Lise ve üzeri	265	21.24	3.13		

Davranışsal Öz	Lise altı	119	17.80	3.97		
Tiksinme	Lise ve üzeri	265	17.83	4.47	-.062	.950

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

Öz tiksinme ölçeğinin geneli ve alt boyutlarının baba eğitim düzeyine göre değişimi incelendiğinde; ölçek değerlerinin baba eğitim durumuna bağlı olarak anlamlı değişiklik sergilemediği saptanmıştır. Diğer bir ifade ile babası lise altı ile lise ve üzeri eğitim seviyesine sahip kişilerin öz tiksinme düzeyleri ve alt boyutları aynı seviyededir.

#### 4.3. Algılanan Baba Reddi, Yeme Tutumu, Öz Şefkat ve Öz Tiksinme Ölçekleri Arasındaki İlişkiler

Değişkenler arasında bulunan bağlamların tespit edilebilmesi amacıyla korelasyon analizi uygulanmış, ayrıca pearson korelasyon katsayı değeri bulunmuştur. Korelasyon analizine yönelik detaylı bilgi Tablo 20’de verilmiştir.

- I) Algılanan baba reddi düzeyi arttıkça öz tiksinme düzeyinin artması beklenmektedir.
- II) Algılanan baba reddi düzeyi arttıkça öz şefkat düzeyinin düşmesi beklenmektedir.
- III) Öz tiksinme arttıkça bozulmuş yeme tutumunun artması beklenmektedir.
- IV) Öz şefkat arttıkça bozulmuş yeme tutumunun azalması beklenmektedir.

Algılanan baba reddi ile öz tiksinme ölçeğinin geneli ile %35.9 düzeyinde negatif yönlü, fiziksel öz tiksinme ile %13.1 düzeyinde pozitif yönlü, davranışsal öz tiksinme ile %28 düzeyinde negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişkisi bulunmaktadır.

Algılanan baba reddi ile öz şefkat ölçeğinin geneli ile %12.4, öz sevecenlik ile %26.3, paylaşımların farkında olma ile %46.8 oranında pozitif ve anlamlı şekilde ilişkisi mevcutken, farkındalık ile %38.7 oranında negatif ve anlamlı olduğu bulunmuştur.

Yeme tutumu ile öz tiksinme ölçeğinin geneli ile %48.3 düzeyinde pozitif yönlü, fiziksel öz tiksinme ile %18.5 düzeyinde negatif yönlü, davranışsal öz tiksinme ile %47.1 oranında pozitif ve anlamlı şekilde ilişkisi mevcuttur.

Yeme tutumunun öz şefkat ölçeği geneli ile %17.1 oranında negatif, öz sevecenlik ile %24.8 oranında negatif, paylaşımların farkında olma ile %43.3 oranında negatif, farkındalık ile %35.9 oranında pozitif, aşırı özdeşleşme ile %16.2 oranında negatif ve anlamlı ilişkisi vardır.

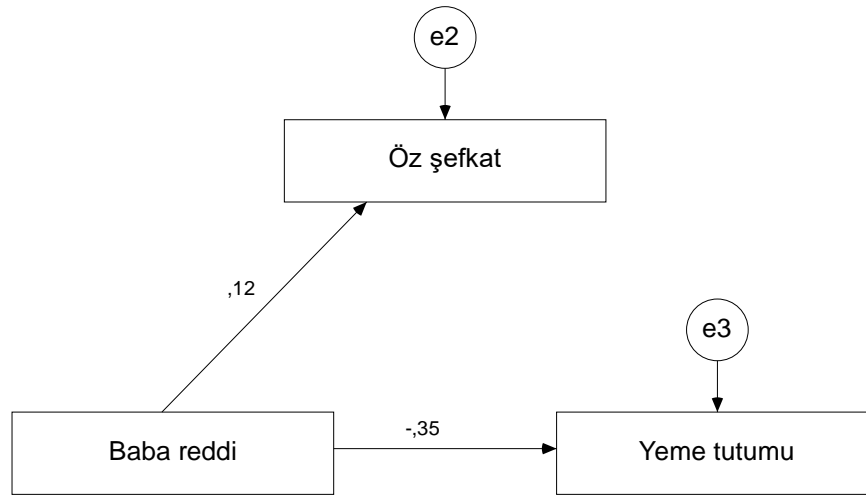
**Tablo 21.** Yeme tutumu, baba reddi, öz şefkat ve öz tikslenme düzeyleri Pearson korelasyon analizi

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1. Yeme Tutumu	-															
2. Baba Reddi	-,346**	-														
3. Sıcaklık/Şefkat	-,314**	,944**	-													
4. Düşmanlık/Saldırganlık	-,284**	,842**	,676**	-												
5. Kayıtsızlık/İhmal	-,353**	,878**	,814**	,593**	-											
6. Ayrışmamış Red	-,282**	,897**	,760**	,846**	,711**	-										
7. Öz şefkat	-,171**	,124*	,076	,159**	,109*	,136**	-									
8. Öz Sevecenlik	-,248**	,263**	,217**	,244**	,253**	,255**	,743**	-								
9. Öz Yargılama	,023	-,061	-,077	,016	-,107*	-,027	,693**	,312**	-							
10. Paylaşımın Farkında Olma	-,433**	,468**	,436**	,370**	,460**	,396**	,398**	,511**	-,005	-						
11. İzolasyon	-,073	-,031	-,050	,019	-,034	-,028	,627**	,406**	,309**	,051	-					
12. Farkındalık	,359**	-,387**	-,392**	-,280**	-,356**	-,319**	,207**	-,175**	,340**	-,686**	,227**	-				
13. Aşırı Özdeşleşme	-,162**	,070	,035	,102*	,042	,104*	,677**	,419**	,396**	,257**	,317**	,010	-			
14. Öz Tikslenme	,483**	-,359**	-,315**	-,293**	-,350**	-,348**	-,204**	-,357**	-,017	-,540**	-,085	,518**	-,180**	-		
15. Fiziksel Öz Tikslenme	-,185**	,131*	,102*	,055	,208**	,119*	,156**	,262**	-,033	,246**	,082	-,159**	,097	-,318**	-	
16. Davranışsal Öz Tikslenme	,471**	-,280**	-,252**	-,186**	-,320**	-,251**	-,096	-,295**	,099	-,481**	-,048	,478**	-,026	,846**	-,388**	

\*: .05 düzeyinde anlamlı ( $p<0.05$ ), \*\*: .01 düzeyinde anlamlı ( $p<0.01$ )

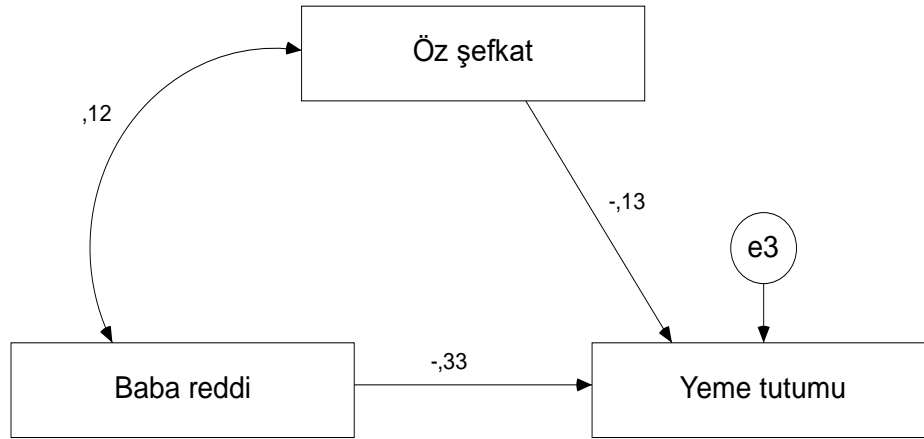
#### 4.4. Yeme Tutumu Baba Reddi İlişkisinde Öz Şefkatin Aracılık Etkisi

Yeme tutumunun baba reddi üstündeki etkisinde öz şefkatin aracı rolünün etkisinin belirlenmesi amacıyla yapısal eşitlik modeli test edilmiştir. Baron ve Kenny (1986), bağımlı ile bağımsız değişken arasında anlamlı bir bağlam olduğunda burada bir aracılık etkisinden bahsedilebileceğini ifade eder. Bu amaçla ilk aşamada gerçekleşmesi gereken koşul bağımsız değişken olan baba reddinin bağımlı değişken olan yeme tutumu üzerindeki etkisinin anlamlı, bağımsız değişkenin aracı değişken (öz şefkat) üzerindeki etkisinin anlamlı olması, üçüncü adımda bağımsız değişken ve aracı değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisi aynı anda incelendiğinde, bağımsız değişkenin etkisinin ilk modele göre azalmış ya da anlamsız hale gelmesi beklenmektedir.



**Şekil 1.** Yapısal eşitlik modeli ile baba reddinin bozulmuş yeme tutumunu ve öz şefkati yordama gücü

Yapısal eşitlik modellemesinden yararlanılmış olan Şekil 1’de baba reddinin bozulmuş yeme tutumunu ve öz şefkati yordama gücü gösterilmiştir. Yukarıda verilen ilk modelde bağımsız değişkenin (baba reddi) aracı değişken (öz şefkat) ve bağımlı değişken (yeme tutumu) üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur. Baba reddinin öz şefkat üzerindeki etkisinin pozitif, bozulmuş yeme tutumu üzerindeki etkisinin negatif yönlü olduğu görülmüştür. İlk iki varsayımın sağlandığı yani anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür.



**Şekil 2.** Yapısal eşitlik modeli ile baba reddi ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkide öz şefkatın aracı rolü

Son adımda bağımsız değişken ve aracı değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisi aynı anda incelendiğinde bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin (-0.35) ilk modele göre (-0.33) anlamlı düzeyde değişmediği gözlenmiştir. Bu sonuçlara göre yeme tutumunun baba reddi üzerindeki etkisinde öz şefkat ölçeğinin aracılık etkisinin olmadığı söylenebilir.

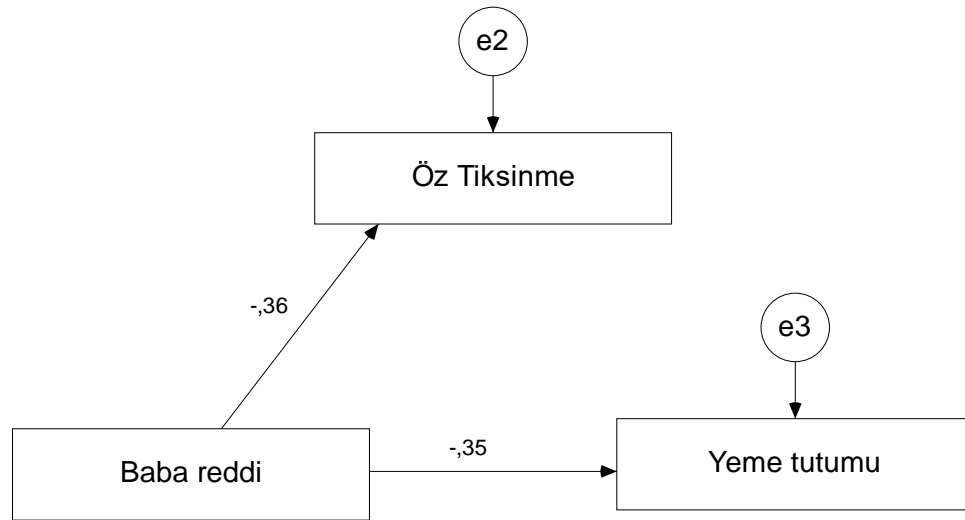
Tablo 21’de Şekil 2’de gösterilen modele ait uyum değerleri ve uyum belirteçleri bulunmaktadır. Tablo 21’e bakıldığında  $\chi^2$  (3.515) değerlerinin modelin anlamlı olduğunu göstermektedir. Model uyum indekslerine bakıldığında GFI değerinin .922, AGFI değerinin .936, RMSEA değerinin .074, CFI değerinin .921, RMR değerinin .072 ve TLI değerinin .914 olduğu görülmektedir ve bu değerler modelin kabul edilebilir sınırlar içinde bulunduğunu işaret etmektedir.

**Tablo 22.** Şekil 2’ye ilişkin uyum belirteçleri

Kabul Edilebilir Uyum İndeksleri	Hesaplanan Uyum İyiliği Katsayıları
$\chi^2/sd < 5$	3.515
GFI > .90	.922
AGFI > .90	.936
CFI > .90	.921
TLI > .90	.914
RMSEA < .08	.074
RMR < .08	.072

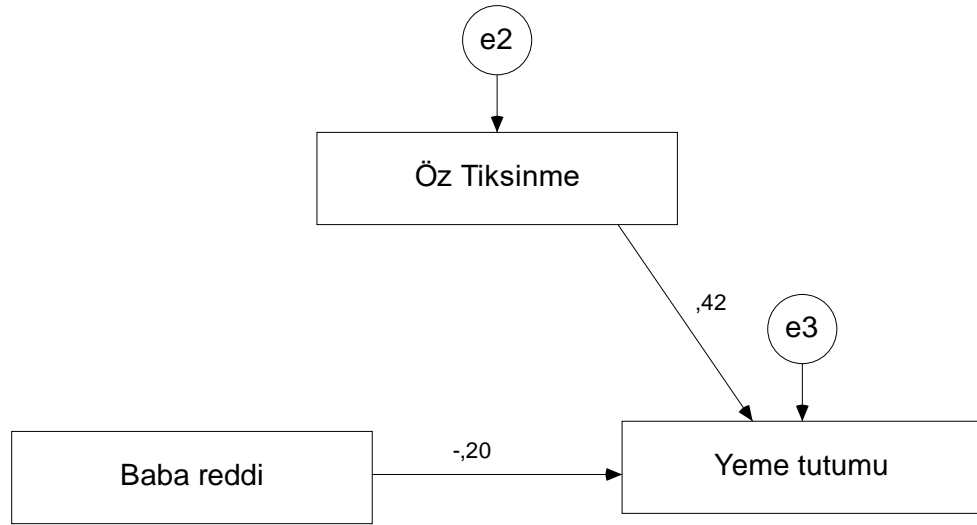
#### 4.5. Yeme Tutumu Baba Reddi İlişkisinde Öz Tiksinme Ölçeğinin Aracılık Etkisi

Yeme tutumunun baba reddi üstündeki etkisinde öz tiksindenin aracı rolünün etkisinin belirlenmesi amacıyla yapısal eşitlik modeli test edilmiştir. Baron ve Kenny (1986)'e göre ilk aşamada gerçekleşmesi gereken koşul bağımsız değişken olan yeme tutumunun bağımlı değişken olan baba reddi üzerindeki etkisinin anlamlı, bağımlı değişkenin aracı değişken (öz tiksinden) üzerindeki etkisinin anlamlı olması, üçüncü adımda bağımsız değişken ve aracı değişkenin bağımsız değişken üzerindeki etkisi aynı anda incelendiğinde, bağımsız değişkenin etkisinin ilk modele göre azalmış ya da anlamsız hale gelmesi beklenmektedir.



