

T.C.
ANTALYA BİLİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**BELİREN YETİŞKİNLİK DÖNEMİNDE ALGILANAN EBEVEYNLİK
TUTUMLARI İLE DUYGUSAL YEME DAVRANIŞI ARASINDAKİ
İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ: YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİNİN
ARACI ROLÜ**

Rümeysa SEK

HAZİRAN 2023

ANTALYA

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

**KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**BELİREN YETİŞKİNLİK DÖNEMİNDE ALGILANAN EBEVEYNLİK
TUTUMLARI İLE DUYGUSAL YEME DAVRANIŞI ARASINDAKİ
İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ: YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİNİN
ARACI ROLÜ**

Rümeysa SEK

HAZİRAN 2023

ANTALYA

T.C.
ANTALYA BİLİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**BELİREN YETİŞKİNLİK DÖNEMİNDE ALGILANAN EBEVEYNLİK
TUTUMLARI İLE DUYGUSAL YEME DAVRANIŞI ARASINDAKİ
İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ: YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİNİN
ARACI ROLÜ**

Rümeysa SEK

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

Dr. Öğr. Üyesi Sezin ANDIÇ (Danışman)

Dr. Öğr. Üyesi Gizem SARISOY AKSÜT

Dr. Öğr. Üyesi Fatma Mahperi ULUYOL

Enstitü Müdürü

Prof. Dr. İbrahim Sani MERT

Tez Teslim Tarihi:/...../2023

BEYAN

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Beliren Yetişkinlik Döneminde Algılanan Ebeveyn Tutumları İle Duygusal Yeme Davranışı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi: Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Aracı Rolü” 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.

... / ... / 2023

Rümeysa SEK

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
ABSTRACT.....	ii
SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ	iii
TABLO LİSTESİ.....	iv
ŞEKİLLER LİSTESİ	v
EKLER LİSTESİ	vi
ÖNSÖZ	vii
1. GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Hipotezleri.....	2
1.3. Araştırmanın Amacı	2
1.4. Araştırmanın Önemi.....	3
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	3
1.6. Araştırmanın Varsayımları.....	3
1.7. Araştırmada Kullanılan Değişkenlerin Tanımları	3
2. KURAMSAL ÇERÇEVE	5
2.1. Duygusal Yeme Davranışı	5
2.1.1. Duygusal Yeme Davranışını Açıklamaya Yönelik Geliştirilen Kuramlar... ..	6
2.1.2. Duygusal Yeme Davranışına Etki Eden Mekanizmalar	7
2.1.3. Duygusal Yeme Davranışının Etiyolojisi.....	8
2.1.4. Duygusal Yeme Davranışı ve Yeme Bozuklukları	9
2.1.5. Duygusal Yeme Davranışı ile İlgili Yapılan Çalışmalar.....	10
2.1.5.1. Duygusal Yeme Davranışı ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ile İlgili Araştırmalar	10
2.1.5.2. Duygusal Yeme Davranışı ve Algılanan Ebeveyn Tutumları ile İlgili Araştırmalar	11
2.2. Algılanan Ebeveyn Tutumu	9
2.2.1. Duygusal Sıcaklık	13
2.2.2. Aşırı Koruyuculuk.....	13
2.2.3. Reddedicilik	14
2.3. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	15
2.3.1. Bağlanma ve Duygusal Yeme Davranışı	16
2.3.2. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Etiyolojisi	16

2.3.3.Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Epidemiyolojisi	17
2.2.4.Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve Algılanan Ebeveynlik Tutumları ile İlgili Çalışmalar	18
2.4. Beliren Yetişkinlik Dönemi	19
3.YÖNTEM.....	21
3.1. Araştırma Modeli	21
3.2. Evren- Örneklem	21
3.3. Veri Toplama Araçları	21
3.3.1. Demografik Bilgi Formu	21
3.3.2. Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği-Çocuk Formu... ..	22
3.3.3. Hollanda Yeme Davranışı Anketi (DEBQ)	22
3.3.4. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği	22
3.4. İşlem.....	23
3.5. Veri Analizi	23
4. BULGULAR.....	24
4.1. Demografik Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler	24
4.2. Duygusal Yeme, YAA ve KAET-Ç Alt Boyutları Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler.....	28
4.3. Normallik Analizi.....	26
4.4. Duygusal Yeme Alt Boyutu, YAAÖ ve KAET-Ç Ölçek Boyutlarının Cinsiyet Açısından Karşılaştırılması	26
4.5. Duygusal Yeme Davranışı, Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve Algılanan Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi	26
4.6. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi, Algılanan Ebeveyn Tutumları Alt Boyutlarının Duygusal Yemeyi Yordayıcı Analizi	28
4.7. Model Testlerine İlişkin Analizler	28
4.7.1. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Duygusal Yeme Davranışı İlişkisinde Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Aracılık Etkisinin Analizi	32
4.7.2. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Duygusal Yeme Davranışı İlişkisinde Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Aracılık Etkisinin Analizi.....	33
4.7.2.1. Anneye İlişkin Algılanan Reddedici Ebeveynlik Tutumu ve Duygusal Yeme Davranışı Arasındaki İlişkide Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Aracı Rolünün İncelenmesine Yönelik Bulgular	34
5. TARTIŞMA	35
5.1. Duygusal Yeme Davranışı, Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve Algılanan Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi	36

5.1.1. Duygusal Yeme Davranışı ve Algılanan Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi	37
5.1.2. Duygusal Yeme Davranışı ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	37
5.1.3. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	38
5.2. Duygusal Yeme Davranışını Yordayan Değişkenlerin Değerlendirilmesi	39
5.3. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Duygusal Yeme Davranışı Arasındaki İlişkide Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi	39
5.4. Cinsiyet Değişkenine göre Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve Duygusal Yeme Davranışı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi.....	42
6. SONUÇLAR, SINIRLILIKLAR VE ÖNERİLER	43
KAYNAKÇA	44
EKLER.....	58
EK 1: Bilgilendirilmiş Onam Formu.....	58
EK 2: Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi.....	59
EK 3: Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi.....	62
EK 4: Hollanda Yeme Alışkanlıkları Anketi (DEBQ)	64
EK 5: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği-Çocuk Formu	66
EK 6: Etik Kurul İzni	71

ÖZET

BELİREN YETİŞKİNLİK DÖNEMİNDE ALGILANAN EBEVEYNLİK TUTUMLARI İLE DUYGUSAL YEME DAVRANIŞI ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

Rümeysa SEK

Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Anabilim Dalı

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Sezin ANDIÇ

Haziran 2023; 79 sayfa

Bu çalışmanın temel amacı, beliren yetişkinlik döneminde algılanan ebeveynlik tutumları ile duygusal yeme davranışı ve yetişkin ayrılma anksiyetesi arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Çalışmanın örneklemini 407 (% 73,7) kadın, 145 (% 26,3) erkek, olmak üzere yaş aralığı 18-29 ve yaş ortalaması 23,39 (SS= 3,01) olan toplam 552 katılımcı oluşturmaktadır. Veri toplama amacıyla Demografik Bilgi Formu, Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları-Çocuk Formu (KAET-Ç), Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği (YAAÖ) ve Hollanda Yeme Davranışı Anketi (DEBQ) kullanılmıştır. Veriler bağımsız örneklem t-testi, Pearson korelasyon analizi, regresyon analizi ve yapısal eşitlik modellemesi aracılığıyla analizleri üzerinden incelenmiştir. Anne ve babaya ilişkin algılanan ebeveynlik tutumları alt boyutları ile duygusal yeme davranışı ve yetişkin ayrılma anksiyetesi arasında beklenildiği yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Yapılan regresyon analizleri sonucunda algılanan anne aşırı koruyuculuğu, algılanan anne/baba reddediciliği ve yetişkin ayrılma anksiyetesi değişkenlerinin duygusal yemeyi istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür. Cinsiyet, yaş, duygusal sıcaklık anne/baba, aşırı koruyucu anne/baba, reddedici anne/baba ve yetişkin ayrılma anksiyetesi değişkenleri ile oluşturulan model varyansın % 28'ini açıklamaktadır ($R^2 = .28$, $F(9, 542) = 29,748$, $p < .001$). Yapılan aracılık analizleri sonucunda ise aşırı koruyucu baba tutumu ile duygusal yeme davranışı arasındaki ilişkide yetişkin ayrılma anksiyetesinin tam aracı olduğu görülmüştür ($\beta = .03$, $p < .05$). Koruyucu ve önleyici ruh sağlığı çalışmalarına önemli katkılar sunacağı düşünülen bu çalışma ile duygusal yeme davranışının, yeme bozukluklarının gelişmesi ve sürdürülmesindeki rolünün anlaşılması ve yetişkin ayrılma anksiyetesi açısından ülkemiz literatürüne katkıda bulunulduğu düşünülmektedir.

ANAHTAR KELİMELELER: algılanan ebeveynlik tutumları, beliren yetişkinlik, duygusal yeme davranışı, yetişkin ayrılma anksiyetesi

JÜRİ

Dr. Öğr. Üyesi Sezin ANDIÇ

Dr. Öğr. Üyesi Gizem SARISOY AKSÜT

Dr. Öğr. Üyesi Mahperi ULUYOL

ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEIVED PARENTAL ATTITUDES AND EMOTIONAL EATING BEHAVIOR IN THE EMERGING ADULthood: THE MEDIATORY ROLE OF ADULT SEPARATION ANXIETY

Rümeysa SEK

MSc Thesis in Psychology

Supervisor: Asst. Prof. Dr. Sezin ANDIÇ

January, 2023: 79 pages

The main purpose of the current study is to examine the relationship between perceived parenting attitudes during emerging adulthood, emotional eating behavior and adult separation anxiety. The sample of this study consisted of 552 participants, 407 (73.7%) female and 145 (26.3%) male. The age of the participants ranged between 18 and 29 with a mean age of 23.39 (SD=3.01). The data were collected using the Demographic Information Form, the Abbreviated Parental Attitude Questionnaire-Child Form (APAQ-C), the Adult Separation Anxiety Scale (ASAS), and the Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ). The data were analyzed by using independent sample t-tests, Pearson correlation analysis, regression analysis, and mediation analysis through structural equation modeling. As hypothesized, there were significant relationships between the perceived parental attitudes (sub-dimensions of mother and father) and emotional eating behavior and adult separation anxiety. The results of the regression analyses indicated that the overprotective mother, rejecting mother/father and adult separation anxiety significantly predicted emotional eating. The model including the variables of gender, age, emotional warmth of mother/father, overprotective mother/father, rejecting mother/father, and adult separation anxiety accounted for 28% of the variance ($R^2 = .28$, $F(9, 542) = 29.748$, $p < .001$). The results of the mediation analysis showed adult separation anxiety fully mediated the relationship between overprotective father attitude and emotional eating behavior ($\beta = .03$, $p < .05$). This study, which is believed to make important contributions to protective and preventive mental health studies, contributes to understanding the role of emotional eating behavior as a risk factor in the development and maintenance of eating disorders, as well as adult separation anxiety in the country literature.

KEYWORDS: adult separation anxiety, emerging adulthood, emotional eating behavior, perceived parental attitudes

COMMITTEE:

Asst. Prof. Dr. Sezin ANDIÇ

Asst. Prof. Dr. Gizem SARISOY AKSÜT

Asst. Prof. Dr. Fatma Mahperi ULUYOL

SİMGELER VE KISALTMALAR

Simgeler

S.S.	: Standart sapma
N	: Toplam sayı
<i>p</i>	: Anlamlılık düzeyi
r	: Korelasyon katsayısı
β	: Regresyon katsayısı

Kısaltmalar

AAB	:Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu
APA	:American Psychological Association (Amerikan Psikoloji Birliği)
DSM	: The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı)
YAA	:Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi
YAB	:Yaygın Anksiyete Bozukluğu
TSSB	: Travma Sonrası Stres Bozukluğu
TYB	: Tıkanırçasına Yeme Bozukluğu
KAET-Ç	:Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Çocuk Formu

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 1. Demografik değişkenlere ilişkin betimleyici bulgular	24
Tablo 2. Duygusal yeme, KAET-Ç, YAAÖ normallik testi sonuçları.....	27
Tablo 3. Duygusal Yeme, YAA ve KAET-Ç alt boyutları puanlarına ilişkin betimsel istatistikler.....	27
Tablo 4. Duygusal yeme puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılması.....	28
Tablo 5. Yetişkin ayrılma anksiyetesi ölçeği puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılması	28
Tablo 6. KAET-Ç ölçeğinin alt boyutlarının cinsiyete göre karşılaştırılması.....	28
Tablo 7. Duygusal yeme davranışı, YAAÖ ve KAET-Ç Pearson korelasyon analizi ...	29
Tablo 8. Duygusal yemeyi yordayan değişkenler	30
Tablo 9. Aracılık analizinde yer alacak değişkenler tablosu	31
Tablo 10. Aracılık analizlerinin anlamlılık düzeyleri.....	35

ŞEKİLLER LİSTESİ

- Şekil 1.** Yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracılık rolüne ilişkin test edilecek model..... 3
- Şekil 2.** Yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracı rolüne ilişkin test edilen model 1..... 32
- Şekil 3.** Yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracı rolüne ilişkin test edilen model 2..... 33
- Şekil 4.** Yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracı rolüne ilişkin test edilen model 3..... 34
- Şekil 5.** Yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracı rolüne ilişkin test edilen model 4..... 35

EKLER LİSTESİ

EK 1. Bilgilendirilmiş Onam Formu	58
EK 2. Demografik Bilgi Formu	59
EK 3. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği.....	62
EK 4. Hollanda Yeme Davranışı Anketi	64
EK 5. Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği.....	66
EK 6. Etik Kurul Onayı	71

ÖNSÖZ

Tez süreci boyunca kapsayıcı ve yapıcı tavrı ile bu yolculuğu kolaylaştıran, bana yol gösteren, her daim destekleyen, mesleki gelişimim için bana fırsatlar sunan ve ilham olan, sıcak ve içten tavrı ile tüm yüksek lisans sürecimi destekleyen, ders ve tez sürecinde birlikte çalışabildiğimiz için kendimi şanslı hissettiğim ve benim için en önemlisi bu sürece birlikte başlayıp birlikte tamamlayabildiğimiz için sevgili hocam ve tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Sezin Andiç'e emekleri için kalpten bir teşekkür.

Lisans döneminden, yüksek lisans döneminin sonuna kadar duygusal ve akademik anlamda beni destekleyen, aramıza mesafeler girse bile mutlu olduğum anları ilk sırada paylaştığım, yüzündeki sıcacık gülümsemesi ile her zaman kalbimde kocaman bir yeri olan, değişim, dönüşüm ve gelişim için farkındalığımı her zaman arttıran, her konuşmamızda zihnimde yeni alanlar açan hem öğrencilik hayatımda hem de kişisel gelişimimde büyük emeği olan biricik hocam Dr. Öğr. Üyesi Sıla Demir'e teşekkür ederim.

Tez jürimde yer alarak geri bildirimleriyle sürece katkıda bulunan ve bu katkılarıyla güvende hissettiren hocalarım Dr. Öğr. Üyesi Gizem Sarısoy Aksüt'e ve Dr. Öğr. Üyesi F. Mahperi Uluyol'a teşekkür ederim.

Bu zamana kadar tüm eğitim hayatımı benim için değerli ve anlamlı kılan, isimlerini tek tek sayamayacağım ancak katkılarını asla yadsıyamayacağım ve unutamayacağım yaklaşımlarıyla ve süpervizyon sürecindeki katkılarıyla mesleki anlamda kapsayıcı, sınırları gözetken ve sağduyulu bir klinik psikolog olabilmem için bana yol gösteren hocalarıma çok teşekkür ederim

Bu hayattaki en büyük şanslarım, ilgilerini ve sevgilerini her zaman kalbimin en derininde hissettiğim, aldığım her kararda arkamda duran, motivasyon kaynağım olan, sevgi ve şefkatle beni sarıp sarmalayan, kendimi değerli hissettiren, arkamda bana inan gözlerle bakan biricik annem, en büyük destekçim Havva Sek'e, babam Ramazan Sek'e ve kardeşim Teoman Can Sek'e her zaman olduğu gibi hayatımın bu döneminde de yanımda oldukları için sonsuz teşekkür ederim.

Geriye dönüp baktığımda, deneyimlemiş olduğum en güzel zamanlarından biri olarak kalacağına emin olduğum yüksek lisans sürecini güzelleştiren, renklendiren, öngörebileceğimden çok daha ötesini yaşatan biricik "master grubuma" paylaştığımız her şey için teşekkür ederim. Paylaştığımız her anı, kazandığım en güzel dostluklardan olan bu süreçteki şansım Berfin Erenler ve Melis Bahçeci'ye koca bir teşekkür. Dinamik süpervizyon grubundaki tüm paylaşımlarımız, klinikte yüzümde kocaman gülümseme oluşturan anılarımız için Bengü Karakaya, Atakan Yücel ve Sezer Alan' a ayrı bir teşekkür.

Yüksek lisans dönemi hem akademik hem de kişisel kaynaklarımı geliştiren, farkındalığımı arttıran bir süreç oldu. Birçok iniş çıkış yaşadığım bu iki seneye neler sığdı, bir kısmını buraya anı olarak bırakmak istedim. Öğrenmenin, gelişmenin, değişimin, dönüşmenin ve yeni deneyimlerin hep benimle olası dileğiyle!

anneme...

1. GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Duygusal yeme, deneyimlenen yoğun duygularla başa çıkmada kullanılan bir yeme davranışıdır. Duygusal yeme davranışının, ebeveyn tutumu, heyecan, stres, öfke gibi değişkenlerle ilişkili olduğu alanyazında yer almaktadır (İnalcaç ve Arslantaş, 2018). Duygusal yeme davranışı Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı'nda (2013) henüz sınıflandırılmasa da yeme bozukluklarıyla önemli derecede ilişkili olduğunu ortaya koyan çalışmalar mevcuttur (örn. Echeverri-Alvarado ve ark., 2020; Masheb ve Grilo, 2006). Duygusal yeme davranışı, yeme bozukluklarının gelişmesinde bir öncül olabilmektedir (Pinaquy ve ark., 2003; Ricca ve ark., 2012). Alanyazında stres, anksiyete, depresif duygudurum, öfke gibi duyguların yemek yeme miktarını arttırmakta ya da azaltmakta rol oynadığı ortaya konulmuştur (Macht, 2008). Yapılan çalışmalar duygusal yeme konusunda çocukların, genç yetişkinlerin ve obez bireylerin riskli grupta olduğunu göstermektedir (İnalcaç ve Arslantaş, 2018). Riskli gruplar içerisinde yer alan genç yetişkinlerde anksiyete ve stres ile başa çıkmada bozulmuş yeme tutumları ön plana çıkmaktadır (Collins ve Bents, 2009). Aynı zamanda genç yetişkinlerde yeme bozukluklarının gelişmesinde anksiyete, depresyon ve stresin etkili olduğunu gösteren araştırmalar da mevcuttur (Johnston ve ark., 2007). Alanyazında duygusal yeme davranışı ve yeme bozukluklarının gelişmesine zemin hazırlayan bireysel özellikler, duygular ya da ebeveyn tutumları gibi birçok psikososyal değişkenin araştırma konusu haline gelmesi gerektiği öne sürülmektedir (Blouin ve ark., 1990; McManus ve Waller, 1995). Destekler şekilde, ebeveyn tutumları, çocukların seçimlerinde, tepkilerinde, davranışlarında, kişilik özelliklerinde ve yeme tutularında önemli rol oynamaktadır (Sivanathan ve ark., 2019). Alanyazında ebeveynlik ve aile içindeki etkileşimin çocuklarda duygusal yeme davranışının ortaya çıkmasında önemli bir etkiye sahip olduğunu ortaya koyan çeşitli çalışmalar da mevcuttur (örn. Eisenberg ve ark., 1999; Tophan ve ark., 2011). Van Strien'e (2018) göre de duygusal yeme davranışının gelişmesinde ebeveyn tutumlarının önemli bir rolü bulunmaktadır.