**Şekil 3.** Yapısal eşitlik modeli ile baba reddinin bozulmuş yeme tutumunu ve öz tiksindenmeyi yordama gücü

Yukarıda verilen ilk modelde bağımsız değişkenin aracı değişken ve bağımlı değişken üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu ve bu etkinin negatif yönlü olduğu görülmüştür. İlk iki varsayımın sağlandığı görülmüştür.



**Şekil 4.** Yapısal eşitlik modeli ile baba reddi ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkide öz öz tiksınmenin aracı rolü

İkinci modelde bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin (-0.20) ilk modeldeki etkiye göre (-0.35) azaldığı için yeme tutumunun baba reddi üzerindeki etkisinde öz tiksınmenin kısmi aracılık etkisinden söz edilebilir.

Şekil 4’te gösterilen modele ait Tablo 22’ye bakıldığında  $\chi^2$  (571.92) ve  $\chi^2/df$  (2.13) değerleri modelin anlamlı olduğunu göstermektedir. Model uyum indekslerine bakıldığında GFI değerinin .89, AGFI değerinin .86, RMSEA değerinin .05, CFI değerinin .93, SRMR değerinin .05 ve TLI değerinin .93 olduğu görülmektedir ve bu değerler modelin kabul edilebilir sınırlar içinde bulunduğunu işaret etmektedir.

**Tablo 23.** Şekil 4’e ilişkin uyum belirteçleri

Kabul Edilebilir Uyum İndeksleri	Hesaplanan Uyum İyiliği Katsayıları
$\chi^2/sd < 5$	4.406
GFI > .90	.908
AGFI > .90	.912
CFI > .90	.909
TLI > .90	.906
RMSEA < .08	.079
RMR < .08	.072

## BÖLÜM V

### TARTIŞMA

Çalışmanın temel amacı, kadın bireylerde algılanan baba reddi ile yeme tutumu arasındaki ilişkinin ve bu bağlamda öz şefkat ve öz tiksindenin mediatör (aracı) rollerinin araştırılmasıdır. Amaç doğrultusunda yapılan analizlerin tartışılması ve değerlendirilmesi bu bölümde yer almaktadır.

İlk olarak katılımcıların sosyodemografik özellikleri ile çalışmadaki değişkenler arasındaki bulgular literatür doğrultusunda ele alınmıştır. İkinci olarak değişkenlerin kendi aralarındaki ilişkilerine ait bulgulara ilgili literatür çerçevesinde yer verilmiştir. Sonrasında, aracı değişkenlerin temel değişkenlerin ilişkisindeki rolü ele alınmıştır. En sonunda, mevcut araştırmaya dair sınırlılıklar ve gelecekteki araştırmalara katkı sağlayacak önerilerden bahsedilmiştir.

#### 5.1. Değişkenlerin Sosyodemografik Değişkenler ile Değerlendirilmesi

Çalışmada incelenen değişkenler olarak algılanan baba reddediciliği, yeme tutumu, öz şefkat ve öz tiksinden katılımcıların demografik özelliklerine göre tartışılmıştır.

##### 5.1.1. Yaşa Göre Değişkenlerin Tartışılması

Literatüre bakıldığında, yaş ile yeme tutumu arasındaki ilişkide henüz ortak bir görüş sunulamamıştır. 18 – 65 yaş aralığındaki kadın bireylerden oluşan mevcut çalışmada, yeme tutum testinden alınan puanların yaşa göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür. Diğer bir ifade ile farklı yaş gruplarının yeme tutum düzeyleri aynı seviyededir. Alanyazında yapılan araştırmalara bakıldığında, mevcut çalışmaya paralel olarak yaşın anlamlı bir değişken olmadığı görülen çalışmalar vardır (Casper, 1983). Öte yandan, düzensiz yeme tutumları ve davranışları, Batı ülkelerinde daha yaşlı gençlerde ve genç kadınlarda yaygın olduğuna dair çalışmalar mevcuttur (Levine ve Smolak, 2013). Ancak, son çalışmalarda elde edilen kanıtlar, bu bozuklukların prevalansının arttığını ve başlangıç yaşının düştüğünü göstermektedir (Jones vd., 2001). Bu durumda yaş konusunda kesin bir düşünce henüz sağlanamamıştır. Literatür ve mevcut araştırma bulgular ışığında, yeme tutumunda oluşabilecek bozulmaların her yaşta görülebileceği yorumunu yapmak mümkün olabilir.

Algılanan baba reddi geneli ve alt boyutları ile yaş arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmamıştır. Literatüre bakıldığında, bir araştırma (Ramírez-Uclés vd., 2018) daha erken yaştaki bireylerin ebeveynleriyle daha fazla zaman geçirdikleri için ebeveyn reddine karşı daha savunmasız olabileceklerini, yaş ilerledikçe destek ve sevgi alınabilecek alternatif destek figürleri (örn. arkadaş, romantik partner veya çocuk) oluşmaya başladıkça algılanan reddin şiddetinin azalacağı ileri sürmüştür. Ancak, özelinde babaların değerlendirildiği bir araştırma (Phares vd., 2009), kişilerin yaşları ne olursa olsun babaları ile muhtemelen aşağı yukarı aynı zamanı geçirdiğini ve babaların çocuklarının yaşamlarına katılım düzeylerinin tüm gelişim evrelerinde benzer

olabildiğini bildirmiştir. Mevcut çalışma bulguları da litaretüre paralel olarak, baba reddinin algılanma şiddetinin her yaşta artış ya da düşüş gösterebileceği yorumunu yaptırabilmektedir.

Öz şefkat düzeyi, öz şefkatin alt boyutlarından olan öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların farkında olma ve aşırı özdeşleşme ile yaş arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Bulgular, yaş arttıkça öz şefkatin ve bahsi geçen alt boyutların puanlarında düşüş gözlemlendiğini ifade etmektedir. Literatüre bakıldığında, yaşları 22 ile 44 arasında değişen örneklem ile yapılan bir araştırma (Werner vd., 2012) öz şefkat ile yaş arasında anlamlı bir ilişki bulmamıştır. Öte yandan, öz şefkat düzeyi ile yaş arasında pozitif yönlü ilişki olduğunu, yaş ile birlikte olgunluk ve deneyimin kişinin kendisine karşı daha nazik davranabileceğini öne süren bir çalışma (Tóth-Király ve Neff, 2021) da vardır. Mevcut çalışma, yalnızca öz şefkatin alt boyutlarından olan farkındalık ile yaş arasında pozitif yönlü bir ilişki bulmuştur. Bu durum, Tóth-Király ve Neff (2021)'in çalışmasına paralel olarak, farkındalığın yaş ile birlikte gelen deneyim ve bilgeliğin bir sonucu olabileceği yorumunu yaptırabilmektedir. Ülkemizde gerçekleştirilen bir çalışmada (Kıcalı, 2015) üniversite öğrencilerinin yaşlarının arttıkça öz şefkat düzeylerinin azaldığı görülmüştür. Özyeşil (2011)' in üniversite öğrencileriyle yapmış olduğu bir diğer çalışmada ise son sınıf öğrencilerinin öz şefkat düzeylerinin birinci sınıf öğrencilerine oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu çalışmalar, mevcut araştırmadaki öz şefkat ve bahsi geçen alt boyutların yaş ile negatif yönlü bir ilişkisi olduğu bulgusunu destekler niteliktedir. Bu durum, yaş ilerledikçe bireyin kendisine koyduğu standartların arttığı ve bu standartları sağlayamadığında kendine karşı daha sert ve kaba olabileceği yorumunu yaptırabilir. Ancak, alanyazındaki farklı araştırma bulguları bu konuda daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğunu göstermektedir.

Öz tikslenme düzeyi ve öz tikslenmenin alt boyutlarından olan davranışsal öz tikslenme ile yaş arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Her ne kadar Powell, Simpson ve Overton (2015) kişilerin çeşitli zaman ve durumlarda buldukları davranışlardan tiksinebildiğini bildirirse de ilgili literatürde mevcut çalışma bulgusuyla benzer sonuçlar olduğu tespit edilmiştir. Yılmaz ve Bahtiyar (2019) tarafından yapılan bir araştırmada yaş düzeyi arttıkça öz tikslenme düzeylerinin yükseldiği görülmüştür. Kendinden tikslenme kavramının klinik açıdan incelendiği bir araştırmada (Clarke, Simpson ve Varese, 2018), yaş ile öz tikslenme arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Çocukluk çağı travması ve kendine zarar verme davranışı arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada (Erol, 2021) da yaş arttıkça öz tikslenme ve davranışsal öz tikslenme düzeylerinde artış olduğu tespit edilmiştir. Literatürün çalışma bulgularını destekler nitelikte olduğu görülmüştür. Bulgular, yaş ilerledikçe kişinin farklı dönem streslerini deneyimleyebileceği ve bu durumun da bireyde öz tikslenme eğilimini arttırabileceği yorumunu yaptırabilmektedir. Ayrıca, artan yaş ile birlikte yaşamın monotonlaştığı ve daha yüksek beklentilerin devreye girmesi bireyin kendinden ve davranışlarından tikslenme duygusunu açığa çıkartabileceğini düşündürmektedir.

### 5.1.2. Medeni Duruma Göre Değişkenlerin Tartışılması

Yeme tutumunun medeni duruma göre değişimi incelendiğinde; anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür. Bulgularla tutarlı olarak, literatürde medeni durumun bozulmuş yeme tutumu ile ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını bildiren

çalışmalar bulunmaktadır (Lewis ve Cachelin, 2001). Dolayısıyla, bir birey ister bekâr ister romantik bir ilişkisi olsun, yeme tutumunda bozulmalar yaşamak için risk altında olabileceği yorumu yapılabilmektedir.

Algılanan baba reddi ve alt boyutlarının da medeni duruma göre değişimi istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Literatüre bakıldığında, algılanan baba reddi ile medeni durum arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya henüz rastlanmamıştır. Bulgular, bireylerin algıladıkları baba reddinin medeni duruma göre (bekâr, evli ya da romantik ilişki) farklılaşmadığını göstermektedir. Sonuçta, babalarıyla deneyimlemiş oldukları ilişki geçmiştedir ve biriciktir, bunun hayatlarına giren ya da girmeyen insanla pek de ilgisi yoktur.

Öz şefkat düzeyi bekar ve ilişkisi olan bireylerde evli olanlardan anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. Literatüre bakıldığında, çalışma bulgusunu destekleyen bir araştırma sonucuna rastlanmamıştır. Öte yandan, Peker (2017) ve Atlı (2019), çalışmalarında evli katılımcıların öz şefkat düzeylerinin yüksek olduğunu bildirmiştir. Bu durum, öz şefkatin eşler arasındaki ilişkinin niteliği ve eşlerin özellikleri gibi faktörlerden etkilenebileceği yorumunu yaptırabilmektedir. Alanyazında öz şefkatin medeni durum değişkenine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşan çalışmalar (Öztürk, 2017; Açıkgöz, 2019) da vardır. Öz şefkatin alt boyutlarından olan öz sevecenlik, paylaşımların farkında olma ve farkındalık düzeylerinin medeni duruma göre değişimi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Bekar ve ilişkisi olanların öz sevecenlik ve paylaşımların farkında olma düzeyi evli olanlardan anlamlı derecede daha yüksektir. Yapılan bir yüksek lisans çalışması da mevcut çalışmaya paralel olarak (Vardar, 2019); öz sevecenlik ve paylaşımların farkında olma puanlarının bekar katılımcılarda daha yüksek olduğunu bulmuştur. Bunun evli bireylerin sorumluluklarının ve yaşam streslerinin bekar veya romantik ilişkisi olanlara göre daha fazla olabileceğinden kaynaklandığı düşünülebilir. Ayrıca, evlilikteki eşler arasındaki ilişkinin kalitesi de söz konusu olan alt boyutları etkileyebilmektedir. Mevcut çalışmada, evli olanların farkındalık düzeyinin ilişkisi olanlardan anlamlı olarak daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Bunun evlilikte partnerlerin birbirlerine daha çok destek olabileceğinden ve diğer bir gözün duyguları anlama konusunda diğerine yardımcı olabileceğinden kaynaklandığı düşünülebilir.

Öz tiksindenin medeni duruma göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülürken, alt boyutlarının anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür. Evli olanların öz tiksinden düzeylerinin bekar ve romantik ilişkisi olanlardan anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur. Mevcut çalışmaya paralel olarak, Ekici (2020) obsesif kompulsif bozukluk ile alakalı yaptığı bir çalışmada evli olan kişilerin öz tiksinden düzeylerinin bekar kişilerden daha fazla olduğunu bildirmiştir. Yine, Yılmaz (2018) tarafından yürütülen bir obsesif kompulsif çalışmada evli olan katılımcıların öz tiksinden seviyelerinin bekar olanlara nazaran daha fazla olduğunu bulmuştur. Öte yandan, bekar olan kişilerin öz tiksinden seviyelerinin evli olanlardan fazla olduğunu tespit eden araştırmalar da literatürde mevcuttur. Tolin ve arkadaşları (2006) tiksinden duyarlılığı ile ilgili yürüttüğü bir çalışmada bekar katılımcıların öz tiksinden seviyelerinin evli olanlara nazaran daha fazla olduğunu bildirmiştir. Bir diğer çalışma (Akça, 2018), kişilerin deneyimlemiş olduğu travmatik olaylarda tiksindenin etkisini incelerken bekar kişilerin öz tiksinden düzeylerini evlilere göre daha yüksek bulmuştur. Ayrıca, Avşaroğlu ve arkadaşlarının (2021) yapmış olduğu bir çalışmada bireylerin öz tiksinden seviyelerinin

evli veya bekar olmalarına göre anlamlı bir değişiklik göstermediği bulunmuştur. Çalışma bulguları değerlendirildiğinde alanyazın ile ilgili farklı sonuçların olduğu görülmüştür. Çalışmada evli bireylerin öz tikslenme düzeylerinin daha yüksek çıkmasının partner kaynaklı stresten kaynaklandığı düşünülmektedir. Evlilikte deneyimlenen problemlerin sebep olduğu stres, bireylerin kendilerine karşı olumsuz yorumlarda bulunmasına yol açmakta ve dolayısıyla kendilerine karşı bir tikslenme duygusu yaratabilmektedir.