Yeme bozukluklarının oluşmasında ayrılma-bireyleşme sorunlarının rol oynayabileceği belirtilmektedir (Caparrotta, 2006). Klinik araştırmalar, yeme bozukluğu olan bireylerin erken dönemde anneden ayrılığa ilişkin aşırı duyarlılık geliştirmiş olduklarını göstermiştir (Sours, 1974). Ayrılma bireyleşmeye bağlı gelişen yeme bozuklukları, bozulmuş ebeveyn-çocuk ilişkilerinden kaynaklanabilmektedir (Bruch, 1973, 1978; Selvini-Palazzoli, 1978). Bununla birlikte alanyazında duygusal yeme ile ilgili yapılan araştırmalarda duygusal yeme davranışının erken dönemde ortaya çıkabileceği gibi yetişkinlik döneminde de ilk kez görülebileceği bilgisi de yer almaktadır (Macht ve Simons, 2011). Bu noktada evden ayrılma veya romantik ilişkinin bitmesi ile yeme bozukluğu belirtilerinin başlaması ve tekrarlaması arasında ilişki olduğu da çeşitli araştırmalarla desteklenmiştir (örn. Van der Broucke ve Vandereycken, 1986). Ayrılığa dair bir psikopatoloji olan ayrılma anksiyetesi, bağlanma figüründen ayrılma durumu veya beklentisiyle ortaya çıkan yoğun anksiyete yaşantısı olarak tanımlanmaktadır (APA, 2013). Yetişkin ayrılma anksiyetesi ise ilgili belirtilerin ilk kez yetişkinlik döneminde ortaya çıktığı durumları ifade etmektedir (Manicavasagar ve ark., 2010). Beliren yetişkinlik olarak isimlendirilen, bireyin yaşamında 18-29 yaş aralığı (Arnett, 2000) psikolojik sağlığı olumsuz etkileyebilecek aileden ayrılma, üniversiteye başlama,

akademik, sosyal ortamlar gibi çok farklı stres yaratabilecek faktörlere maruz kaldıkları bir dönemdir. Bu dönemde derin değişimler yaşanmaktadır (Arnett, 2000). Buradan hareketle beliren yetişkinlik dönemi, yetişkin ayrılma anksiyetesinin (Bögels ve ark., 2013; Faraji ve Özen, 2022) ve duygusal yeme davranışının (Amstrong ve Roth, 1989; Troisi ve ark., 2005) gelişiminde bir risk faktörü olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu doğrultuda yapılan araştırmada, beliren yetişkinlik döneminde algılanan ebeveyn tutumları, yetişkin ayrılma anksiyetesini ve duygusal yeme davranışını arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi ve ek olarak yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır.

1.2. Araştırmanın Hipotezleri

H1: Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde anneye ilişkin algılanan ebeveynlik tutumları ile yetişkin ayrılma anksiyetesini ve duygusal yeme davranışını arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler vardır.

H2: Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde babaya ilişkin algılanan ebeveynlik tutumları ile yetişkin ayrılma anksiyetesini ve duygusal yeme davranışını arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler vardır.

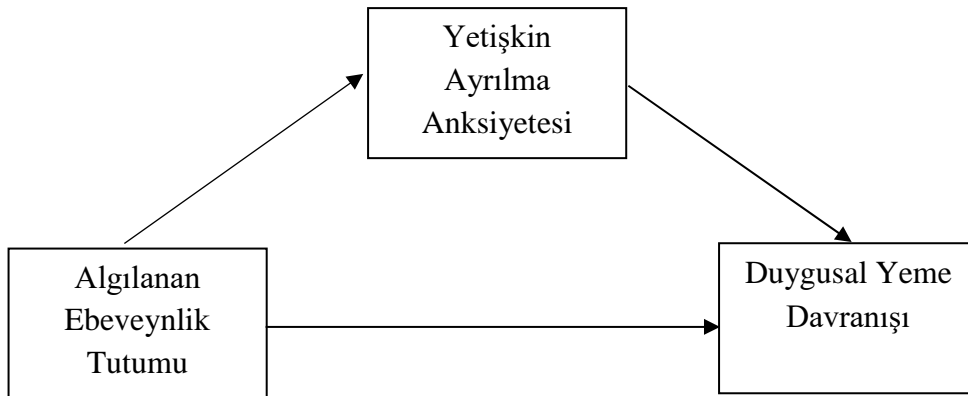
H3: Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde duygusal yeme davranışını ile yetişkin ayrılma anksiyetesini arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H4: Algılanan ebeveynlik tutumları alt boyutları ile yetişkin ayrılma anksiyetesini, duygusal yeme davranışını anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H5: Algılanan ebeveynlik tutumları ile duygusal yeme davranışını arasındaki ilişkide yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracılık rolü vardır.

1.3. Araştırmanın Amacı

Çalışmada beliren yetişkinlik döneminde algılanan ebeveyn tutumları ile yetişkin ayrılma anksiyetesini ve duygusal yeme davranışını arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Ek olarak yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracı rolünün incelenmesi de amaçlanmaktadır.



Şekil 1. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Aracılık Rolüne İlişkin Test Edilecek Model

1.4. Araştırmanın Önemi

Literatürde duygusal yeme kavramı ile ilgili kısıtlı çalışma bulunmaktadır. Bu sebeple duygusal yeme davranışının, algılanan ebeveynlik tutumları ve yetişkin ayrılma anksiyetesi arasındaki ilişkilerin araştırılması ile ileri araştırmalara da ilham olunacağı düşünülmektedir. Buna ek olarak duygusal yeme davranışının yeme bozukluklarının öncülü olabileceğine dair çalışmalar olduğundan bu davranışın daha iyi anlaşılmasının koruyucu ve önleyici ruh sağlığı çalışmaları için de önemli olacağı düşünülmektedir.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın verileri ölçme araçlarının ölçtüğü maddeler ile sınırlıdır. Veri toplama araçları öz bildirime dayalıdır. Yaşamın farklı gelişim dönemleri ile karşılaştırma imkânı bulunmamaktadır. Araştırma yeme bozukluğu riski ya da tanısı olan bir grup üzerinde değil normal örneklem üzerinde yürütülmüştür.

1.6. Araştırmanın Varsayımları

Araştırmaya katılan bireylerin ölçme araçları olan; Demografik Bilgi Formu, Hollanda Yeme Davranışı Anketi, Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği ve Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Çocuk Formu (KAET-Ç)'na samimi ve gerçekçi bir şekilde yanıt verdikleri varsayılmıştır.

Duygusal yeme davranışı, yetişkin ayrılma anksiyetesi ve algılanan ebeveyn tutumları kavramları bilimsel olarak ölçülebilen değişkenlerdir.

Tesadüfi örnekleme yöntemi ile araştırmaya katılan bireylerin, araştırma bulgularının genellenmek istendiği evreni temsil ettiği varsayılmaktadır.

1.7. Araştırmada Kullanılan Değişkenlerin Tanımları

Duygusal Yeme Davranışı: Duygusal yeme, olumsuz duygusal durumları geçici olarak hafifletmek amacıyla kaçınmacı bir başa çıkma aracı olarak yeme ile karakterize edilen düzensiz bir yeme davranışıdır (Vandewalle ve ark., 2014). Duygusal yeme davranışı, psikolojik bozukluklar açısından önemli bir risk faktörü olan duygu düzenleme becerilerinde eksiklik ile ilgili bir değişkendir (Evers ve ark., 2010).

Algılanan Ebeveyn Tutumu: Algılanan ebeveyn tutumu, ebeveynlerin çocuklarına karşı düşünce yapılarının, bakış açılarının, çocuğa karşı sergiledikleri davranışların çocuk tarafından nasıl algılandığının bir yansımasıdır. Ebeveyn tutumları ile çocukların seçimlerinde, tepkilerinde, davranışlarında, kişilik özelliklerinde ve yeme ilişkisi bulunmaktadır (Sivanathan ve ark., 2019).

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi: Yetişkin ayrılma anksiyetesi, bağlanma figüründen ayrılma veya ayrılma beklentisinden kaynaklanan aşırı endişe duyma; kaygılanma durumudur (Manicavasagar ve ark., 2010). Ayrılık anksiyetesi gösteren yetişkinler bağlanma figürlerinin (genellikle romantik bir eş veya evladının) zarar göreceğine ilişkin güçlü korku yaşarlar. Bu sebeple onlara yakın temas halinde kalmak için yoğun çaba sarf ederler (Pini ve ark., 2010).

2. KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde öncelikle duygusal yeme davranışı, algılanan ebeveyn tutumları ve yetişkin ayrılma anksiyetesine ilişkin literatür ve ilişkili araştırmalarla alan yazını bilgisine yer verilecektir. Beliren yetişkinlik döneminde olan grupla yürütülen bu çalışmanın daha iyi yorumlanabilmesi için beliren yetişkinlik dönemine ait bilgiler verilecektir.

2.2. Duygusal Yeme Davranışı

Deneyimlenen duygusal durumlar, yeme tutum ve davranışlarında değişikliklere yol açabilmektedir. Duyguları temel alan yaklaşımlar, duyguların çeşitli rolleri olduğunu vurgular. Buna karşılık duyguların, yeme davranışı üzerindeki rolüne ilişkin net açıklamalar bulunmamaktadır (Plutchik, 1984). Duygular ve yeme davranışları arasındaki ilişki, yeme davranışı sırasında daha sık meydana gelme ve yeme davranışı üzerinde fizyolojik ve davranışsal değişikliğe yol açmayla açıklanabilmektedir (Macht, 2000). Umutsuzluk, yalnızlık, anksiyete, endişe, stres, pişmanlık, korku, mahcubiyet gibi duyguların yeme miktarını arttırdığına ilişkin çalışmalar mevcuttur (örn. Lyman, 1982; Macht, 1999; Macht ve ark., 2002). Yoğun duygusal uyarılma ile yeme miktarı arasında ilişki olduğunu ortaya koyan çalışmalara da rastlanmıştır (Robbins ve Fray, 1980). Duygusal yeme, duygu kaynaklı gelişen bir yeme davranışıdır. Duygusal yeme davranışının olumsuz duygularla başa çıkmada duygu düzenleme aracı olarak kullanıldığı farklı araştırmacılar tarafından ifade edilmiştir (örn., Bruch, 1973; Kaplan ve Kaplan, 1957). Alanyazına bakıldığında duygusal yeme davranışı için riskli gruplar arasında çocuk, ergen ve obez bireyler olduğu görülmektedir (İnalkaç ve Arslantaş, 2018). Aşırı kilolu ve/veya obez bireylerde duygusal yeme davranışının gözlemlenme oranının %60'ın üzerinde olduğu raporlanmıştır (Denke ve ark., 2018). APA'nın ABD'de yürüttüğü bir stres araştırmasında yetişkin katılımcıların %38'i son bir ay içinde, %49'u son bir hafta içinde duygusal yeme davranışında bulduklarını bildirmişlerdir (Denke ve ark., 2018). Duygusal yeme davranışının, ergenlerde çocuklara oranla daha sık gözlemlendiği literatürde yer almaktadır (Bennett ve ark., 2013; Pearson ve ark., 2012; Wardle ve ark., 1992). Bu bağlamda ergenlik döneminin doğası düşünüldüğünde, bedenle ilgili sorunların ve düzensiz yeme davranışlarının ortaya çıkması ve gelişmesinde risk faktörü oluşturduğu çeşitli çalışmalarla da ortaya konulmuştur (örn. Helfert ve Warschburger, 2013; Neumark-Sztainer ve ark., 2011; Stice, 2002). Ergang ve arkadaşlarının (2019) yapmış olduğu çalışmada, bebeklik döneminde algılanan anne bakımının, daha sonraki yeme davranışının önemli bir yordayıcısı olabileceği gösterilmiştir. Ebeveynlerin çocuklarıyla etkileşimlerinde tüm dikkat ve ilgilerini çocuklarına yönelttiğinde bu durumun çocukları duygusal olarak daha desteklenmiş hissettirdiği, dolayısıyla duygusal olarak desteklenen çocukların, olumsuz duygularla başa çıkmak için telafi edici davranışlara örneğin yemek yemeye daha az gereksinim duyacakları ileri sürülmektedir (Ergang ve ark., 2019). Sheffield ve arkadaşlarının (2006) yapmış olduğu çalışmada, yeme bozukluğu olan hastaların daha yüksek düzeyde olumsuz ebeveynlik deneyimleri bildirdiği ortaya konulmuştur. Alanyazında algılanan ebeveynliğin yeme bozukluklarında eşlik eden davranışlarla (örn. dürtüsellik) veya daha genel psikopatolojiyle (örn. anksiyete ve depresyon) ilişkisine dair kısıtlı araştırma bulunmaktadır, bu açıkça bir araştırma alanıdır (Sheffield ve ark., 2006).Yapılan araştırmalarda anksiyete bozukluklarının yeme bozukluklarının gelişimine zemin hazırladığı ortaya konulmuştur (Bulik, 2003). Anksiyete bozukluklarının yeme

bozukluklarının gelişmesinde aracı rolü olduğuna ilişkin çalışmalara da rastlanmıştır (örn. Kaye ve ark., 2004). Sekiz ile onsekizyaş aralığındaki çocuk ve ergen obez bireylerle gerçekleştirilen çalışmada yeme üzerindeki kontrol kaybı, anksiyete ve depresyonun duygusal yeme davranışı ile ilişkisi incelenmiştir. Anksiyete düzeyindeki artışın, duygusal yeme davranışı ve yeme üzerindeki kontrol kaybıyla ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Goossens ve ark., 2009). Alanyazında yer alan farklı çalışmalarda da anksiyete ve depresyonun duygusal yeme ile ilişkili olduğu desteklenmiştir (örn. Eddy ve ark., 2007; Goossens ve ark., 2009; Guerrini Usubini ve ark., 2022; Ouwens ve ark., 2009).

Duyguların yeme üzerindeki etkileri detaylı bir biçimde incelenmiştir ancak duyguların değişken olması nedeniyle, belirli bir grup insanda bir duygunun yemeyi nasıl etkilediğini tahmin etmek hala güçtür (Laitinen ve ark., 2002). Farklı duyguların duygusal yeme davranışı üzerindeki etkilerini anlamak çoğu zaman birtakım zorlukları beraberinde getirmektedir (Macht, 2008). Bu sebeple duygusal yeme davranışını açıklamak için bazı kuramlar geliştirilmiştir. Duygusal yeme davranışının özellikle kilo alma üzerindeki etkisi, kilo vermeye yönelik tedaviler esnasında olumsuz bir öge olarak görüldüğünden geliştirilen kuramların obezite üzerinden yürütüldüğü görülmektedir (Sevinçer ve Konuk, 2013).

2.2.1. Duygusal Yeme Davranışını Açıklamaya Yönelik Geliştirilen Kuramlar

Yeme davranışı ve duygular arasındaki ilişki obezite litetarürüne dayanmaktadır. Bu sebeple geliştirilen ilk kuramların obez bireylerde aşırı yeme davranışını açıklamaya yönelik olduğu görülmektedir (Canetti ve ark., 2002). Psikosomatik kuram, aşırı yeme davranışının bireyin olumsuz duygudurumuna karşı duygusal rahatlama sağlamak ve anksiyete düzeyini azaltmak için ortaya çıktığını savunan bir yaklaşımdır (Canetti ve ark., 2002). Bu yaklaşım duygusal yeme davranışında bulunan obez bireylerin, duygularıyla ilgili farkındalığa sahip olmadığını ve duygulanımlarını anlamlandıramadıklarını öne sürer. Psikosomatik yaklaşıma göre duygusal yeme davranışında bulunan bireyler, açlık-tokluk hissine bir yanıt olarak değil duygulanımlarına bir yanıt olarak yemek yeme davranışında bulunurlar (Ouwens ve ark., 2003). Bruch, (1997) ise erken dönemde açlık-tokluk deneyimlerinin doğru değerlendirilememesinin söz konusu olduğuna dikkat çekmiştir. Bakım verenin çocuğun ihtiyaçlarını karşılamadaki yanlış tutumunun, çocuğun beslenme ve diğer bedensel gereksinimlerinin giderilmesinde yaşanan deneyimleri hatalı değerlendirmesine yol açabileceğini ifade etmiştir. Erken dönemdeki hatalı deneyimler, açlık-tokluk hislerini anlamada iç içe geçmeye neden olurken bu bireyler ne tok olduklarının ne de aç olduklarının farkına varamazlar. Dış uyaranların yönlendirmesiyle duygusal yeme davranışında bulunurlar. Aynı zamanda yemek yeme isteğini olumsuz duygulardan bir kaçış aracı olarak kullandıkları konusunda farkındalıkları olmayabilir. Sonuç olarak psikosomatik yaklaşıma göre bireyler, duygusal gerginlik ve rahatsızlık verici duygulara yanıt olarak duygusal yeme davranışı gösterdikleri söylenebilir (Bruch, 1941; Schachter, 1968).

Kaplan ve Kaplan'ın (1957) geliştirmiş olduğu obezite kuramına göre ise obez bireylerin, endişeli hissettiklerinde aşırı yeme davranışında bulunabilecekleri öne sürülmektedir. Yeme davranışının anksiyete düzeylerini düşürmek amacıyla gerçekleşebileceği vurgulanmaktadır (Canetti ve ark., 2002). Obes bireylerde açlık hissi ve anksiyete arasında ayırım yapmada zorluk yaşanabilmektedir. Bireyler açlığa yanıt

olarak yeme davranışında buldukları gibi anksiyeteye de bir yanıt olarak yeme davranışında bulunmayı öğrendikleri ve anksiyete düzeyini azaltmak için geliştirilen kompulsif yeme davranışının obeziteye yol açabileceği ifade edilmektedir (Ruderman, 1983).

Duygusal yeme davranışının olumsuz durumlardan kaçış aracı olarak kullanılması kaçış kuramı ile açıklanmaktadır (Heatherton ve Baumeister, 1991). Birey, bütünlüğünü bozacak, tehdit oluşturan bir durumla karşılaştığında ya da odağını bu durumdan farklı bir tarafa çevirmek istediğinde aşırı yeme davranışında bulunabilir (Spoon ve ark., 2007). Bununla birlikte bireylerin olumsuz duygu yaratan durumlar ve duygulardan kaçmak istediğinde ya da stres yaratan durumlarla baş etmek için duygusal yeme davranışında bulunduğunu fakat sonucunda bu davranışın sorunlu bir duruma dönüştüğü görüşleri savunulmaktadır (Sevinçer ve Konuk, 2013). Spoon ve arkadaşlarının (2007) yapmış olduğu çalışmada bozulmuş yeme tutumları, tıkanırcasına yeme davranışı ve sık diyet yapmanın duygu yönelimli ve kaçınmanın kullanıldığı baş etme biçimleri ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Duygusal yeme davranışını açıklayan bir diğer yaklaşım olan hedonik yeme ile şekerli gıda tüketiminin bireyin duygudurumundaki olumlu etkisinin duygusal yeme davranışı olarak yansması ifade edilmektedir (Macht ve Simons, 2011). Hedonik yeme, gıdaların haz vermesi ve hoş tatları nedeniyle tüketilmesini açıklayan bir yaklaşımdır. Hedonik yeme davranışına göre birey, lezzetli gıdaları tüketmeye yönelik yoğun istek duyar ve bu gıdaları tüketmekten zevk alması sebebiyle bunu tekrarlar. Bu durumda duygusal açıdan iyi hissetme ile sonuçlanır. (Lutter ve Nestler, 2009).