### 5.1.3. Baba Sağ Olma Durumuna Göre Değişkenlerin Tartışılması

Yeme tutumunun baba sağ olma durumuna göre değişimi incelendiğinde anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür. Diğer biri ifade ile babası sağ olanların ve olmayanların yeme tutumları aynı düzeydedir. Literatüre bakıldığında, babanın ölmesi veya evden ayrılmış olması gibi stresli yaşam olayları yeme bozuklukları için tetikleyici faktörler arasında yer almaktadır (Conte, 1988). Robinson ve Andersen (1986) yeme bozukluğu vakaları ile yaptıkları bir araştırmada ise tüm vakaların anne ve babalarının ölmüş veya boşanmış olduklarını tespit etmiştir. Mevcut çalışmanın bulgularına benzer şekilde, Ünsal ve arkadaşları (2010) babası ölmüş ve hayatta olan öğrenciler arasında yeme bozukluğu şüphesi açısından bir fark bulmamıştır.

Baba red düzeyi ve alt boyutlarının baba sağ olma durumuna göre değişimi istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Diğer bir ifade ile babası sağ olan ve olmayanların baba reddi ölçeği geneli ile alt boyutları aynı düzeydedir denilebilir. Literatüre bakıldığında, Candan (2006) algılanan ebeveyn reddinin parçalanmış aile ortamında (boşanmış veya ölmüş) yaşayan bireylerde daha fazla olduğunu bulmuştur. Erken dönemde yaşanmış bir kayıp çocuklarda bir baba eksikliği yaratabilir. Ancak, baba reddi baba ile çocuk arasında yaşanmış olan ilişki ile alakalıdır. Bu noktada bireyin babası ölmüş de olsa ölüm zamanına kadar geçen süredeki ilişkileri değerlendirilir. Dolayısıyla bulgular, algılanan baba reddinin baba ile geçirilen vakitin ne kadar değil nasıl olduğu yani niteliği ile ilgili olabileceği yorumunu yaptırabilmektedir.

Öz şefkat düzeyinin baba sağ olma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği bulunmuştur. Literatüre bakıldığında, Pınar (2020) da anne ve babanın hayatta olma durumuna göre katılımcıların öz şefkat düzeyinde istatistiksel olarak bir fark bulamamıştır. Öte yandan, öz şefkatin alt boyutlarından olan öz sevecenlik ve paylaşımların farkında olma düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Babası sağ olanların öz sevecenlik ve paylaşımların farkında olma düzeyi babası sağ olmayanlardan anlamlı derecede daha yüksektir. Ebeveyn kaybının psikolojik sağlık düzeyini ve gelişimini olumsuz yönde etkilediği söylenebilir (Öz ve Yılmaz, 2009). Babası sağ olmayanların öz sevecenlik düzeylerinin düşük olmasının bir yetersizlik karşısında baba tarafından sağlanan sosyal desteğin azalmasından kaynaklandığı düşünülebilir. Babası hayatta olan bireylerin acıların herkes tarafından yaşandığının normal olduğunu düşünmesinin sebebi ise babalarının onlara bu konuda sosyal destek sağlamasından kaynaklanıyor olabilir. Özetle, babası sağ olmayan bireylerin öz sevecenlik ve paylaşımların farkında olma düzeylerinin düşük olması hayatlarında önemli bir sosyal destek olan babalarından artık o desteği alamıyor olması ile açıklanabilir.

Öz tikslenme ölçeğinin baba sağ olma durumuna bakarak farklılığı değerlendirildiğinde ölçek ve ölçeğin alt boyutlarının anlamlı olarak değişiklik

göstermediği tespit edilmiştir. Babası sağ olanların ve olmayanların öz tikslenme ölçeği geneli ile alt boyutları aynı düzeydedir. Literatürde kişilerin çeşitli durumlarda kendi davranışlarından tiksinebildiğine dair bir görüş vardır (Powell, Simpson ve Overton, 2015). Yine de bu değişkene göre öz tikslenmeyi değerlendiren bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bulgular kendinden tikslenmenin baba sağ olsa da olmasa da deneyimlenebilecek bir durum olduğunu göstermektedir.

#### **5.1.4. Eğitim Düzeyine Göre Değişkenlerin Tartışılması**

##### **5.1.4.1. Katılımcıların Eğitim Düzeyine Göre**

Yeme tutumunun eğitim durumuna göre değişimi incelendiğinde anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür. Diğer bir ifade ile farklı eğitim düzeyine sahip kişilerin yeme tutumu düzeyleri aynıdır. Mevcut çalışma bulgularına paralel olarak kadınlarla yapılan bir yeme tutumu çalışmasında (Pumariega vd., 1994) eğitim düzeyinin yeme tutumları ve yeme bozuklukları riski ile beklenen ilişkisi bulunmamıştır. Ancak, eğitim düzeyinin yüksek olması normal yeme tutumları ile ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar da vardır (Haddad vd., 2020; Özenoğlu vd., 2021; Lê vd., 2013). Öte yandan, Ho ve arkadaşları (2006) ise kadınlar ile yaptıkları bir çalışmada yeme bozukluğu riski altında olan kadınların daha yüksek eğitim seviyesine sahip olduklarını tespit etmiştir. Mevcut bulgular yeme tutumlarındaki bozulmaların her eğitim seviyesine sahip kişilerde ortaya çıkabileceği yorumunu yaptırabilmektedir. Yine de eğitim düzeyi ile yeme tutumları arasındaki ilişki tam olarak anlaşılammıştır ve daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır.

Algılanan baba reddi genel düzeyine bakıldığında, lise ve altı eğitim düzeyine sahip olanların algıladıkları reddedicilik lise üzeri eğitim düzeyine sahip olanlardan anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. Literatürde algılanan ebeveyn reddini kişinin eğitim durumuna göre değerlendiren herhangi bir çalışmaya hem ulusal hem uluslararası alanyazında rastlanmamıştır. Ancak, genelde eğitim seviyesi yüksek olan bireylerin aileleri tarafından okumaları daha çok teşvik edilebilmektedir ve bu da ailelerin bilinçli olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Dolayısıyla, yüksek eğitim düzeyine sahip bireylerin sahip oldukları ebeveynlerin daha bilinçli olabileceğinden yola çıkarak hissettikleri baba reddediciliğinin düşük olduğu yorumu yapılabilir. Ayrıca, yüksek eğitim seviyesine sahip kişilerin çoğunun ebeveynleri de yüksek eğitim seviyesine sahip olabilmektedir. Koch ve arkadaşları (2022) da düşük eğitim seviyesine sahip ebeveynlerin çocukları ile iletişiminin zayıf olabileceğini zaten bildirmiştir. Ölçek alt boyutlarına bakıldığında ise lise ve altı eğitim düzeyine sahip kişilerin düşmanlık/saldırganlık düzeyi lise üzeri eğitim düzeyine sahip olanlardan anlamlı şekilde fazladır. Bu durumun da yine eğitim seviyesi yüksek olan kişilerin daha bilinçli bir aile ortamında ve ebeveynler ile büyümeleriyle açıklanabilir. En nihayetinde, daha bilinçsiz olan ebeveynlerin çocuklarına karşı sözel ve davranışsal olarak saldırgan tutumlar sergilemesi daha normal karşılanabilir yorumu yapılabilir.

Öz şefkatin ve öz şefkat alt boyutlarının eğitim seviyesine göre anlamlı olarak değişiklik sergilemediği tespit edilmiştir. Başka bir deyişle, farklı eğitim seviyelerinden mezun olan kişilerin öz şefkat ölçeği geneli ve ölçek alt boyutlarının aynı olduğu görülmektedir. Literatürdeki bazı çalışmalar da (Mills vd., 2007; Ying, 2009; Açıkgoz,

2019) eğitim durumu değişkenine göre katılımcıların öz şefkat düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulamamıştır. Ancak, Lopez ve arkadaşları (2018) düşük eğitilmiş kişilerin öz şefkat seviyelerini orta ve yüksek eğitilmiş kişilere göre, orta eğitilmiş kişilerin öz şefkat seviyelerini yüksek eğitilmiş kişilere göre daha düşük bulmuştur. Yine de bu konuda daha fazla araştırmanın yapılması gerekmektedir.

Öz tikslenme ile alt boyutlarının eğitim durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür. Diğer bir ifade ile farklı eğitim düzeyine sahip kişilerin öz tikslenme ölçeği geneli ile alt boyutları aynı seviyededir. Çalışma neticelerine paralel şekilde 2020'de Avşaroğlu ve diğerleri yetişkin katılımcıların öz tikslenme seviyeleri ve eğitim düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Literatürde yüksek eğitim seviyesine sahip bireylerin öz tikslenme düzeylerinin daha yüksek olduğunu bildiren çalışmalar (Doğan, 2022; Bektaş, 2020; Yılmaz ve Bahtiyar, 2019) da vardır. Öz tikslenmenin psikoloji araştırmalarında yeni yer verilen bir kavram olması sebebiyle bu konuda daha çok araştırmaya ihtiyaç vardır.

#### 5.1.4.1. Babaların Eğitim Düzeyine Göre

Yeme tutumunun baba eğitim durumuna göre değişimi incelendiğinde anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür. Diğer bir ifade ile babası farklı eğitim düzeyine sahip kişilerin yeme tutumları aynı düzeydedir denilebilir. Literatüre bakıldığında, mevcut çalışmaya paralel olarak birçok çalışmada baba eğitim düzeyi ile yeme tutumu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür (Usta vd., 2015; Çelik vd., 2016). Yine Çam (2017), ergenler ile yaptığı bir araştırmada baba eğitim düzeyi ile yeme bozukluğu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Çalışma bulgularına karşın, bir çalışma (Uzun vd., 2006) eğitim seviyeleri daha yüksek olan ebeveynlerin çocuklarında yeme bozukluğu oranının daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Öte yandan, Tunç (2019) çocukluk çağı travmaları ve yeme tutumu ilişkisini incelediği çalışmasında baba eğitim düzeyi arttığında kişinin şişmanlama kaygısının düştüğünü gözlemlemiştir. Literatürde fikir birliğinin henüz sağlanmadığı ve bu konuda ileri çalışmalara ihtiyaç olduğu görülmektedir. Ancak, çalışma bulgusundan baba eğitim düzeyi ne olursa olsun bireylerin yeme tutumlarında bozulmaların olabileceği yorumu yapılabilmektedir.

Algılanan baba reddinin baba eğitim durumuna göre değişimine bakıldığında ölçek geneli ve alt boyutların tamamının babaların eğitim düzeyine bakarak anlamlı olarak değişiklik yarattığı görülmüştür. Babası lise altı eğitim durumuna sahip olanların baba reddi ölçeği geneli ile tüm alt boyutları düzeyi, babası lise ve üzeri eğitim düzeyine sahip olanlardan anlamlı derecede daha yüksektir. Literatürde az sayıda olan araştırma bulgusuna göre, Rohner (1994) ebeveyn reddediliğinin eğitim düzeyi düşük anne ve babalarda daha çok görüldüğünü ifade etmektedir. Çalışma bulgusuna paralel olarak, Kulaksız ve Erensoy (2021) 18 – 65 yaş örnekleminin algıladığı baba reddinin somatizasyon ve anksiyete geliştirme etkisini incelediği çalışmada babası ortaokul mezunu olan bireylerin diğerlerine göre daha fazla red algıladığını bulmuştur. Bu durum, babanın eğitim seviyesinin artması ile babanın daha bilinçli ve çocuğuna karşı daha ilgili olması ile açıklanabilir. Yine de algılanan baba reddi ile baba eğitim düzeyini detaylı inceleyen yeterli araştırmaya rastlanılmamakla beraber, daha çok çalışmaya ihtiyaç vardır.

Öz şefkatin baba eğitim düzeyine göre farklılığı istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Literatürde çalışma bulgularına paralel olarak öz şefkatin baba eğitim düzeyine göre değişmediğini gösteren çalışmalar mevcuttur (Pınar, 2020; Andiç, 2013; Şimşek, 2019). Üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmalarda (Asıcı, 2013; Sağır, 2017; Yılmaz, 2009) baba eğitim seviyesinin öğrencilerin öz şefkat düzeylerini etkilemediği tespit edilmiştir. Canpoyraz (2017) yetişkin katılımcılar ile yapmış olduğu çalışmada da öz şefkat puanlarının babanın eğitim seviyesine göre farklılık yaratmadığı görülmüştür. Öte yandan, alanyazında ebeveynlerin eğitim seviyesinin yüksek olmasının çocuklarda öz şefkat düzeyini olumlu şekilde etkileyeceğini savunan görüşler de vardır (Koçyiğit, 2018; Saka ve Ceylan, 2018). Spesifik olarak, babaları ele alan bir çalışma (Lathren, Bluth ve Park, 2019) babası üniversite ve üstü eğitim düzeyine sahip ergenlerin diğerlerine göre daha yüksek öz şefkat düzeyine sahip olduğunu bulmuştur. Eğitim seviyesi yüksek olan bireylerin daha bilinçli olabileceği ve ebeveyn tutumlarının daha olumlu ve şefkatli olabileceği düşünülebilir. Ancak, bireyin çocuğuyla şefkatli bir şekilde ilgilenmesi, onu her koşulda anlayışla kabul etmesi sadece eğitim seviyesindeki artışla mümkün olamayabilir. Bu yüzden bireylerin öz şefkatlerinin babanın eğitim seviyesinden çok fazla etkilenmeyebileceği bulgular ışığında söylenebilir. Öz şefkatin alt boyutlarından paylaşımların farkında olma ve izolasyon baba eğitim durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Babası lise altı eğitim düzeyine sahip olanların paylaşımların farkında olma ve izolasyon alt boyutu, babası lise ve üzeri eğitim düzeyine sahip kişilerden anlamlı derecede daha yüksektir. Zor durumlarla karşılaştığımızda izolasyon dediğimiz alt boyut genellikle daha ağır basar sanki dünya üzerinde bunu yaşayan tek kişi bizmişiz gibi düşünürüz. Fakat yaşanan zorlukların üstünden zaman geçtikçe bunların her insan tarafından yaşanabileceği bilinci gelebilmektedir. Lise altı eğitim düzeyine sahip bireyler genellikle lise ve üzeri eğitilmiş bireylere göre sosyoekonomik açıdan daha düşük olabilir. Böyle düşünüldüğünde bu bireylerin çocukları daha kısıtlı ve zor şartlarda yaşamış ve yetiştirilmiştir. Dolayısıyla bu bireylerin deneyimlemiş oldukları zorlu yaşantılar izolasyon ve paylaşımların farkında olma alt boyutlarının diğerlerine göre daha yüksek olmasına sebebiyet vermiş olabilir.