2.2.2. Duygusal Yeme Davranışına Etki Eden Mekanizmalar

Duygusal yeme davranışı üzerinde fizyolojik ve psikolojik mekanizmaların yanı sıra her iki mekanizmanın da etkisinin olabileceğine ilişkin görüşlere rastlanmıştır. Duygusal yeme davranışının açıklanması konusundaki farklı görüşler altta yatan mekanizmaların farklılık ve çeşitlilik taşıdığı yönündedir. Çoğunlukla yemenin bireyin duygudurumunda olumlu etkiler yaratan fizyolojik değişimlerinden söz edilmektedir. Örneğin, karbonhidrat açısından zengin öğünlerin duygusal olarak kararsız katılımcılarda yeme sonrası duygusal durumun iyileşmesine ve stres tepkilerinde değişime yol açtığı ortaya konulmuştur (Macht, 2008). Bu değişim yemeden kaynaklı serotonin seviyesinin artmasıyla açıklanmıştır (Wurtman, 1982). Bu sayede besin alımından sonra serotonin seviyesindeki artış bireyin duygudurumunda da bir iyileşme sağlamaktadır. Macht ve Simons'ın (2011) yapmış olduğu bir çalışmada, yüksek düzey karbonhidrat ve düşük düzey protein tüketen bireylerin yüksek düzey protein tüketenlere oranla daha az stresli hissettikleri ortaya konulmuştur.

Yapılan çalışmalarda şekerli gıdaların bireyin duygudurumunu olumlu yönde etkilediği görülmektedir (Steiner, 1977). Bebeklerle yapılan bir çalışmada bebeklerin şekerli gıda alımı sonrasında yüzlerinde neşeli ve rahatlamış bir ifade olduğu raporlanmıştır (Macht ve Simons, 2011). Şekerli gıda tüketimi üzerine yetişkinlerle gerçekleştirilen başka bir çalışmada ise katılımcılara dramatik bir film izletilmiştir. Filmin ardından katılımcıların çoğunun su içmek yerine çikolata yemeyi tercih ettikleri görülmüştür (Macht ve Müller, 2007). Aynı deneyi iki farklı lezzette çikolata ile tekrarlayan araştırmacılar katılımcılardan seçim yapmalarını istemiştir. Katılımcılar daha

lezzetli olan çikolatayı seçmiştir. Araştırmanın sonucunda daha lezzetli olan çikolatanın duygudurumu olumluya çevirmede daha etkili olduğu saptanmıştır (Macht ve Müller, 2007).

Duygusal yeme davranışı, daha önce fizyolojik ya da psikolojik mekanizmalar ile açıklanmaya çalışılmıştır. Bu mekanizmalar duygusal yeme davranışına tek bir perspektiften açıklama getirmiştir. Macht'in (2010) Üç Aşama Modeli'nde ise bu mekanizmalar bir arada incelenmiştir. Modele göre duygusal yeme davranışının üç aşaması vardır. Bunlar; hedonik yeme mekanizmaları, enerjiyi arttıran fizyolojik mekanizmalar ve nörokimyasal mekanizmalardır. İlk aşamada, hedonik mekanizmanın etkisi bulunur. Duygudurumunu olumlu yöne çevirmek için ara sıra az miktarda yiyecek veya tatlı atıştırmalıklar tüketilir. Az miktarda çikolata gibi şekerli besinler olumsuz duygudurumu biraz olsun olumlu tarafa çekmek için yeterlidir (Macht ve Müller, 2007). Duygusal yeme davranışında bulunan bireylerin duygudurumlarını düzenlemek için bütün bir öğünü alışkanlık edinerek tükettikleri ikinci aşamada, hazcı mekanizmaya ek olarak fizyolojik mekanizmalar devreye girer. Enerji seviyelerinde artış gözlemlenir, gerginlik ve yorgunlukta azalma olur (Macht ve Dettmer, 2006). Son olarak üçüncü aşamada, büyük miktarlarda yoğun enerjili besinlerin kompulsif biçimde tüketimi, duygusal aşırı yemeye ek olarak nörokimyasal veya nöroendokrin etkilere yol açar (Macht, 2010).

2.2.3. Duygusal Yeme Davranışının Etiyolojisi

Duygusal yeme davranışının nedenlerini açıklamaya yönelik literatürde kısıtlı araştırma mevcuttur. Çoğunlukla alanyazında yer alan çalışmaların yeme bozukluklarını açıklamaya yönelik gerçekleştirildiği görülmektedir (örn. Bruch, 1973; Caparrotta, 2006). Mahler'in ayrılma-bireyleşme kuramına göre erken dönemdeki ayrılıklar bebek için psikolojik ve fiziksel bir tehdit olarak algılanır (Mahler ve ark., 1975). Anne bu tehdit algısı karşısında bebeğini sakinleştirmek amacıyla yemeyi kullandığı noktalarda ayrılığa ilişkin duygular, beslenme ile bağlantılandırılmış olabilir (Glucksman ve ark., 1978). Bu nedenle, ayrılma veya terk edilme tehdidi ile beslenme arasında kurulan bağlantı erken dönemde başlayabilir ve ileriki gelişim dönemlerinde de devam edebilir. Aynı zamanda erken gelişim dönemlerinde yaşanan zorlukların ileriki dönemlerde psikopatolojilerin oluşmasına zemin hazırladığı bilinmektedir (Güvenir ve Taş, 2008). Yeme bozukluklarının oluşmasında ayrılma-bireyleşme sorunları ile empatik anne aynalamasındaki eksikliklerin rol oynayabileceği savunulmaktadır (Caparrotta, 2006). Gelişimin erken dönemlerinde başlayan duygusal yoksunluk veya aşırılıklar obez bireylerin beslenmeleri ile ilişkilendirilmiştir. Örneğin, obezite eğilimi olan çocukların anneleri, çocuklarının beslenme ihtiyaçlarını yanlış bir şekilde karşılayabilmektedir. Bunun sonucunda obez bireylerde açlık-tokluk ve duygular arasında ayırım yapma gelişmemektedir (Bruch 1973). Sıklıkla obez bireylerin kayıp veya stresle karşı karşıya kaldıklarında yemek yemeleri gözlemlenir (Kaplan ve Kaplan 1957). Bruch (1973) bireylerin bozulmuş yeme tutumlarının olası kökenine atıfta bulunarak, bakım verenin çocuğun ihtiyacına yanıt verirken genellikle annenin ihtiyaç duyduğunu hissettiği şeye göre hareket ettiğini vurgulamıştır. Devamlı olarak duygusal olarak uyarıldıklarında ve aç olmadıkları halde yemeye zorlanan çocuklar, yaşamlarının ilerleyen zamanlarında zorlayıcı duygusal durumlarla başa çıkmada yemek yemeyi kullanabilir. Bu öğrenme geçmişiyse bireyler duygusal ve kişilerarası problemleri çözmek için işlevsel olmayan yeme tutumlarında bulunabilir (Macht ve Simons, 2011). Van Strien'e (2018) göre de

duygusal yeme davranışının gelişmesinde ebeveyn tutumlarının rolü bulunmaktadır. Fakat duygusal yeme davranışı, erken dönemde ortaya çıkabileceği gibi yetişkinlik döneminde de ilk kez görülebilir (Macht ve Simons, 2011). Dolayısıyla, etiyolojik faktörleri erken dönemdeki bakım veren-bebek etkileşimleriyle sınırlamak mümkün değildir. Kültürel etkiler de duygusal yeme davranışının ortaya çıkmasında rol oynayabilir (Macht ve Simons, 2011). Thayer, (2001) yapmış olduğu çalışmada, modern toplumlarda artan stres ile birlikte yoğun enerjili besinlerin artan çeşitliliğinin birleşiminin duygusal yeme davranışına yol açabileceğini savunmuştur (Macht ve Simons, 2011).

Duygusal yeme davranışının gelişmesinde, etiyolojik faktörlerden bir diğeri ise depresif duyguların ve beyindeki serotonerjik sistemin rolüdür. Düşük serotonerjik beyin aktivitesinin artan iştah ve kilo ile ilişkili olduğuna ilişkin araştırma sonuçlarına rastlanmıştır (örn., Hariri ve Holmes, 2006).

2.2.4. Duygusal Yeme Davranışı ve Yeme Bozuklukları

Duygusal yeme davranışı, olumsuz duygularla başa çıkmak için kullanılan ve aşırı yeme eğilimi ile baş etme biçimlerinden biridir (Pinaquy ve ark., 2003). Duygusal yeme davranışı ile yeme bozuklukları arasındaki ilişki alanyazında yapılan çeşitli çalışmalarla ortaya konulmuştur (örn. Eldregde ve Agrad, 1996). Bulimia nervosa çoğunlukla, depresyon ve stres sebebiyle normalden daha çok yiyeceği kontrol dışı bir biçimde hızlı yeme ve kusma, aç kalma, aşırı egzersiz yapma gibi telafi edici davranışlarla karakterizedir (Morrison, 2019). Duygusal yeme davranışını araştıran ilk çalışmaların, bulimia hastalarının aşırı yeme davranışlarından yola çıkarak duyguların yeme davranışı üzerindeki etkisini incelediği ve duygusal yeme davranışı ile tıkanırcasına yeme atakları arasında bir ilişki bulunduğu bilinmektedir (Sevinçer ve Konuk, 2013).