Öz tiksinden ve öz tiksinden alt boyutlarının babaların hangi eğitim seviyesinden mezun olduklarına göre anlamlı olarak değişiklik sergilemediği tespit edilmiştir. Başka bir deyişle, babası lise altı ile lise ve üzeri eğitim durumu olan bireylerin öz tiksinden seviyeleri ve öz tiksinden alt boyutlarının seviyeleri aynı bulunmuştur. Öz tiksindenin psikoloji alanında yeni bir kavram olması sebebiyle literatürde henüz öz tiksindenin baba eğitim düzeyine göre değerlendirildiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Eğitim açısından ileri olan bir babanın çocuğuna yönelik daha bilinçli ve olumlu bir tutum içinde davranması çocuğun kendisine karşı tiksinden duygusunu azaltabileceğini düşündürtebilir. Ancak, çalışma bulgusu öz tiksindenin babanın eğitim düzeyinden bağımsız kişinin deneyimleyebileceği herhangi bir yaşam stresiyle açığa çıkabileceğini düşündürtebilir.

## **5.2. Algılanan Baba Reddi, Yeme Tutumu, Öz Şefkat ve Öz Tiksinden Arasındaki İlişkilerin Tartışılması**

Algılanan baba reddinin öz şefkat, öz şefkatin alt boyutlarından olan öz sevecenlik ve paylaşımların farkında olma ile pozitif yönde ilişkisi bulunmuştur. Literatüre bakıldığında, çalışma bulgusuna tam tersi sonuçlara sahip çalışmalar vardır. Epli ve

arkadaşları (2021) ebeveyn kabulü ile öz şefkat pozitif yönlü bir ilişki bulmuştur. Bir diğer çalışma (Pepping vd., 2015), çocuklukta algılanan yüksek ebeveyn reddinin düşük öz şefkat ile ilişkili olduğu bildirilmiştir. Benzer şekilde erken yaşlarda ebeveynlere yönelik reddedici yaşam deneyimleri, yetişkinlikte bireylerin öz şefkat düzeylerini düşürmektedir (Neff ve McGehee, 2010). Alan yazındaki bilgilerin mevcut çalışma hipotezi ile paralel olduğu ancak hipotezin çalışma bulguları tarafından desteklenmediği görülmektedir. Mevcut çalışma katılımcıların çoğu üniversite ve üstü eğitim düzeyine sahip bireyler olduklarından erken dönemde algıladıkları red yüksek de olsa, kendilerinde bu sıcaklık ve ilgi eksikliğini hissedip bizzat yetişkinlik döneminde öz şefkat konusunda kendilerini eğitmiş olabilirler. Aslında, buradan babaları tarafından sıcaklık ve ilgi eksikliği görmüş kişilerin bu açığı kapatmak için yetişkinlikte kendilerine duydukları şefkat ve önemi özellikle gösterdikleri bunun için ekstra bir çaba sarf ettikleri yorumu da yapılabilir. Öte yandan, algılanan baba reddinin farkındalık ile negatif yönde ilişkisi bulunmuştur. Diğer bir ifade ile, algılanan baba reddi arttıkça kişilerin farkındalık düzeylerinin düştüğü görülmüştür. Farkındalık, acı veren düşünce ve duygulara yönelmeyi ve onları baskılamadan, oldukları gibi görebilmektir (Neff, 2003b). Baba reddi söz konusu olduğunda, çocukların duygu ve düşüncelerinin baba tarafından reddedildiği ve görmezden gelindiği tespit edilmiştir. Bu duruma maruz kalan kişilerin ileriki dönemde kendi duygu ve düşüncelerine karşı farkındalık sahibi olamaması normal karşılanabilir.

Algılanan baba reddinin öz tikslenme ve öz tikslenmenin alt boyutlarından olan davranışsal öz tikslenme ile negatif yönlü ilişkisi bulunmuştur. İlgili literatüre bakıldığında, algılanan ebeveyn reddi ve öz tikslenmenin doğrudan araştırıldığı bir çalışma veya istatistiksel bulgu ile karşılaşılmamıştır. Bu durumun öz tikslenme kavramının ulusal ve uluslararası alanyazında henüz yeni bir kavram olarak araştırmaya başlanmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Powell ve arkadaşları (2018) öz tikslenmenin herhangi bir gelişimsel dönem olmadan ortaya çıkabildiğini, kişilerin hayatının herhangi bir döneminde bunu deneyimleyebileceğini bildirmiştir. Sanders ve Becker-Lausen (1995) çocukluk ihmalinin bakım verenler tarafından reddedilmiş hissetme deneyimleri ile karakterize olduğunu bildirmiş, erken dönemde yaşanmış olan bu ihmal deneyimlerinin de bireylerin ileriki dönemde kendinden iğrenmesine yol açabileceği vurgulanmıştır (DeYoung, 2015). Mevcut çalışma bu bilgiden yola çıkarak algılanan baba reddi arttıkça öz tikslenme düzeyinin artmasını beklemiştir. Çalışma bulgularının hipotez açısından beklenmedik olduğu görülmüştür. Doğan (2022) kişinin yüksek beklentileri olduğunda ve bu beklentilerin karşılanmadığı takdirde kendine olan saygısının azalabileceğini ve tikslenme yaşayabileceğini bildirmiştir. Bu bakış açısıyla baba reddinin genelde çocuklarına karşı gösterdikleri ihmal ile alakalı olduğu ve bu babaların çocuklarından beklentisinin de düşük olduğu düşünülmektedir. Dolayısıyla, bireylerin kendilerinden yüksek beklentileri olmadığı ve kendilerine karşı tikslenme düzeylerinde de azalma olabileceği yorumu yapılabilir. Öte yandan, algılanan baba reddi ile öz tikslenmenin alt boyutlarından olan fiziksel öz tikslenme arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Bir diğer deyiş ile, algılanan baba reddi arttıkça katılımcıların fiziksel öz tikslenme düzeylerinde de artış görülmüştür. Algılanan ebeveyn tutumları ile beden imgesi arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada (Ünürar, 2023), bireylerin baba reddediliği arttıkça görünüşlerini düzeltme yönelimlerinin arttığı tespit edilmiştir. Görünüşü düzeltmenin fiziksel olarak benliğe karşı bir tikslenme duygusundan kaynaklanabileceği düşünüldüğünden, araştırma bulgusunun desteklendiği yorumu yapılabilmektedir.

Babaların kabul edici tutumlarının kişilerin ileriki dönemde fiziksel olarak kendileri gibi olmalarına ve oldukları gibi kendilerini kabul etmelerine yardım edebileceği düşünülebilir.

Öz tiksinden ve öz tiksinden alt boyutlarından olan davranışsal öz tiksinden bozulmuş yeme tutumu ile pozitif yönlü ilişkisi bulunmuştur. Diğer bir deyiş ile, öz tiksinden ve davranışsal öz tiksinden arttıkça katılımcıların bozulmuş yeme tutumlarında artış görülmüştür. Literatüre bakıldığında, öz tiksinden ve yeme tutumu arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar oldukça kısıtlıdır. Ancak bazı çalışmaların korelasyon sonuçlarının mevcut çalışma bulgularıyla tutarlı olduğu görülmüştür. Önceki araştırmalar (Moncrieff-Boyd vd., 2014; Chu vd., 2015), yeme bozuklukları semptomları ile kendinden tiksinden arasında pozitif ilişkiler bulmuştur. Öz tiksinden bozulmuş yeme tutumlarından biri olan ince olma dürtüsüyle pozitif bir şekilde ilişkili olduğu bulunmuştur (Espeset vd., 2012; Marques vd., 2021). Klinik yeme bozukluğu olguları ile normal bireylerin karşılaştırıldığı bir çalışmada (Bektaş vd., 2022) da yeme bozukluğuna sahip kadın bireylerin öz tiksinden düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öte yandan, öz tiksinden alt boyutlarından olan fiziksel öz tiksinden bozulmuş yeme tutumu ile negatif yönlü ilişkisi bulunmuştur. Zaten öz tiksinden literatürde oldukça az araştırılmış bir kavramdır ve genelde çalışmalarda bütün olarak ele alınmıştır. Bu sebeple öz tiksinden alt boyutlarını ayrıca inceleyen herhangi bir araştırmaya alanyazında rastlanmamıştır.

Öz şefkatin, öz şefkatin alt boyutlarından olan öz sevecenlik, paylaşımların farkında olma ve aşırı özdeşleşmenin bozulmuş yeme tutumu ile negatif yönlü ilişkisi olduğu bulunmuştur. Diğer bir deyiş ile, öz şefkat ve bahsi geçen alt boyutların düzeyi arttıkça katılımcıların bozulmuş yeme tutumlarının azaldığı görülmüştür. Literatüre bakıldığında, zayıf olma dürtüsünün öz şefkat ile negatif bir şekilde ilişkili olduğu ve daha fazla öz şefkatli olmanın yeme psikopatolojisini hafiflettiği tespit edilmiştir (Berryhill, Hayes ve Lloyd, 2018; Tylka, Russell ve Neal, 2015). Ayar (2020), öz şefkat skoru arttıkça kontrolsüz yeme skorunun düştüğünü göstermiştir. Ek olarak, öz şefkatin alt boyutlarından paylaşımların farkında olmanın duygusal yeme tutumu ile zayıf fakat negatif ilişkisi olduğunu bulmuştur. Yine aynı çalışma (Ayar, 2020) diğer alt boyutlarından olan öz sevecenlik ve aşırı özdeşleşmenin de yeme tutumu ile negatif bir ilişkisi olduğunu bildirmiştir. Bu bulgular mevcut çalışma bulgusunu destekler niteliktedir. Ancak, Ayar (2020)'ın çalışmasındaki bulguya karşı öz şefkatin alt boyutlarından olan farkındalığın bozulmuş yeme tutumu ile pozitif yönlü ilişkisi bulunmuştur. Öz şefkatin hem bilişsel hem duygusal süreçlerde etkili olması, yeme tutumlarının bu mekanizma çerçevesinde şekillenmesi literatür ve mevcut bulgular ile desteklenmektedir.

### **5.3. Algılanan Baba Reddi ile Yeme Tutumu Arasındaki İlişkide Öz Şefkat ve Öz Tiksinden Aracı Rollerinin Tartışılması**

Mevcut çalışmada kadın bireylerde algılanan baba reddi ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkide öz şefkat ve öz tiksinden aracı rolü olup olmadığı incelenmiştir. Literatüre bakıldığında, özelinde baba ve kadın bireylerin arasındaki ilişkinin yeme tutumu üzerindeki etkisini inceleyen çalışmalar oldukça kısıtlıdır. Ancak, baba ve kız ilişkisini inceleyen bir çalışma (Horesh vd., 2020) babanın ebeveynlik tarzının

olumsuz algılanması ve babayla olan ilişkinin kalitesinin yeme bozukluğu gelişiminin ve kalıcılığının anlaşılması için çok önemli olduğu vurgulanmıştır. İlk olarak baba reddi ve bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkiye bakılmış ve aralarındaki ilişkinin literatüre ve beklenenin aksine zayıf düzeyde negatif olduğu tespit edilmiştir. Babadan algılanan red arttıkça bozulmuş yeme tutumlarında azalma görülmüştür. Bu durum baba reddediciliği arttıkça açığı kapatmak için annenin kabul düzeyi artmış olabileceği ve bu da kadın bireylerin yeme tutumu konusunda annelerinden daha çok etkilenebileceğini düşündürtebilir. Erken dönemde anneye geçirilen zamanın genellikle babadan daha çok olması da bu noktada değerlendirilebilir. Literatürde kadın bireylerin yeme tutumu konusunda annelerinden daha çok etkilendiğini gösteren çalışmalar (Smolak, Levine ve Schermer, 1999; Ringer ve Crittenden, 2007) da mevcuttur.

Öz şefkat ve öz tiksindenmenin aracı rolünü test etmek amacıyla değişkenlerin birbirleri ile ilişki yolları önerilmiştir. Bu ilişki yollarını test etmek için baba reddi ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki doğrudan ilişki değerlendirilmiş daha sonra öz şefkat ve öz tiksindenmenin bu ilişkideki aracı rolü ayrı ayrı değerlendirilmiştir. Öz şefkat ve öz tiksindenmenin hem baba reddi hem de bozulmuş yeme tutumu ile ilişkili olması sebebiyle baba reddi ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkiye aracılık edebileceği varsayımından yola çıkılmıştır. Her iki aracı değişken analizinde yapısal eşitlik modeli kullanılmıştır.

Baba reddi ve bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkinin negatif olduğu tespit edildikten sonra, baba reddi ile öz şefkat korelasyon değerleri incelenen diğer değişkenler olmuştur. Bu iki değişken arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki bulunmuştur. Daha sonra, öz şefkat ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişki incelenmiş ve aralarında negatif yönde bir ilişki ortaya çıkmıştır. Yapısal eşitlik modeline göre yapılan analiz sonucunda öz şefkatin algılanan baba reddi ve bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkiyi anlamlı bir şekilde düşürmediği ortaya koyulmuştur. Dolayısıyla, yetişkin kadın bireylerde algılanan baba reddi ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkide öz şefkatin aracılık etkisi olmadığı tespit edilmiştir.

Son zamanlarda pozitif psikoloji sayesinde öz şefkat ile ilgili yapılan çalışmalar artmaya başlamıştır. Neff ve arkadaşları (2007) öz şefkatin kişilerin psikopatoloji geliştirmesini önleyebildiğini bildirmiştir. Alanda yapılan çalışmalar, öz şefkatin iyi oluş ve zihinsel sağlık açısından kıymetli olduğunu söylemektedir (Neff, 2003a; Trompetter, Kleine, Bohlmeijer, 2017). Öz şefkat düzeyi fazla olan kişilerin daha az strese sahip oldukları ve psikopatolojik semptom sergiledikleri ve bu sebeple psikolojik sağlık açısından diğerlerine göre daha iyi olduklarının altı çizilmiştir (Gilbert, 2009; MacBeth ve Gumley, 2012). Tamamlanmış birçok araştırma yeme tutumu veya bozukluğu ile öz şefkatin arasındaki ilişki olduğunu ve öz şefkatin yeme tutum veya bozukluğunu öngördüğünü bildirmektedir (Hayes, 2018; Tylka vd., 2015; Ayar, 2020). Mevcut çalışmada da zaten öz şefkat ile bozulmuş yeme tutumu arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Öz şefkatin aracı rol üstlendiği çalışmalara bakıldığında, Karaoğlu (2019) öz şefkatin çocukluk çağı travmaları ve yeme tutumları arasındaki ilişkide aracılık etkisi olduğunu tespit etmiştir. Tüm bunlar göz önünde bulundurulduğunda, mevcut çalışma öz şefkat düzeyinin baba reddi ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkide aracı bir rolü üstlenebileceği tahmin edilmiştir. Ancak mevcut çalışma literatürün (Neff ve McGehee, 2010; Pepping vd., 2015) tam tersine algılanan baba reddi ile öz şefkat arasında pozitif

bir ilişki bulmuştur. Bu sebeple, algılanan baba reddi ve bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkide öz şefkatin aracılık etkisinden söz edilememiştir.

Öz tikslenme için yapısal eşitlik modeli tekrar edildiğinde baba reddi ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkinin anlamlı negatif yönlü olduğu görülmüştür. Ardından baba reddi ile öz tikslenme korelasyonları değerlendirilmiştir. Bu iki değişken arasında negatif yönde zayıf bir ilişki bulunmuştur. Öz tikslenme ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişki incelendiğinde ise ilişkinin pozitif yönde olduğu görülmüştür. Analize göre öz tikslenmenin baba reddi ve bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkinin etkisini azalttığı görülmüştür. Dolayısıyla, yetişkin kadın bireylerde algılanan baba reddi ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkide öz tikslenmenin kısmi aracılık etkisinden söz edilebilmektedir. Diğer bir ifade ile, algılanan baba reddi arttıkça kişilerin öz tikslenme düzeyleri azalmaktadır, bunun sonucunda da bozulmuş yeme tutumlarında azalma gözlemlenmektedir.

Şimdiye kadar, kendinden tikslenme üzerine yapılan araştırmalar oldukça yetersizdir ve bu kavramın psikopatoloji ile ilişkisinin daha fazla araştırılması gerekmektedir. Ancak kısıtlı çalışma kanıtları öz tikslenmenin kadınlarda yeme bozukluklarının sürdürülmesinde, yiyeceği çıkarmada ve yemede çok önemli bir rol oynadığını göstermektedir (Espeset vd., 2012; Fox ve Power, 2009). Öz tikslenme aynı zamanda sağlıksız yeme davranışları, vücut memnuniyetsizliği, kilo verme dürtüsü ve genellikle istenmeyen ve çekici olmayan vücut özelliklerine yönelme ile de ilişkilendirilmiştir (Espeset vd., 2012; Powell vd, 2014; Shanmugarajah vd, 2012). Fox ve arkadaşları (2018) da kendinden tikslenmenin kişilerin düzensiz yeme kalıplarına girme konusundaki savunmasızlığını artırabileceğinin altını çizmiştir. Bilindiği kadarıyla algılanan baba reddi ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki bağlamda öz tikslenmenin olası aracılık etkisini inceleyen bir araştırma literatürde henüz bulunmamaktadır. Çalışmaya en benzer nitelikte olan çocukluk dönemi travmaları ve yeme örüntüleri arasındaki bağlantıyı ele alan bir makale (Ekşi, 2022) bu ilişkide öz tikslenmenin aracı rolü olduğunu bildirmiştir. Yine Chu ve arkadaşları (2015) yeme bozuklukları ile intihar girişiminde bulunma fikri arasındaki bağlamda öz tikslenmenin aracılık etkisinin olduğunu bulmuştur. Mevcut çalışmada baba reddediciliğinin artmasıyla öz tikslenme düzeyini azaldığı ve öz tikslenme düzeyinin azalmasıyla bozulmuş yeme tutumunda azalma olduğu görülmüştür. Baba reddediciliğinin bireylerin kendinden daha fazla beklentisi olmasına yol açabileceği bu sebeple kendilerinden tikslenme eğilimlerinin daha fazla olabileceği yorumu yapılabilmektedir. Öz tikslenme düzeyindeki azalma da bireyin hem fiziksel hem de davranışsal benliğine dair tikslenme eğiliminin hafiflemesiyle yeme tutumlarında bozulmaların azalabileceğini düşündürmektedir.

Literatürde benzer düzeyde birtakım araştırma olsa da öz tikslenme büyük perspektifte çok nadir çalışılmış yeni kavramlardandır. Dolayısıyla öz tikslenmenin mevcut çalışmanın diğer değişkenleriyle incelendiği araştırma sayısı kısıtlıdır. Bu sebeple araştırmada oluşturulmuş hipotezler ve edinilen sonuçların cesaretlendirici ve kayda değer olduğu düşünülmektedir.

#### 5.4. Sonuç, Sınırlılıklar ve Öneriler

Bu çalışma yetişkin kadın bireylerde algılanan baba reddi ve yeme tutumu arasındaki ilişkide öz şefkat ve öz tiksindenmenin aracı rollerini incelemek amacıyla yapılmıştır. Öz şefkat ve öz tiksindenme gibi kişinin benliğine gösterdiği duyguları içeren kavramların incelenmesi hem ulusal hem de uluslararası alanyazında son zamanlarda başlamıştır. Özellikle ulusal ve uluslararası alanyazında yeme tutumları hakkında yapılan araştırmalara bakıldığında baba reddi, öz şefkat ve öz tiksindenmenin incelendiği farklı araştırmalar bulunmamaktadır. Bu çalışma ayrıca unutulmuş faktör olan babaların bireylerin psikolojik iyi oluşlarında önemli rol oynayabileceğinin altını çizmek için yapılmıştır. Çalışma sonucu algılanan baba reddinin artmasının öz şefkat düzeyinde bir artış ve öz tiksindenme düzeyinde bir azalma yaratabileceğini işaret etmektedir. Ayrıca bulgular öz tiksindenmenin yeme tutumunda bozulmalar yaratabileceği, öz şefkatin ise yeme tutumlarındaki bozulmaları azaltabileceği doğrultusundadır. Dahası, algılanan baba reddi arttıkça bozulmuş yeme tutumlarında azalmaların görülebileceği çalışma sonuçları arasındadır. Ek olarak, sonuçlar öz tiksindenmenin algılanan baba reddi ve bozulmuş yeme tutumu arasındaki bağlamda aracılık etkisi olabileceği yönündedir.

Literatüre sağlanan katkıların yanı sıra mevcut çalışmanın birtakım sınırlılıkları bulunmaktadır. Örneklemin kadın bireylerden oluşması, araştırmanın genellenebilirliğini sınırlandırmaktadır. Gelecekte yapılacak çalışmalara erkek bireylerin de dahil edilmesi istatistiksel açıdan daha güçlü ve genellenebilir sonuçlara ulaşılmasına yardımcı olabilir. Ayrıca, katılımcıların büyük bir çoğunluğu eğitim düzeyi lisans ve üstü gruptan oluşmaktadır. Lise ve altı eğitim düzeyine sahip, okur yazar olan veya olmayanlar da dahil, bireylerin gelecek çalışmalara dahil edilmesi farklı sonuçlara ulaşılmasını sağlayabilir.

Araştırma verilerinin çevrimiçi anket üzerinden toplanmış olmasının çalışma sonuçlarını etkileyebileceği düşünülmektedir. Katılımcılar araştırma sorularını çevrimiçi ortamda yanıtladıkları için buldukları ortam şartlarını düzenlemek mümkün olmamıştır. Çevrimiçi ortamda bir sayfadan diğer sayfaya geçerken çalışmadan çıkıldığında tekrar kaldıkları yerden devam edebilmeleri için önlemler alınmıştır. Açık uçlu sorularda rastgele cevap verilmemesi ve boş bırakılmaması için de önlemler alınmıştır. Yine de gelecek çalışmalarda benzer değişkenler kullanılacak olunursa alınan tedbirlere dikkat edilmesi önerilmektedir.

Çalışmada kadın bireylerin sadece algılanan baba reddi ölçülmüştür. İleride yapılacak çalışmalarda hem anne hem de baba reddinin birlikte ölçülmesinin daha güçlü ve farklı sonuçlar ortaya çıkarabileceği düşünülmektedir. Dahası, özelinde yapılacak kadın bireylerde yalnızca algıladıkları anne reddi de literatüre katkı sağlayabilecek bir diğer öneri niteliği taşıyabilmektedir.

Son olarak, algılanan baba reddi ile yeme tutumu arasındaki ilişkide öz şefkat ve öz tiksindenmeden farklı değişkenlerin aracı rollerine gelecek çalışmalarda yer verilebilir. Ya da her iki ebeveynin reddediciliği ile yeme tutumu arasındaki ilişkide farklı değişkenlerin rolü incelenebilir.

## KAYNAKÇA

**Kitaplar**

- Levine, M. P., & Smolak, L. (2013). Toward a model of the developmental psychopathology of eating disorders: The example of early adolescence. *The Etiology of Bulimia Nervosa* (pp. 59-80). Taylor & Francis.
- Powell PA, Overton, PG, Simpson J. Reflections on the revolting self: a commentary and further directions, In *The Revolting Self: Perspectives on the Psychological, Social, and Clinical Implications of Self-Directed Disgust*. Edited by Powell PA, Overton, PG, Simpson J. London, Karnac Books, 2015, pp. 243-255.
- Powell, P. A., Simpson, J., & Overton, P. G. (2018). An introduction to the revolting self: Self disgust as an emotion schema. In *The revolting self* (pp. 1-24). Routledge.
- Powell, P. A., Simpson, J., & Overton, P. G. (2015a). An introduction to the revolting self: self disgust as an emotion schema. In P. A. Powell, P. G. Overton, & J. Simpson (Eds.), *The revolting self: Perspectives on the psychological, social, and clinical implications of self-directed disgust* (pp. 1-24). London: Karnac.
- Power, M., & Dagleish, T. (2015). *Cognition and emotion: From order to disorder*.
- Robinson, P., & Andersen, A. (1986). Anorexia nervosa in American blacks. In *Anorexia Nervosa and Bulimic Disorders* (pp. 183-188). Pergamon.
- Roberts, T., & Goldenberg, J. L. (2007). *Wrestling with nature* (pp. 389-406). The Guilford Press.
- Tamis-LeMonda, C. S., Shannon, J. D., Cabrera, N. J., & Lamb, M. E. (2004). Fathers and mothers at play with their 2-and 3-year-olds: Contributions to language and cognitive development. *Child development*, 75(6), 1806-1820.

**Makaleler**

- Abacı, F. D. (2018). Ebeveyn kabul reddi ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide duygu düzenleme ile kişilerarası problemlerin rolü.
- Allen, S., & Daly, K. (2002). The effects of father involvement: A summary of the research evidence. *The FII-O News*, 1(1-11).
- Attie, I., & Brooks-Gunn, J. (1989). Development of eating problems in adolescent girls: A longitudinal study. *Developmental psychology*, 25(1), 70.
- Avşaroğlu, S., Hudaynazarova, A., Nurkoyuncu, S. Ve Başarıkan, R. (2021). Yetişkinlerin Yaşam Doyumu, Yalnızlık ve Öz-tiksinme Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(1), 184-198.

- Barnard, L. K., & Curry, J. F. (2011). Self-compassion: Conceptualizations, correlates, & interventions. *Review of general psychology, 15*(4), 289-303.
- Baer, R. A. (2003). Mindfulness training as a clinical intervention: a conceptual and empirical review. *Clinical psychology: Science and practice, 10*(2), 125.
- Bayat, B. (2015). Algılanan Ebeveyn Kabul Reddinin Yetişkinlik Dönemindeki Psikopatoloji İle İlişkisi: Kontrol Odağının Ve Benlik Kurgularının Aracı Rolü.
- Bektaş, S. (2020). Zihinsel Kirlenmenin Öz Şefkat ve Öz Tiksinme ile Olan İlişkisi: Öz Şefkate Yönelik Bir Müdahalenin Zihinsel Kirlenme ve Öz Tiksinme Üzerindeki Etkisinin Deneysel Bir Yöntemle İncelenmesi.
- Bektaş, S., Keeler, J. L., Anderson, L. M., Mutwalli, H., Himmerich, H., & Treasure, J. (2022). Disgust and Self-Disgust in Eating Disorders: A Systematic Review and Meta Analysis. *Nutrients, 14*(9), 1728.
- Berryhill, M. B., Hayes, A., & Lloyd, K. (2018). Chaotic-enmeshment and anxiety: the mediating role of psychological flexibility and self-compassion. *Contemporary Family Therapy, 40*, 326-337.
- Bennett, D. S., Sullivan, M. W., & Lewis, M. (2010). Neglected children, shame proneness, and depressive symptoms. *Child maltreatment, 15*(4), 305-314.
- Brown, K.W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*, 822-848.
- Bohner, G., & Dickel, N. (2011). Attitudes and attitude change. *Annual review of psychology, 62*, 391-417.
- Burden, N., Simpson, J., Murray, C., Overton, P. G., & Powell, P. A. (2018). Prosthesis use is associated with reduced physical self-disgust in limb amputees. *Body image, 27*, 109-117.
- Calam, R., & Waller, G. (1998). Are eating and psychosocial characteristics in early teenage years useful predictors of eating characteristics in early adulthood? A 7 year longitudinal study. *International Journal of Eating Disorders, 24*(4), 351-362.
- Casper, R. C. (1983). On the emergence of bulimia nervosa as a syndrome a historical view. *International Journal of Eating Disorders, 2*(3), 3-16.
- Clarke, A., Simpson, J., & Varese, F. (2019). A systematic review of the clinical utility of the concept of self-disgust. *Clinical psychology & psychotherapy, 26*(1), 110-134.