Eldregde ve Agrad'ın (1996) yapmış olduğu çalışmada duygusal yemenin tıkanırcasına yeme ataklarında rol oynadığı ortaya konulmuştur. Tıkanırcasına yeme bozukluğuna (TYB) sahip grup, kontrol grubuna kıyasla olumsuz duyguduruma yanıt olarak anlamlı düzeyde daha fazla yeme eğilimi göstermiştir (Eldregde ve Agrad, 1996). Destekler şekilde, yapılan bazı deneylerde olumsuz duyguların, tıkanırcasına yeme bozukluğu ve bulimia nervozada tıkanırcasına yeme eğilimini arttırdığı ortaya konulmuştur (Agrad ve Telch, 1998; Cattanaç ve ark., 1988; Chua ve ark., 2004; Gluck ve ark., 2004; Telch ve Agrad, 1996). Bu doğrultuda, yeme bozukluklarının sürmesinde duygusal yeme ve tıkanırcasına yeme davranışlarının birbiriyle güçlü ilişkilerinin olduğu söylenebilir (Pinaquy ve ark., 2003). TYB, kısa bir zaman içerisinde normalden fazla miktarda yiyeceği tekrarlayan biçimde yiyen ve bulimia nervozadaki gibi telafi davranışında bulunmayan aşırı kilolu ya da obez bireyleri tanımlar (Pinaquy ve ark., 2003). Biyolojik faktörlerle de ilişkisi bulunan bu durum genellikle diyetin bozulmasıyla başlar. Tıkanırcasına yeme davranışında birey üzgün ya da anksiyeteli hissettiğinde lezzetli, çok yağlı, şekerli ve tuzlu yiyecekler yiyip kendini suçlu hisseder. Hızlı yemek yemek doygunluk hissini engellemektedir ve bu da rahatsız edici bir hisse yol açmaktadır (Morrison, 2019). TYB gelişmesinde etkili olan değişkenlerin belirlenmesi amacıyla yapılan bir araştırmada duygusal yeme davranışı anlamlı bir yordayıcı olarak bulunmuştur (Pinaquy ve ark., 2003). TYB, Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı DSM-IV'te daha çok çalışma yapılmasına ihtiyaç bulunduğu belirtilerek ileri araştırmaların yapılmasının önerildiği bölümde yer almıştır (Morrison, 2019). DSM-5'te

resmi olarak yayımlanan TYB'nin tanı kriterlerinde, bireyin yeme üzerindeki kontrolünü yitirerek, bir seferde normalden çok daha fazla yiyeceği tıkanırcasına tüketmesi şeklinde ifade edilmiştir. Bu dönemde bireyin, gerçek açlık hissini deneyimlemeden hızlı ve yüksek miktarlarda yediği, tıkanırcasına yeme davranışının bireyde suçluluğa, depresyona, yalnız başına yemek yeme isteğine yol açtığı, ancak aşırı yeme davranışını telafi edici davranışlarda ise bulunmadığı ifade edilmektedir (Morrison, 2019). TYB, obezite tedavisi arayan bireylerin %20 ile %30'unu etkileyen yaygın bir psikopatoloji olarak raporlanmıştır (Devlin ve ark., 1992).

2.2.5. Duygusal Yeme Davranışı ile İlgili Araştırmalar

2251. Duygusal Yeme Davranışı ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ile İlgili Araştırmalar

Literatürde anksiyete bozuklukları ve yeme bozuklukları arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar mevcuttur (örn. Arnow ve ark., 1992; Arnow ve ark., 1995; Braun ve ark., 1994; Bulik ve ark., 1997; Bulik, 2003; Hinrichsen ve ark., 2007). Anksiyetenin yeme bozukluklarının gelişimindeki rolü çeşitli çalışmalarla incelenmiştir (örn. Arnow ve ark., 1992; Arnow ve ark., 1995; Hinrichsen ve ark., 2007). Stres ve anksiyetenin duygusal yeme davranışının artış göstermesinde etkilerinin olduğunu ortaya koyan çalışmalara rastlanmıştır (örn. Grilo ve ark., 2009; Schneider ve ark., 2010). Yeme bozuklukları, anksiyete ve duygudurum bozukluklarının birlikte görülebileceğine ilişkin klinik ve epidemiyolojik çalışma sonuçları bulunmaktadır (örn. Hudson ve ark., 1983; Hudson ve ark., 1987; Kendler ve ark., 1991; Laessle ve ark., 1987; Walters ve Kendler, 1995). Diğer taraftan, yeme bozuklukları olan bireylerde artan depresyon ve anksiyete belirtileri olduğu da ortaya konulmuştur (örn. Rowe ve ark., 2002). Benzer şekilde, yeme bozukluğu olan hastalarda sosyal anksiyete ve agorafobinin daha yaygın olarak görüldüğünü bildiren araştırmalara da rastlanmıştır (örn., Hinrichsen ve ark., 2007).

Yapılan bazı araştırmalar geç ergenlikteki yeme bozukluklarının, erken dönemdeki ayrılma-bireyleşmede yaşanan zorluklarla ilişkili olabileceğini ortaya koymuştur (örn., Armstrong ve Roth, 1989; Troisi ve ark., 2005). Ayrılma bireyleşmeye bağlı gelişen yeme bozuklukları, bozulmuş ebeveyn-çocuk ilişkilerinden kaynaklanabilmektedir (Bruch, 1973, 1978; Selvini-Palazzoli, 1978). Ayrılma ve bağlanma sorunları, özellikle anoreksiya nervoza başta olmak üzere yeme bozukluklarında önemli rol oynayan bir faktör olarak tanımlanmıştır. Klinik araştırmalar, yeme bozukluğu olan bireylerin erken dönemde anneden ayrılığa karşı aşırı bir duyarlılık geliştirmiş olduklarını göstermiştir (Sours, 1974). Evden ayrılma veya romantik ilişkinin bitmesi ile yeme bozukluğu semptomlarının başlaması ve tekrarlaması arasında ilişki olduğu araştırmalarla desteklenmiştir (Van der Broucke ve Vandereycken, 1986). Yeme bozukluğu olan bireylerin, psikopatolojik ayrılma davranışlarının erken dönemde ayrılma-bireyleşme aşamasını başarıyla tamamlayamamanın bir sonucu olabileceği öne sürülmüştür (Sugarman ve ark., 1981). Alexander ve Siegel'in (2014) yapmış olduğu çalışmada bağlanma anksiyetesi ile duygusal yeme davranışı arasında anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır. Benzer şekilde, Zysberg (2018) yapmış olduğu çalışma da anksiyete ile duygusal yeme davranışının pozitif yönde ilişki gösterdiğini ortaya koymuştur.

2.3. Algılanan Ebeveyn Tutumu

2.3.1. Bağlanma Kuramı

Bağlanma, iki birey arasındaki duygusal bağ olarak ifade edilir (Santrock, 2015). Bowlby'nin (1973) bağlanma kuramına göre bebekler, bakım verenleri ile deneyimledikleri olaylar sonucunda bazı bağlanma örüntüleri ve zihinsel temsiller geliştirmektedirler. Erken dönemde gelişen temsillerin ya da şemaların, ileriki dönemler için bireyin zihninde oluşturacağı diğer temsillere temel hazırladığı, diğer bireylerle kuracağı ilişkilerini ve davranışlarını etkileyebileceği bunun sonucunda da oluşabilecek psikopatolojilerde rol oynayabileceği ortaya konulmaktadır (Young ve Lindeman, 1992).

Young ve arkadaşlarına (2003) göre, kişilerin uyumlu ve psikolojik açıdan sağlıklı bir gelişim gösterebilmeleri için erken dönemde belirli temel duygusal gereksinimleri giderilmelidir. Şemalar, Bowlby'nin (1973) bağlanma kuramı temel alınarak oluşturulmuştur. Şema kavramı, bağlanma figürüyle etkileşimlerin temsilleri olarak kavramsallaştırılmıştır (Young ve Lindeman, 1992). Yetişkinlik döneminde şemalar aktifleştikçe çoğunlukla erken dönemde çocuğun bakım vereniyle deneyimlediği olayın bir benzeri tekrarlanmaktadır (Soygüt ve Çakır, 2009). Bowlby, (1969,1980) büyümekte olan çocuğun, bağlanma figürleriyle olan etkileşiminin bir sonucu olarak yaşamın diğer dönemlerinde de devam eden içsel çalışma modelleri geliştirdiğini ileri sürmüştür. Zihinsel bağlanma temsillerindeki farklılıkların, çocuğun bağlanma sinyallerine ebeveynlerinin verdiği yanıtlarla belirlendiği ve çocuğun sosyo-duygusal gelişimini özellikle ebeveynle olan bağlanma ilişkisinin yönlendirdiği varsayılmaktadır (Van IJzendoorn, 1995).

İleri dönemde yapılan çalışmalarda erken dönemde içselleştirilen ilişki örüntülerinin, yetişkinlikte kurulan ilişkileri farklı açılardan etkileyebileceği ortaya konulmuştur (Ainsworth ve ark., 2015). Annesi tarafından anlayışlı ve duyarlı bir ortamda büyüyen çocuğun gelecekte güvenli bağlanan bir ebeveyn olduğu tespit edilmiştir. Bakım verenleri tarafından duygu, istek ve düşüncelerinin anlaşılmasının, bireyin hem kendi hem de diğerlerinin zihinsel süreçlerini daha iyi anlamasında rolü olduğu anlaşılmıştır (Halfon ve ark., 2021, s.7). Bowlby'nin (1973) bağlanma kuramı başta olmak üzere farklı kuramlarda da açıklandığı gibi çocuğun bakım verenlerine ilişkin temsilleri dünyaya ilişkin temsillerinin temelini oluşturur. Bu noktada çocuğun erken dönemde ebeveynleri ile kurduğu etkileşimler oldukça önemlidir. Bir kez kurulduktan sonra bağlanma biçimlerinin sonraki ilişkilerde de devam ettiği bilinmektedir (Manicavasagar ve ark., 2009).