- Chu, C., Bodell, L. P., Ribeiro, J. D., & Joiner, T. E. (2015). Eating disorder symptoms and suicidal ideation: The moderating role of disgust. *European Eating Disorders Review, 23*(6), 545-552.
- Chu, C., Bodell, L. P., Ribeiro, J. D., & Joiner, T. E. (2015). Eating disorder symptoms and suicidal ideation: The moderating role of disgust. *European Eating Disorders Review, 23*(6), 545-552.
- Cordero, E. D., & Israel, T. (2009). Parents as protective factors in eating problems of college women. *Eating Disorders, 17*(2), 146-161.
- Çam, H. H. (2017). The relationship between psychological symptoms and frequency of eating disorders in adolescents. *Turkish Journal of Public Health, 15*(2), 96-105.
- Çamkerten, Ö., & Güloğlu, B. (2023). Duygusal Yememin Yordayıcıları Olarak Üstbiliş, Duygu Düzenleme Zorlukları ve Öz Şefkat. *Ege Eğitim Dergisi, 24*(1), 107-125.
- Çelik, S., Yoldaşcan, E. B., Okyay, R. A., & Özenli, Y. (2016). Kadın üniversite öğrencilerinde yeme bozukluğunun yaygınlığı ve etkileyen etkenler. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi, 17*(1).
- Dakers, J., & Guse, T. (2022). Can dimensions of parenting style contribute to self compassion among South African adolescents?. *Journal of Family Studies, 28*(4), 1566-1579.
- DeYoung, C. G. (2015). Cybernetic big five theory. *Journal of research in personality, 56*, 33-58.
- DeYoung, P. A. (2015). *Understanding and treating chronic shame: relational/neurobiological approach*. Routledge.
- Epli, H., Batık, M. V., Çabuker, N. D., & Çelik, S. B. (2023). Relationship between psychological resilience and parental acceptance-rejection: The mediating role of self compassion. *Current Psychology, 42*(3), 2167-2175.
- Espeset, E. M., Gulliksen, K. S., Nordbø, R. H., Skårderud, F., & Holte, A. (2012). The link between negative emotions and eating disorder behaviour in patients with anorexia nervosa. *European Eating Disorders Review, 20*(6), 451-460.
- Ferreira, C., Pinto-Gouveia, J., & Duarte, C. (2013). Self-compassion in the face of shame and body image dissatisfaction: Implications for eating disorders. *Eating behaviors, 14*(2), 207-210.
- Fox, J. R., Grange, N., & Power, M. J. (2018). Self-disgust in eating disorders: A review of the literature and clinical implications. *The Revolting Self, 167-186*.

- Fox, J. R., & Power, M. J. (2009). Eating disorders and multi-level models of emotion: An integrated model. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 16(4), 240-267.
- Fox, J. R., Grange, N., & Power, M. J. (2018). Self-disgust in eating disorders: A review of the literature and clinical implications. *The Revolting Self*, 167-186.
- Gahagan, S. (2012). Development of eating behavior: biology and context. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 33(3), 261-271.
- Germer, C. K., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion in clinical practice. *Journal of clinical psychology*, 69(8), 856-867.
- Gilbert, P. (2009). Introducing compassion-focused therapy. *Advances in psychiatric treatment*, 15(3), 199-208.
- Goetz, J. L., Keltner, D., & Simon-Thomas, E. (2010). Compassion: an evolutionary analysis and empirical review. *Psychological bulletin*, 136(3), 351.
- Glashouwer, K. A., & de Jong, P. J. (2021). The revolting body: Self-disgust as a key factor in anorexia nervosa. *Current Opinion in Psychology*, 41, 78-83.
- Holtom-Viesel, A., & Allan, S. (2014). A systematic review of the literature on family functioning across all eating disorder diagnoses in comparison to control families. *Clinical psychology review*, 34(1), 29-43.
- Haddad, C., Zakhour, M., Haddad, R., Al Hachach, M., Sacre, H., & Salameh, P. (2020). Association between eating behavior and quarantine/confinement stressors during the coronavirus disease 2019 outbreak. *Journal of eating disorders*, 8(1), 1-12.
- Ho, T. F., Tai, B. C., Lee, E. L., Cheng, S., & Liow, P. H. (2006). Prevalence and profile of females at risk of eating disorders in Singapore. *Singapore medical journal*, 47(6), 499.
- Ille, R., Schögl, H., Kapfhammer, H. P., Arendasy, M., Sommer, M., & Schienle, A. (2014). Self-disgust in mental disorders—symptom-related or disorder specific?. *Comprehensive psychiatry*, 55(4), 938-943.
- Jones, J. M., Bennett, S., Olmsted, M. P., Lawson, M. L., & Rodin, G. (2001). Disordered eating attitudes and behaviours in teenaged girls: a school-based.
- Khaleque, A., & Rohner, R. P. (2002). Perceived parental acceptance-rejection and psychological adjustment: A meta-analysis of cross-cultural and intracultural studies. *Journal of Marriage and Family*, 64(1), 54-64.
- Keski-Rahkonen, A., & Mustelin, L. (2016). Epidemiology of eating disorders in Europe: prevalence, incidence, comorbidity, course, consequences, and risk factors. *Current opinion in psychiatry*, 29(6), 340-345.

- Kelly, A. C., & Stephen, E. (2016). A daily diary study of self-compassion, body image, and eating behavior in female college students. *Body Image, 17*, 152-160.
- Koch, S. V., Larsen, J. T., Plessen, K. J., Thornton, L. M., Bulik, C. M., & Petersen, L. V. (2022). Associations between parental socioeconomic, family, and sibling status and risk of eating disorders in offspring in a Danish national female cohort. *International Journal of Eating Disorders, 55*(8), 1130-1142.
- Kinzl, J. F., Traweger, C., Guenther, V., & Biebl, W. (1994). Family background and sexual abuse associated with eating disorders. *American Journal of Psychiatry, 151*, 1127-1131.
- Kulaksız, G., & Erensoy, H. (2021). 18-65 Yaş Kişilerde Erken Çocuklukta Babalarından Algıladıkları Kabul/Red İlişkisinin Somatizasyon ve Anksiyete Geliştirme Etkisinin İncelenmesi. *Int J Acad Med Pharm, 3*(2), 142-149.
- Lamb, M. E. (1975). Fathers: Forgotten contributors to child development. *Human development, 18*(4), 245-266.
- Lathren, C., Bluth, K., & Park, J. (2019). Adolescent self-compassion moderates the relationship between perceived stress and internalizing symptoms. *Personality and individual differences, 143*, 36-41. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.02.008>
- Laliberte, M., Newton, M., McCabe, R., & Mills, J. S. (2007). Controlling your weight versus controlling your lifestyle: How beliefs about weight control affect risk for disordered eating, body dissatisfaction and self-esteem. *Cognitive Therapy and Research, 31*, 853-869.
- Lewis, D. M., & Cachelin, F. M. (2001). Body image, body dissatisfaction, and eating attitudes in midlife and elderly women. *Eating disorders, 9*(1), 29-39.
- Lê, J., Dallongeville, J., Wagner, A., Arveiler, D., Haas, B., Cottel, D., ... & Dauchet, L. (2013). Attitudes toward healthy eating: a mediator of the educational level–diet relationship. *European journal of clinical nutrition, 67*(8), 808-814.
- López, A., Sanderman, R., Ranchor, A. V., & Schroevers, M. J. (2018). Compassion for others and self-compassion: Levels, correlates, and relationship with psychological well being. *Mindfulness, 9*, 325-331.
- MacBeth, A., & Gumley, A. (2012). Exploring compassion: A meta-analysis of the association between self-compassion and psychopathology. *Clinical psychology review, 32*(6), 545-552.
- Mason, D., James, D., Andrew, L., & Fox, J. R. (2022). ‘The last thing you feel is the self disgust’. The role of self-directed disgust in men who have attempted suicide: A grounded theory study. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 95*(2), 575-599.

- Marques, C., Simão, M., Guiomar, R., & Castilho, P. (2021). Self-disgust and urge to be thin in eating disorders: how can self-compassion help?. *Eating and Weight Disorders Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 1-8.
- Mayor, R., Reuber, M., Giga, S., & Simpson, J. (2022). An exploration of the experiences of self-disgust in people with epilepsy. *Epilepsy & Behavior*, 126, 108435.
- Moncrieff-Boyd, J., Byrne, S., & Nunn, K. (2014). Disgust and anorexia nervosa: confusion between self and non-self. *Advances in Eating Disorders: Theory, Research and Practice*, 2(1), 4-18.
- Neff, K. (2003a). Self Compassion: An Alternative Conceptualization of A Healthy Attitude Toward Oneself, Self and Identity, 2(2), 85-101, p.96. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>
- Neff, K. (2003b). The Development and Validation of A Scale to Measure Self Compassion, Self and Identity, 2(3), 223-250, p.247. <https://doi.org/10.1080/15298860309027>
- Neff, K. D., & Vonk, R. (2009). Self-compassion versus global self-esteem: Two different ways of relating to oneself. *Journal of personality*, 77(1), 23-50.
- Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and identity*, 9(3), 225-240.
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L., & Rude, S. S. (2007). Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of research in personality*, 41(1), 139-154.
- Neziroglu, F., Hickey, M., & McKay, D. (2010). Psychophysiological and self-report components of disgust in body dysmorphic disorder: the effects of repeated exposure. *International Journal of Cognitive Therapy*, 3(1), 40-51.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(4), 569.
- Olatunji, B. O., Williams, N. L., Tolin, D. F., Abramowitz, J. S., Sawchuk, C. N., Lohr, J. M., & Elwood, L. S. (2007). The Disgust Scale: item analysis, factor structure, and suggestions for refinement. *Psychological assessment*, 19(3), 281.
- Oaten, M., Stevenson, R. J., & Case, T. I. (2009). Disgust as a disease-avoidance mechanism. *Psychological bulletin*, 135(2), 303.
- Overton PG, Markland FE, Taggart HS, Bagshaw GL, Simpson J. Self-disgust mediates the relationship between dysfunctional cognitions and depressive symptomatology. *Emotion* 2008;8:379.
- Özenoğlu, A., Çevik, E., Çolak, H., Altıntaş, T., & Alakuş, K. (2021). Changes in nutrition and lifestyle habits during the COVID-19 pandemic in Turkey and the

- effects of healthy eating attitudes. *Mediterranean Journal of Nutrition and Metabolism*, 14(3), 325-341.
- Öz, P. D. F., & Yılmaz, U. H. E. B. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82-89.
- Parke, R. D. (2004). Development in the family. *Annual Review of Psychology*, 55, 365-399.
- Pepping, C. A., Davis, P. J., O'Donovan, A., & Pal, J. (2015). Individual differences in self compassion: The role of attachment and experiences of parenting in childhood. *Self and Identity*, 14(1), 104-117.
- Pepping, C. A., Davis, P. J., O'Donovan, A., & Pal, J. (2015). Individual differences in self compassion: The role of attachment and experiences of parenting in childhood. *Self and Identity*, 14(1), 104-117.
- Powell, P. A., Overton, P. G., & Simpson, J. (2014). The revolting self: An interpretative phenomenological analysis of the experience of self-disgust in females with depressive symptoms. *Journal of Clinical Psychology*, 70(6), 562-578.
- Powell, P. A., Simpson, J., & Overton, P. G. (2015). Self-affirming trait kindness regulates disgust toward one's physical appearance. *Body Image*, 12, 98-107.
- Pumariega, A. J., Gustavson, C. R., Gustavson, J. C., Motes, P. S., & Ayers, S. (1994). Eating attitudes in African-American women: The Essence eating disorders survey. *Eating disorders*, 2(1), 5-16.
- Phares, V., Renk, K., & Duhig, A. (2009). Gender differences in positive and negative feelings between adolescents and their fathers and mothers. *Journal of Child and Family Studies*, 18, 213-218.
- Rahimi-Ardabili, H., Reynolds, R., Vartanian, L. R., McLeod, L. V. D., & Zwar, N. (2018). A systematic review of the efficacy of interventions that aim to increase self-compassion on nutrition habits, eating behaviours, body weight and body image. *Mindfulness*, 9, 388-400.
- Ramírez-Uclés, I., González-Calderón, M. J., del Barrio-Gándara, V., & Carrasco, M. Á. (2018). Perceived parental acceptance-rejection and children's psychological adjustment: The moderating effects of sex and age. *Journal of Child and Family Studies*, 27, 1336-1348.
- Rohner, R. P. (1994). Patterns of parenting: The warmth dimension in worldwide perspective. *Psychology and culture*, 113-120.