Bowlby'nin (1973) bağlanma kuramına göre bakım vereniyle güvenli bağ kurmuş kişiler ötekilerle şefkatli, anlayışlı, sevgi ve ilgi içeren yakın ilişki kurmada kendilerine güvenirlere. Buna karşılık, endişeli veya saplantılı bağlanma biçimine sahip bireyler, yakın kişilerarası bağlarla ilgili olarak kayıp veya kopma tehdidine duyarlı olarak ilişkileri konusunda aşırı tetikte olma eğilimindedir. İlişkilerinde samimiyet ve ilgi isterler. Bağlanma figürlerinden terk edilmeyeceklerine dair tekrarlanan güvence davranışları ararlar. Kaygılı bağlanma biçiminin, özellikle daha sonraki kişilerarası ilişkilerde anksiyete ve depresif belirtilere yatkınlık oluşturduğu varsayılmaktadır (Eng ve ark.,

2001). Aynı zamanda kaygılı bağlanma tarzının ayrılma anksiyetesi bozukluğu ile diğer kaygı bozukluklarına kıyasla daha ilişkili olduğu saptanmıştır. Bunun sebebi yakın temasta olunan kişilerle kurulan ilişkilere karşı yaşanacak olası veya hayali sorunlar konusunda duyarlı davranışlarıdır (Main ve ark., 1985). Bakım verenlerin erken dönemde çocuğun ihtiyaçlarını yeteri kadar karşılamamış olmasının ayrılma anksiyetesinin gelişmesinde yeri olduğu ifade edilmektedir (Silove ve ark., 1995).

Bakım verme tarzı, bebeğin güvenli bağlanma biçimi ile ilişkilidir. Güvenli bağlanmış bebeklerin ebeveynleri bebeklerinin işaretlerine karşı duyarlıdır ve ihtiyaçları olduğunda tutarlı bir şekilde yanlarında olurlar (Bigelow ve ark., 2010). Bu bakım verenler bebeklerinin, yaşamın ilk yıllarındaki iletişim şekillerini başlatıp ilerletmeyi belirlemede aktif bir rol almasına izin verirler. Bir çalışmada, bakıcının duyarlı tepkilerinin (anneler duyarlılığın) bebek bağlanma güvenliğiyle ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Finger ve ark., 2009). Farklı kültürler üzerinde yapılan bir diğer çalışmada ise annenin duyarlı olması ile çocuğun güvenli bağlanması arasında ilişki olduğu ortaya konulmuştur (Carbonell ve ark., 2002). Kaçınan bebeklerin bakım verenleri ulaşılmaz ya da reddedici olma eğilimindedir (Bakermans- Kranenburg ve ark., 2007).

2.3.2. Algılanan Ebeveynlik Tutumları

Bireylerin yaşamında büyük bir yer kaplayan, değer verdiği, aralarında farklı bir bağ bulunan, kimseyle kıyaslayamayacağı ve değiştirmeyeceği kişilere “ebeveyn” denir. Bu kişiler, bireylerin hayatlarındaki bağlanma figürünü oluştururlar (Ainsworth, 1989; Bowlby, 1982). Bağlanma figürleri, çocukların hayatında büyük ve önemli bir yer tutar. Bağlanma figürü olan bakım verenler, çocukları ile kurdukları ilişkide çocuklarının duygusal ve psikolojik durumlarında etkin rol oynar (Rohner ve ark., 2012). Literatürde çeşitli ebeveynlik tutumları kavramsallaştırılmıştır. Yapılan araştırmalarla ebeveyn tutumlarının çocuk davranışları üzerindeki etkisi araştırılmıştır (örn. Sheffield ve ark., 2006; Strassberg ve ark., 1994). Bundan sonraki bölümde araştırma kapsamında değinilecek olan ebeveynin duygusal sıcaklık, aşırı koruyucu ve reddedici tutumları açıklanmıştır.

2.3.2.1. Duygusal Sıcaklık

Ebeveyn sıcaklık boyutu, bakım veren ve çocuğun kurduğu bağın niteliği, bakım verenin sevgisini göstermek amacıyla kullandığı bedensel, söze dayalı ve simgesel hareketleri (sarılma, öpme, okşama, ilgi gösterme, destekleyici sözler söyleme) içerir (Rohner ve ark., 2012). Algılanan ebeveyn sıcaklığı çocuklarda artan psikolojik sağlamlık ve uyum ile ilişkilendirilmiştir (Chen ve ark., 2000; Cox ve ark., 1989). Aynı zamanda beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde psikolojik sağlamlığın algılanan duygusal sıcaklık ile ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Rohner ve Veneziano, 2001). Diğer taraftan ebeveynin duygusal sıcaklığının yetersiz olması dürtüsel davranışlarla ilişkilendirilmektedir (Strassberg ve ark., 1994). Parker ve arkadaşlarına göre (1979) ebeveynin duygusal sıcaklığının, ilgisinin ve desteğinin yetersiz olması bireyde ilerleyen gelişim dönemlerinde psikopatolojilerin ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilmektedir.

2322. Aşırı Koruyuculuk

Ebeveynin aşırı koruması, bireyin kendi kendini düzenlemesine yönelik adımlarını engelleyen veya kazanılmasına engel olan davranışları kapsayan bir ebeveynlik tutumudur (Levy, 1943). Aşırı koruma, tipik olarak gerekli olmadığı durumlarda da yardım ve fiziksel rahatlık sağlanmasını ve ayrıca bağımsızlığın zorlayıcı bir şekilde istismarını içerir (Maccoby ve Masters, 1970). Annenin aşırı korumacı tutumunun erken dönemde çocuğun anneye olan bağımlılığı ve itaatkâr tutumuyla ilişkili olduğu araştırmalarda ortaya konulmuştur (Winder ve Rau, 1962). Becker (1964) aşırı korumacı ebeveynliği çocuğu kısıtlarken bir taraftan da yoğun ilgi gösterdiği bir tablo içinde olarak tanımlamıştır. Bu kavramsallaştırma, Parker ve arkadaşlarının (1979) aşırı korumacılığı, ebeveynliğin en göze çarpan boyutlarından biri olarak tanımlamasına yol açmıştır. Aşırı koruyuculuk, bağımlı yapının pekişmesini ve çocuğun hareketlerini denetim altında tutmayı kapsamaması anlamı da taşıyabilir. Güncel literatürde daha genel tanımında çocuğun özgürlüğünün sınırlandırılmasına neden olan yapılar şeklinde ifade edilmektedir (Mills ve Rubin, 1998). Psikolojik olarak kontrol eden ebeveynler, kendiliğinden gelişen durumlarda bile çocukların hayatlarını her yönden yönlendirmeye çalışabilir ve çocuklarına özgürlük tanıyamayabilir. Bu ebeveynler, çocuklarıyla aşırı ilgili ve iç içe geçmiş olabilir ve ebeveynlerin çocuklarına olan tutunmaları, çocukların ebeveynlerinin sevgisini ve desteğini kaybetme ya da kazanamama korkusuyla özerkliklerini kaybetmelerine neden olabilir (Rubin ve ark., 2002). Kontrolcü ve kaygılı bakım verenler erken dönemde çocuklarını olası tehlikelerden sakınabileceklerini ya da sakınmaları gerektiğini düşünebilirler (Rubin ve ark., 2002). Bazı bakım verenler, çocuklarının psikolojik sağlamlığını zedeleyebilecek bir deneyimden korumak amacıyla örneğin ilk kez girecekleri bir oyun grubunda herhangi bir problem yaşamamaları için aşırı derecede şefkatli davranışlar göstererek çocuklarını koruma altına almaya çalışabilirler. Bununla birlikte çocuğun ne hissettiğine bakmadan kaygılı hissedebileceğini düşündükleri durumlarda da aşırı koruyucu bir tutum sergileyebilirler. Aşırı koruyucu ebeveynlik tutumu bir tehdidin bulunmadığı ortamlarda bile sınır ihlali, özerkliğe müdahale ile kavramsallaştırılabilir. Bunun sonucunda, çocuklarının özgüven, inisiyatif ve özerklik gibi önemli özellikler üzerinde olumsuz bir etkide bulunarak gelişimlerini etkileyebilirler (Rubin ve ark., 2002).

2323. Reddedicilik

Reddedici ebeveyn tutumunda, bakım verenin bedensel ve duygusal açıdan yıpratıcı eylem ve tutumları yer almaktadır. Reddedicilikte, ebeveynlerin çocuklarını ihmal ettiğine, şefkat göstermediğine veya onlara karşı saldırgan olduğuna yönelik davranışsal göstergeler mevcuttur. Kişilerin, bakım verenleri tarafından dikkate alınmadığına ya da sevilmediklerine dair düşünceleri yoğundur (Rohner ve ark., 2012). Bakım verenlerin kindarlık, öfkeli ve nefret gibi hislerle eylemlerde bulunması saldırganlık olarak adlandırılır (Rohner ve ark., 2012). Saldırganlık, Ebeveyn Kabul-Red Kuramı'nda bir nesneyi ya da kendi bütünlüğüne bedensel ya da psikolojik açıdan zarar verme girişiminin bulunduğu davranışları ifade eder (Rohner ve ark., 2012). Ebeveynlerin fiziksel olarak agresif (vurmak, itmek, bir şeyleri fırlatmak ve çimdiklemek) ve sözel olarak agresif (örn. alaycı, argo, yüksek sesle konuşmak, incitici ve kırıcı sözler etmek) eylemleri örnek gösterilebilir (Dodge ve ark., 2003). Buna ek olarak bakım verenler çocukları ile iletişimde onları kıracak simgesel hareketlerde bulunabilirler. Bakım verenlerinin çocuğun gereksinimlerini yeteri kadar karşılamadığı noktalarda çocuklarda