- Rohner, R. P., & Britner, P. A. (2002). Worldwide mental health correlates of parental acceptance-rejection: Review of cross-cultural and intracultural evidence. *Cross cultural research*, 36(1), 16-47.
- Rohner, R. P., & Veneziano, R. A. (2001). The importance of father love: History and contemporary evidence. *Review of General Psychology*, 5(4), 382-405.
- Rohner, R. P., Khaleque, A., & Cournoyer, D. E. (2004). Cross-national perspectives on parental acceptance-rejection theory. *Marriage & family review*, 35(3-4), 85-105.
- Rohner, R. P., & Chaki-Sircar, M. (1988). *Women and children in a Bengali village*. Published for University of Connecticut, University Press of New England.
- Rozin, P., & Fallon, A. E. (1987). A perspective on disgust. *Psychological review*, 94(1), 23.
- Rohner, R. P. (1986). *The warmth dimension: Foundations of parental acceptance rejection theory*. Sage Publications, Inc.
- Rohner, R. P. (1975). They love me, they love me not: A worldwide study of the effects of parental acceptance and rejection.
- Rohner, R. P. (2004). The parental "acceptance-rejection syndrome": universal correlates of perceived rejection. *American psychologist*, 59(8), 830.
- Rohner, R. P., Rising, D. G., & Sayre-Scibona, J. (2009). Sex differences in relations among remembered parental behavior in childhood, adults' current psychological adjustment, and career indecision. *Psychological reports*, 104(2), 558-566.
- Rohner, R. P., & Rohner, E. C. (1981). Parental acceptance-rejection and parental control: Cross-cultural codes. *Ethnology*, 20(3), 245-260.
- Rohner, R. P., & Cournoyer, D. E. (1994). Universals in youths' perceptions of parental acceptance and rejection: Evidence from factor analyses within eight sociocultural groups worldwide. *Cross-Cultural Research*, 28(4), 371-383.
- Rozin, P., Millman, L., & Nemeroff, C. (1986). Operation of the laws of sympathetic magic in disgust and other domains. *Journal of personality and social psychology*, 50(4), 703.
- Rozin, P., Haidt, J., & McCauley, C. (2009). *Disgust: The body and soul emotion in the 21st century*. American Psychological Association.
- Rozin, P., Markwith, M., & McCauley, C. (1994). Sensitivity to indirect contacts with other persons: AIDS aversion as a composite of aversion to strangers, infection, moral taint, and misfortune. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(3), 495.

- Rohner, R. P., Khaleque, A., & Cournoyer, D. E. (2012). Introduction to parental acceptance-rejection theory, methods, evidence, and implications. *Journal of Family Theory & Review*, 2(1), 73-87.
- Ringer, F., & Crittenden, P. M. (2007). Eating disorders and attachment: The effects of hidden family processes on eating disorders. *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association*, 15(2), 119-130.
- Sanders, B., & Becker-Lausen, E. (1995). The measurement of psychological maltreatment: Early data on the child abuse and trauma scale. *Child abuse & neglect*, 19(3), 315-323.
- Saka, A., & Ceylan, Ş. (2018). Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin aile yapılarına göre incelenmesi. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*. 2018; 5(1): 68-86.
- Schmidt, U., Evans, K., Tiller, J., & Treasure, J. (1995). Puberty, sexual milestones and abuse: how are they related in eating disorder patients?. *Psychological Medicine*, 25(2), 413-417.
- Sheppes, G., Suri, G., & Gross, J. J. (2015). Emotion regulation and psychopathology. *Annual review of clinical psychology*, 11, 379-405.
- Shanmugarajah, K., Gaiind, S., Clarke, A., & Butler, P. E. (2012). The role of disgust emotions in the observer response to facial disfigurement. *Body Image*, 9(4), 455-461.
- Smolak, L., Levine, M. P., & Schermer, F. (1999). Parental input and weight concerns among elementary school children. *International Journal of Eating Disorders*, 25(3), 263-271.
- Strauss, C., Taylor, B. L., Gu, J., Kuyken, W., Baer, R., Jones, F., & Cavanagh, K. (2016). What is compassion and how can we measure it? A review of definitions and measures. *Clinical Psychology Review*, 47, 15-27.
- Stasik-O'Brien, S. M., & Schmidt, J. (2018). The role of disgust in body image disturbance: Incremental predictive power of self-disgust. *Body image*, 27, 128-137.
- Trompetter, H. R., De Kleine, E., & Bohlmeijer, E. T. (2017). Why does positive mental health buffer against psychopathology? An exploratory study on self-compassion as a resilience mechanism and adaptive emotion regulation strategy. *Cognitive therapy and research*, 41, 459-468.
- Tunç, P. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travması ve Yeme Tutumları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 11(1), 203-219.

- Tolin, D. F., Woods, C. M., ve Abramowitz, J. S. (2006). Disgust sensitivity and obsessive compulsive symptoms in a non-clinical sample. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 37(1), 30-40.
- Toth-Kiraly, I., & Neff, K. D. (2021). Is self-compassion universal? Support for the measurement invariance of the Self-Compassion Scale across populations. *Assessment*, 28(1), 169-185.
- Toker, D. E., & Hocaoglu, Ç. (2009). Yeme bozuklukları ve aile yapısı: Bir gözden geçirme. *Düşünen Adam*, 22(1-4), 36-42.
- Turk, F., & Waller, G. (2020). Is self-compassion relevant to the pathology and treatment of eating and body image concerns? A systematic review and meta analysis. *Clinical Psychology Review*, 79, 101856.
- Turner, H. M., Rose, K. S., & Cooper, M. J. (2005). Parental bonding and eating disorder symptoms in adolescents: The meditating role of core beliefs. *Eating Behaviors*, 6(2), 113-118.
- Tylka, T. L., Russell, H. L., & Neal, A. A. (2015). Self-compassion as a moderator of thinness related pressures' associations with thin-ideal internalization and disordered eating. *Eating behaviors*, 17, 23-26.
- Usta E. , Sağlam E., Şen S., Aygün D., Sert H. (2015). Hemşirelik öğrencilerinin yeme tutumları ve obsesif kompulsif belirtileri. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi* 2015; 2(2):187-97. <http://dx.doi.org/10.17681/hsp.48687>
- Uzun O, Güleç N, Ozşahin A ve ark. (2006). Screening disordered eating attitudes and eating disorders in a sample of Turkish female college students. *Compr Psychiatry*, 47:123-6.
- Ünsal, A., Tozun, M., Ayrancı, Ü., & Arslantaş, D. (2010). Türkiye'nin batısındaki bir ilçede lise öğrencilerinde olası yeme bozukluğu görülme sıklığı ve ilişkili faktörler. *Dirim*, 85, 100-112.
- Vandewalle, J., Moens, E., & Braet, C. (2014). Comprehending emotional eating in obese youngsters: the role of parental rejection and emotion regulation. *International Journal of Obesity*, 38(4), 525-530.
- Vizin, G., & Unoka, Z. (2014). The role of shame in development of the mental disorders I. Theoretical background. *Psychiatria Hungarica: A Magyar Pszichiatrai Tarsasag Tudomanyos Folyoirata*, 29(1), 14-34.
- Wei, M., Liao, K. Y. H., Ku, T. Y., & Shaffer, P. A. (2011). Attachment, self-compassion, empathy, and subjective well-being among college students and community adults. *Journal of personality*, 79(1), 191-221.

Yılmaz, B., & Bahtiyar, B. (2019). Obsesif kompulsif bozukluk belirtileri, tikslenme duyarlılığı ve zihinsel kirlenmenin cinsel doyumla ilişkisi. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 3(2), 92-103.

Ying, Y. W. (2009). Contribution of self-compassion to competence and mental health in social work students. *Journal of Social Work Education*, 45(2), 309-323.

### Tezler

Açıkgöz, S. (2019). *Sosyal ve ekonomik destek hizmet modelinden yararlanan ailelerin öz şefkat ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi: Çankırı örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Akça, S. (2018). *Travmatik Yaşam Deneyimlerinde Tiksinden Rolünün Yorumlayıcı Fenomenolojik Analizi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Alaloğlu, G. (2020). *Mükemmeliyetçilik, Kendini Sabotaj, Öz Şefkat ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Altinel, Ş. (2018). *Kadınlarda Yeme Bozuklukları Belirtilerinin Algılanan Ebeveynlik Biçimi, Duygu Düzenleme Güçlüğü, Psikolojik İyi Oluş ve Yeme Tutumları ile İlişkileri*. Yüksek Lisans Tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Andiç, S. (2013). *Ergenlik Döneminde Zihni Meşgul Eden Konularla İlişkili Değişkenler: Bağlanma Tarzları, Öz Şefkat ve Psikolojik Belirtiler*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Asıcı, E. (2013). *Öğretmen Adaylarını Affetme Özelliklerinin Öz Duyarlık ve Benlik Saygısı Açısından İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Atlı, F. (2019). *Öğretmenlerin Öz Anlayışları ile Mesleki Tükenmişlikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ayar, Ş. (2020). *Öz Şefkatin Yeme Tutumu, Besin Seçimi ve Beden Kitle İndeksi ile İlişkisinin Araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ.

Ayar, N. (2021). *Algılanan Anne Tutumları, Duygu Düzenleme Stratejileri ve Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Yeme Tutumu Üzerindeki Yordayıcı Rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Işık Üniversitesi.

Candan, G. (2006). *8-11 Yaşındaki Parçalanmış ve Tam Aile Çocuklarının Anne Babalarının Kabul ve Reddetme Davranışını Algılayışı*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Canpoyraz, L. (2017). *Dolaylı Utanma ve Öz Duyarlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Doğan, H. B. (2022). *Öz Tiksinme İle Obsesif Kompulsif Semptom Şiddeti Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Ekşi, E. F. (2022). *Kadınlarda Çocukluk Çağı Travmaları İle Yeme Örüntüsü Arasındaki İlişkide Öz Tiksinme ve Beden Utancının Aracı Rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Ekici, E. (2020). *Obsesif kompulsif bozuklukta semptom boyutlarında öfke, kaygı, tikslenme, suçluluk duygularının ve bu duygulara yönelik olumsuz değerlendirmelerin rolünün incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Dışkapı Yıldırım Beyazıt Eğitim ve Araştırma Hastanesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Erol, Y. (2021). *Çocukluk Çağı Travması ve Kendine Zarar Verme Davranışı Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Güçlüğü, Stres Toleransı, Öz Şefkat ve Öz Tiksinmenin Aracı Rollerinin İncelenmesi*.
- Karaoğlu, M. (2019). *Yeme tutumları ve çocukluk çağı travmaları arasındaki ilişkide öz şefkat ve duygu düzenlemenin aracı rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kavak, G. (2013). *Üniversite öğrencilerinde ebeveyn kabulü ile psikolojik uyum arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kıcalı, Ü. Ö. (2015). *Öz şefkat ve tekrarlayıcı düşünmenin olumsuz duygulanım ve depresyon ile ilişkilerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Koçyiğit, F. (2018). *Üniversite öğrencilerinde algılanan sosyal destek, anne baba tutumları ve yılmazlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Lefkoşa, 2018 (Tez Danışmanı: Doç. Dr. İrem Erdem ATAK).
- Özyeşil, Z. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Öz-Anlayış Düzeylerinin Bilinçli Farkındalık Kişilik Özellikleri Ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Özden, E. (2021). *Kendini Mükemmeliyetçi Gösterme Eğilimi ile İntihar Düşüncesi Arasındaki İlişkide Öz Şefkat, Öz Tiksinme ve Sosyal Desteğin Aracı Rolünün İncelenmesi*.

- Peker, E. (2017). *Çocukluk çağı travmaları, yetişkinlik döneminde bağlanma biçimi ve öz anlayış arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Pınar, Ş. D. (2020). *Hemşirelik Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık ve Öz Şefkat Düzeylerinin Belirlenmesi*. Doktora Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Türkiye.
- Şimşek, N. S. (2019). *Lise Öğrencilerinde Öznel İyi Oluş ve Öz Şefkat Arasındaki İlişki*.
- Ünüvar, S. (2023). *Üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları ile beden imgesi baş etme stratejileri arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Vardar, Z. S. (2019). *Yetişkinlerde öz şefkat düzeyi ve kişilerarası bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Bahçeşehir Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmaz, B. (2018). *Obsesif kompulsif belirtiler, zihinsel kirlenme ve tikslenme ile cinsel doyum arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmaz, M. T. (2009). *Üniversite Öğrencilerinin Öz Anlayışları İle Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi, Konya.

**EK – 1: BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU**

Algılanan baba reddi, bireyin babasıyla olan ilişkisinde sıcaklık, şefkat, ilgi ve desteğin var olmadığı ya da belirgin şekilde esirgendiği; aslında bireyin bu ilişkiyi ne şekilde yorumladığı ile ilgilidir. Daha öncesinde yeme tutumu ve/veya yeme bozukluklarının dinamiklerine dair yapılan çalışmalar anne ile birey arasındaki ilişkiye odaklanmış olup son yıllarda yapılan çalışmalarda bireyin babası ile olan ilişkisinin de yeme tutumları ve/veya yeme bozukluklarının gelişimi üzerinde etkili olabileceği öne sürülmektedir.

Biz bu çalışmada bireylerin yeme tutumları üzerinde çocukluk ve ergenlik yıllarında baba ile kurulan ilişkinin niteliğinin ne düzeyde etkili olduğunu ve bu ilişki üzerinde kişinin kendine şefkat göstermesi anlamına gelen öz şefkat ve kişinin kendisine yönelik olan tikslenme duygusu anlamına gelen öz tikslenmenin ne düzeyde etkili olduğunu araştırmayı amaçlamaktayız. Bu çalışma sayesinde yeme bozukluklarının altında yatan nedenlerin ortaya konmasına katkı sağlanacak olup, sizlerin de katılımı sayesinde yeme tutumları ve yeme bozukluklarının tanı ve tedavi süreçlerinin geliştirilmesine katkı sağlanacaktır.

Araştırmada sizinle ilgili veriler Sosyodemografik Bilgi Formu, Yetişkinler İçin Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği (Baba Formu), Yeme Tutum Testi, Öz Şefkat Ölçeği ve Öz Tikslenme Ölçeği ile elde edilecektir. Sorularda doğru ya da yanlış, iyi ya da kötü cevap yoktur. Lütfen soruları nasıl olması gerektiğini düşünerek değil, sizin kendi düşüncelerinizi en iyi yansıtmaya çalışınız.

Formları doldurmanız yaklaşık 15 dakika sürecektir. Çalışmaya olan katılımınız tamamen gönüllülük esası çerçevesinde gerçekleşecektir. Araştırma sonucunda elde edilen veriler cevaplarınızın gizli tutulması kaydıyla sadece bilimsel yayınlarda kullanılacaktır. Eğer çalışmanın herhangi bir yerinde rahatsız hissederseniz ve çekilmeye karar verirseniz üzerinizde hiçbir baskı hissetmeden bunu yapma özgürlüğüne sahipsiniz.

Çalışmaya katılımınız için şimdiden teşekkür ederiz. Çalışma hakkında daha detaylı bilgi edinmek istediğiniz takdirde Antalya Bilim Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nda öğrenim görmekte olan araştırmacı Psk. Melis Nur Bahçeci ile [melis.bahceci@std.antalva.edu.tr](mailto:melis.bahceci@std.antalva.edu.tr) e-posta adresinden veya **0538 631 64 61** no'lu telefon numarasından iletişim kurabilirsiniz.

Lütfen çalışmaya katılmak için aşağıdaki kutucuğu işaretleyiniz.

*Okudum, anladım ve kabul ediyorum.*

**EK – 2: SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU**

Aşağıda yer alan bilgileri doldurunuz ve sizin için doğru olduğunu düşündüğünüz kutucukları işaretleyiniz.

**Katılımcı Bilgileri:**

- 1) Yaşınız: \_\_\_\_\_
- 2) Cinsiyetiniz: Kadın ( ) Erkek ( )
- 3) Medeni durumunuz: \_\_\_\_\_
- 4) Eğitim durumunuz:
  - İlkokul ( )
  - Ortaokul ( )
  - Lise ( )
  - Ön lisans ( )
  - Lisans ( )
  - Lisansüstü ( )

**Baba Bilgileri:**

- 1) Babanız sağ mı? Evet ( ) Hayır ( )  
Vefat ettiyse siz kaç yaşındayken? \_\_\_\_\_
- 2) Babanızın yaşı: \_\_\_\_\_
- 3) Babanızın eğitim durumu:
  - Okuryazar değil ( )
  - Okuryazar ( )
  - İlkokul mezunu ( )
  - Ortaokul mezunu ( )
  - Lise mezunu ( )
  - Ön lisans mezunu ( )
  - Lisans mezunu ( )
  - Lisansüstü ( )

**EK – 3: YETİŞKİN EBEVEYN KABUL RED ÖLÇEĞİ (BABA) – KISA FORMU**

**Yönerge:** Bu sayfada baba – çocuk ilişkisini içeren ifadeler bulunmaktadır. Bu ifadelerin babanızın size olan davranışlarıyla benzer olup olmadığını düşünün. Sonrasında “Hemen Hemen Her Zaman”, “Bazen Doğru”, “Nadiren Doğru”, “Hiçbir Zaman Doğru Değil” şıklarından sizin için en uygun olanı işaretleyin.

	<b>BABAM</b>	Hemen Hemen Her Zaman	Bazen Doğru	Nadiren Doğru	Hiçbir Zaman Doğru Değil
1	Benim hakkımda güzel şeyler söylerdi.				
2	Bana hiç ilgi göstermezdi.				
3	Benim için önemli olan şeyleri anlatabilmemi kolaylaştırırdı.				
4	Hak etmediğim zaman bile bana vururdu.				
5	Beni tam bir baş belası olarak görürdü.				
6	Kızdığı zaman beni cezalandırırdı.				
7	Sorularımı cevaplayamayacak kadar meşguldü.				
8	Benden hoşlanmıyor gibiydi.				
9	Yaptığım şeylerle gerçekten ilgilenirdi.				
10	Bana bir sürü kırıcı söz söylerdi.				
11	Ondan yardım istediğimde beni duymazlıktan gelirdi.				
12	İstenilen ve ihtiyaç duyulan biri olduğumu bana hissettirirdi.				
13	Bana çok ilgi gösterirdi.				
14	Beni kırmak için elinden geleni yapardı.				
15	Hatırlaması gerekir diye düşündüğüm önemli şeyleri unuturdu.				

16	Yanlış davrandığımda benden hoşlanmadığını hissettirirdi.				
17	Yaptığım şeylerin önemli olduğunu bana hissettirirdi.				
18	Yanlış bir şey yaptığımda beni korkutur veya tehdit ederdi.				
19	Benim ne düşündüğüme önem verir ve düşüncelerimi ifade etmemden hoşlanırdı.				
20	Ne yaparsam yapayım, diğer çocukların benden daha iyi olduğunu düşünürdü.				
21	İstenmediğimi bana belli ederdi.				
22	Beni sevdiğini belli ederdi.				
23	Onu rahatsız etmediğim sürece benimle ilgilenmezdi.				
24	Bana karşı yumuşak ve iyi kalpliydi.				

**EK – 4: YEME TUTUM TESTİ (YTT – 26) – KISA FORMU**

**Acıklama:** Bu ölçek, profesyonel dikkat gerektiren bir yeme bozukluğunuz olup olmadığını belirlemede size yardımcı olan bir tarama ölçeğidir. Bu tarama ölçeği yeme bozukluğu tanısı konulması veya profesyonel danışmanlığın yerini alması için geliştirilmemiştir. Aşağıda yer alan formu doğru, dürüstçe ve mümkün olduğunca eksiksiz doldurunuz. Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Tüm cevaplarınız gizli kalacaktır.

<b>A. Bölümü: Aşağıdaki soruları tamamlayınız.</b>						
1. Boyunuz:						
2. Şu anki kilonuz:						
3. En yüksek kilonuz (Hamilelik hariç):						
4. Yetişkinlikteki en düşük kilonuz:						
5. İdeal kilonuz:						
<b>B. Bölümü: Aşağıda yer alan her bir ifade için size uygun gelen bir şıkkı işaretleyiniz.</b>	<b>Daima</b>	<b>Çok sık</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Bazen</b>	<b>Nadiren</b>	<b>Hiçbir zaman</b>
1. Şişmanlamaktan ödüm kopar.						
2. Acıktığımda yemek yememeye çalışırım.						
3. Kendimi sürekli yemek düşünürken bulurum.						
4. Yemek yemeyi durduramadığımı hissettiğim zamanlar olur.						
5. Yiyeceğimi küçük parçalara bölerim.						
6. Yediğim yiyeceklerin kalorisini bilirim.						
7. Ekmek, patates, pirinç gibi yüksek kalorili yiyeceklerden kaçınırım.						
8. Başkaları, benim daha fazla yememi tercih ediyorlar gibi gelir.						

9. Yemek yedikten sonra kusarım.						
10. Yemek yedikten sonra aşırı suçluluk duyarım.						
11. Zayıf olma arzusu zihnimi meşgul eder.						
12. Egzersiz yaptığımda, harcadığım kalorileri düşünürüm.						
13. Başkaları çok zayıf olduğumu düşünür.						
14. Vücutumda yağ birikeceği (şişmanlayacağım) düşüncesi zihnimi meşgul eder.						
15. Yemeklerimi yemek, başkalarınınkinden daha uzun sürer.						
16. Şekerli yiyeceklerden kaçınırım.						
17. Diyet (perhiz) yemekleri yerim.						
18. Yaşamımı yiyeceğin kontrol ettiğini düşünürüm.						
19. Yiyecek konusunda kendimi denetleyebilirim.						
20. Yemek yeme konusunda başkalarının bana baskı yaptığını hissedirim.						
21. Yiyeceklerle ilgili düşünceler çok fazla zamanımı alır.						
22. Tatlı yedikten sonra rahatsız hissedirim.						
23. Diyet yaparım.						
24. Midemin boş olmasından hoşlanırım.						
25. Yemeklerden sonra içimden kusmak gelir.						
26. Şekerli, yağlı yiyecekleri denemekten hoşlanırım.						

**EK – 5: ÖZ ŞEFKAT ÖLÇEĞİ – KISA FORMU**

Lütfen aşağıdaki ifadeleri dikkatlice okuyunuz ve her bir ifadenin sizin için ne derece uygun olduğunu yanındaki rakamları kullanarak değerlendiriniz.

		<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Nadiren</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Genellikle</b>	<b>Her zaman</b>
<b>1</b>	Bir yetersizlik hissettiğimde, kendime bu yetersizlik duygusunun insanların çoğu tarafından paylaşıldığını hatırlatmaya çalışırım.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>2</b>	Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine ilişkin anlayışlı ve sabırlı olmaya çalışırım.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>3</b>	Bir şey beni üzdüğünde duygularıma kapılıp giderim.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>4</b>	Hoşlanmadığım yönlerimi fark ettiğimde kendimi suçlarım.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>5</b>	Benim için önemli olan bir şeyde başarısız olduğumda, kendimi bu başarısızlıkla yalnız hissederim.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>6</b>	Zor zamanlarımda ihtiyaç duyduğum özen ve şefkati kendime gösteririm.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>7</b>	Gerçekten güç durumlarla karşılaştığımda kendime kaba davranırım.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>

8	Başarısızlıklarımı insanlık halinin bir parçası olarak görmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
9	Bir şey beni üzdüğünde duygularımı dengede tutmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
10	Kendimi kötü hissettiğimde kötü olan her şeye kafamı takar ve onunla meşgul olurum.	1	2	3	4	5
11	Yetersizliklerim hakkında düşündüğümde, bu kendimi yalnız hissetmeme ve dünyayla bağlantımı koparmama neden olur.	1	2	3	4	5
12	Kendimi çok kötü hissettiğim durumlarda, dünyadaki birçok insanın benzer duygular yaşadığını hatırlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5
13	Acı veren olaylar yaşadığımda kendime kibar davranırım.	1	2	3	4	5
14	Kendimi kötü hissettiğimde duygularıma ilgi ve açıklıkla yaklaşmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
15	Sıkıntı çektiğim durumlarda kendime karşı biraz acımasız olabilirim.	1	2	3	4	5
16	Sıkıntı veren bir olay olduğunda olayı mantıksız biçimde abartırım.	1	2	3	4	5

17	Hata ve yetersizliklerimi anlayışla karşılarım.	1	2	3	4	5
18	Acı veren bir şeyler yaşadığımda bu duruma dengeli bir bakış açısıyla yaklaşmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
19	Kendimi üzgün hissettiğimde, diğer insanların çoğunun belki de benden daha mutlu olduklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5
20	Hata ve yetersizliklerime karşı kınayıcı ve yargılayıcı bir tavır takınırım.	1	2	3	4	5
21	Duygusal anlamda acı çektiğim durumlarda kendime sevgiyle yaklaşırım.	1	2	3	4	5
22	Benim için bir şeyler kötüye gittiğinde, bu durumun herkesin yaşayabileceğini ve yaşamın bir parçası olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
23	Bir şeyde başarısızlık yaşadığımda objektif bir bakış açısı takınmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
24	Benim için önemli olan bir şeyde başarısız olduğumda, yetersizlik duygularıyla kendimi harap ederim.	1	2	3	4	5
25	Zor durumlarla mücadele ettiğimde, diğer insanların daha rahat bir durumda olduklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5

<b>26</b>	Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine karşı sabırlı ve hoşgörülü değilimdir.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
-----------	---	----------	----------	----------	----------	----------

**EK – 6: ÖZ TİKSİNME ÖLÇEĞİ – REVİZE FORMU**

Lütfen aşağıdaki ifadeleri dikkatlice okuyunuz ve her bir ifadenin sizin için ne derece uygun olduğunu yanındaki rakamları kullanarak değerlendiriniz.

	Kesinlikle katılıyorum	Çoğunlukla katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Kararsızım	Kısmen katılmıyorum	Çoğunlukla katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
1. Kendimi itici bulurum.	1	2	3	4	5	6	7
2. Kendimle gurur duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
3. Kendi davranışlarımdan bıktım.	1	2	3	4	5	6	7
4. Bazen yorgun hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
5. Kendim olmaya katlanamam.	1	2	3	4	5	6	7
6. Başkalarıyla bir arada olmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
7. Pek çok yönden tiksindirici biriyim.	1	2	3	4	5	6	7
8. Kendimi çekici bulurum.	1	2	3	4	5	6	7
9. İnsanlar benden uzak durur.	1	2	3	4	5	6	7
10. Dışarıda zaman geçirmekten hoşlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
11. Davranışlarımdan hoşnutum.	1	2	3	4	5	6	7
12. Sosyal bir insanım.	1	2	3	4	5	6	7
13. Çoğu zaman bende tiksinti uyandıran şeyler yaparım.	1	2	3	4	5	6	7
14. Kendi görüntüme bakmaktan kaçınırım.	1	2	3	4	5	6	7
15. Kendimi bazen mutlu hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
16. İyimser bir insanım.	1	2	3	4	5	6	7
17. Davranışlarım diğer insanlarınki kadar düzgündür.	1	2	3	4	5	6	7
18. Kendi görüntüme bakmak beni rahatsız eder.	1	2	3	4	5	6	7
19. Bazen üzgün hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
20. Görünüşümü mide bulandırıcı bulurum.	1	2	3	4	5	6	7
21. Davranışlarım insanları benden uzaklaştıracak kadar iticidir.	1	2	3	4	5	6	7

**EK – 7: ETİK KURUL ONAYI**

T.C.

**ANTALYA BİLİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

<b>Karar No: 2022/55</b>	<b>SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KURULU KARARLARI</b>	<b>Karar Tarihi:07.12.2022</b>
--------------------------	--	--------------------------------

Antalya Bilim Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu Prof. Dr. Ömer TURUNÇ'un başkanlığında toplandı. Yapılan toplantıda aşağıdaki kararlar alındı.

1. Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencilerinden Melis Nur BAHÇECİ tarafından Etik Kurulumuza sunulan “**Kadın Bireylerde Algılanan Baba Kabul Reddi ve Yeme Tutumları: Öz-şefkat ve Öztiksinmenin Aracı Rollerinin İncelenmesi**” başlıklı çalışmada kullanılacak ölçme aracının fikri, hukuki ve telif hakları bakımından metot ve ölçeğine ilişkin sorumluluğun başvurucaya ait olmak üzere, Üniversitemiz Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi'ne uygun olduğunun kabulü ile ilgili çalışmaların gerçekleştirilmesinde etik ve bilimsel yönden sakınca bulunmadığına, sonucun Melis Nur BAHÇECİ'nin bildirilmek üzere Rektörlük Makamına arzına katılanların oybirliği ile karar verildi.

Prof. Dr. Ömer TURUNÇ  
Etik Kurul Başkanı

**KATILMADI**

Prof. Dr. Yusuf Mehmet ÖRNEK  
Etik Kurul Başkan Yardımcısı

Prof. Dr. İbrahim Sani MERT  
Etik Kurul Üyesi

**KATILMADI**

Prof. Dr. Mesut UYAR  
Etik Kurul Üyesi

Prof. Dr. Mehmet YUMRU  
Etik Kurul Üyesi

Prof. Dr. Fatma Bike KOCAOĞLU  
Etik Kurul Üyesi

Prof. Dr. A. Nizamettin AKTAY  
Etik Kurul Üyesi

Doğrulama Kodu: 2F79257

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Doğrulama Adresi: <https://ubs.antalya.edu.tr/BelgeDogrulama>