bazı duygusal ve davranışsal yanıt verme şekilleri oluşabileceği ve bu çocukların kendilerini güvende ve sakin hissetmedikleri ifade edilmektedir (Rohner ve ark., 2012). Reddedilmiş hisseden bireyler, bozulmuş benlik saygısı ve bozulmuş öz yeterlilik duyguları geliştirebilmektedir (Pedersen ve ark., 2007). Bu durumun kaynağını kişilerin kendilerini, bakım verenlerinin ya da önem verdikleri ötekilerin gözünden görmeleri oluşturur. Bu nedenle, çocuklar ve yetişkinler, bağlanma figürlerinin onları sevmediğini hissettikleri ölçüde sevilmediklerini ve de sevmeye layık olmadıklarını hissedebilirler (Barnow ve ark., 2005). Öfke, olumsuz benlik duyguları ve algılanan reddedilmenin diğer sonuçları, reddedilen çocukların ve yetişkinlerin stresle etkili bir şekilde başa çıkma kapasitelerini azaltma eğilimidir. Stresli durumlarla karşılaştıklarında, genellikle duygusal olarak üzülme, ağlama veya öfke gösterebilirler (Dodge ve ark., 2003). Rohner ve arkadaşları (2012) ebeveynin reddedici tutumuyla ilgili olan bu yoğun hislerin çocuk ve yetişkinlerde negatif bir hayat görüşü oluşmasına neden olabileceği söylenmektedir. Reddedilen kişilerin, dünya hakkında yaşama, kişilerarası ilişkilere ve insan varlığının doğasına karşı duygusal olarak güvensiz, güvenilmez, düşmanca, tehdit edici veya tehlikeli olarak görme eğiliminde oldukları ifade edilmektedir (Rohner ve ark., 2012). Erken dönemde algılanan reddedici ebeveyn tutumunun yetişkinlik döneminde ortaya çıkan psikopatolojiler ile ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Bagwell ve ark., 1998).

2.3.3. Duygusal Yeme Davranışı ve Algılanan Ebeveyn Tutumu ile İlgili Araştırmalar

Yeme bozuklukları ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişki çeşitli çalışmalarla ortaya konulmuştur (örn. Kluck, 2008; Perry ve ark. 2008). Annenin çocuğuna olan ilgisi ve duygusal yeme davranışı arasındaki ilişkiye dair çalışmalar bulunmaktadır (örn., Ergang ve ark., 2019; Snoek ve ark., 2007; Waller ve ark., 1990). Erken dönem uyumsuz şemaların, ebeveynle bağlanma ile problemlili yeme tutumu belirtileri arasında aracı rolü olduğunu ortaya koyan bir araştırmaya rastlanmıştır (örn. Turner ve ark. 2005). Diğer taraftan, anne ilgisinin yeme bozuklukları için koruyucu bir faktör olduğuna yönelik araştırmalara rastlanmıştır (örn. Ergang ve ark., 2019). Bağlanma biçimleri (Brennan ve Shaver, 1995; Turner ve ark. 2005) ile ebeveyn tutumlarının duygusal yeme davranışları ile ilişkili olduğuna ilişkin araştırma sonuçları artmaktadır (örn. Ekim ve Ocakçı, 2021; Topham ve ark., 2011). Güvensiz bağlanma ile de ilişkili olan ihmalkâr ebeveynliğin duygusal yeme davranışını arttırırken, izin verici ve demokratik ebeveynlik tutumlarının ise duygusal yemeyi azalttığı yönünde araştırma sonuçlarına rastlanmıştır (örn. Ekim ve Ocakçı, 2021; Topham ve ark., 2011). Yeme bozukluğu bulunana bireylerde endişeli kararsız hem de kaçınan bağlanma biçimlerinin daha sık görüldüğüne yönelik araştırmalar da bulunmaktadır (örn. Brennan ve Shaver, 1995).

2.3.4. Bağlanma ve Duygusal Yeme Davranışı

Yakın zamanda yapılan meta-analiz çalışmalarında güvensiz ve kaçınmacı bağlanma tarzının ve bağlanma kaygısının sağlıksız yeme davranışları ile ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Faber ve ark., 2018). Sağlıksız yeme davranışlarının örneğin duygusal yeme ve/veya kısıtlayıcı yeme, bağlanma biçimi ve vücut kitle indeksi (VKİ) arasındaki ilişkiye aracılık ettiği ortaya konulmuştur (Wilkinson ve ark., 2020). Kaygılı bağlanan bireylerin yiyecek, uyuşturucu ve alkol gibi dışsal duygulanım düzenleme kaynakları yoluyla başa çıkma olasılıklarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Maunder ve Hunter, 2001). Genel olarak yapılan çalışmalar, bağlanma anksiyetesinin genç

bireylerde yaşlı bireylere oranla daha yüksek olduğunu öne sürmektedir (Chopik ve ark., 2017). Wilkinson ve arkadaşlarının (2022) yapmış olduğu çalışmada bağlanma anksiyetesinin gece yeme davranışının önemli bir yordayıcısı olduğu anlaşılmıştır. Aynı zamanda bu ilişkiye duygusal yeme ve kontrolsüz yeme davranışlarının aracılık ettiği saptanmıştır. Araştırmacılar bağlanma anksiyetesinin; duygusal yeme, kontrolsüz yeme ve gece yeme davranışının birbiriyle ilişkili olup bu durumun yemeyi olumsuz değerlendirme korkusuna yol açtığını ve bunun da daha yüksek bağlanma anksiyetesi ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Wilkinson ve ark., 2022).

Ebeveyn tutumu ile ilgili yapılan çalışmalarda yeme bozukluğu olan kadınları yeme bozukluğu olmayan kadınlardan ebeveyn desteği açısından ayırmaktadır. Yeme bozukluğu olan kadınlarda daha düşük düzey ebeveyn desteği saptanmıştır (örn., Hodges ve ark., 1998; Leung ve ark., 2000). Sheffield ve arkadaşlarının (2006) yapmış olduğu çalışmada, yeme bozukluğu olan hastaların daha yüksek düzeyde olumsuz ebeveynlik deneyimleri bildirdiği ortaya konulmuştur. Bu bulgu, ebeveyn ilgisinin yeme bozukluklarının gelişiminde ve sürdürülmesindeki rolünün araştırılması gerektiğini göstermektedir. Yeme bozukluklarında algılanan ebeveynlik, klinik açıdan bu problemlerin altında yatan yapıları ele alması ve komorbiditeyi açıklamaya yardımcı olması sebebiyle önemli kabul edilmektedir (Sheffield ve ark., 2006). Özellikle, algılanan ebeveynliğin yeme bozukluklarına eşlik eden davranışlarla (örn. dürtüsellik) veya daha genel psikopatolojiyle (örn. anksiyete ve depresyon) ilişkisi daha fazla araştırma yapılması gereken çalışma alanlarıdır (Sheffield ve ark., 2006).

2.4. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi

Bağlanma kuramına göre, güvenli bağlanan çocuklar bağlanma figürlerine karşı daha az anksiyeteli davranışlar sergilerken, güvensiz bağlanan çocuklar daha çok ayrılma anksiyetesi belirtileri gösterirler (Bowlby, 1973). Bu açıdan bakıldığında, güvensiz bağlanma ile ayrılma anksiyetesi arasındaki bağlantı, güvensiz bağlanmanın bir anksiyete gelişiminde önemli risk faktörü olabileceğidir (Baldwin, 2016). Bowlby, bağlanma, ayrılma ve yeniden birleşme tepkilerinin bebekler gelişim gösterdikçe öğrenildiğini açıklamıştır (Bowlby, 1973). Bağlanma sürecine bazı zamanlarda anksiyete ve terk edilmeye ilişkin korkular eşlik edebilir. Güvensiz bağlanma biçimi, bağlanma nesnesi ile ilişkide olası bir tehdit algılandığında ya da bağlanma nesnesinin zaman zaman mevcut olup zaman zaman ortadan kaybolduğu ortamlarda gelişebilir (Baldwin, 2016). Bowlby'e göre bağlanma nesnelerinin çocuğa bağlanma biçimi ile çocuğun anksiyete düzeyi arasında bir ilişki vardır. Yalnız kalmaya ve tehlikelerle karşılaşmaya dair korkuları bulunan çocukların, bağlanma nesnelerinin ihtiyaçlarını karşılamada güven vermediklerini düşündükleri ve bu çocukların kaygılı bağlanma biçimine sahip oldukları öne sürülür (Baldwin, 2016). Reddedilme ve terk edilme endişesiyle ilgili bağlanma anksiyetesi, artan psikopatoloji oranlarıyla ilişkilendirilmiştir (Baldwin, 2016).

Ayrılma anksiyetesi, bağlanma figüründen ayrılma veya ayrılma beklentisinden kaynaklanan aşırı endişe durumudur (Manicavasagar ve ark., 2010). Ayrılma anksiyetesi bozukluğu (AAB), çocukluk dönemine ait bir kavram olarak nitelendirilmektedir. Bu bozukluğun kökleri hem gelişimsel araştırmalara hem de bağlanma kuramına dayanmaktadır. Anneden veya benzer bir bağlanma figüründen ayrılmanın verdiği sıkıntı, erken dönemdeki savunmasız çocuğun bakım verenlerinden ayrılamamasına neden olur (Ainsworth, 1963; Bowlby, 1969, 1973). Ayrılmaya yönelik sıkıntı uzun süreli, aşırı,

gelişimsel açıdan uygun olmayan veya bozucu hale geldiğinde, genellikle bir psikiyatrik tanı konulur. Çocukluk dönemindeki AAB'nin %4 oranında görüldüğü tahmin edilmektedir (APA, 1987).

“Yetişkinlikte başlayan” ayrılma anksiyetesi, çocukluk döneminde herhangi bir ilgili belirti öyküsü olmadan ayrılma anksiyetesi belirtilerinin ilk kez yetişkinlikte ortaya çıktığı bireyleri içerirken, “çocuklukta başlayan” ayrılma anksiyetesi ise belirtilerin erken dönemlerde ortaya çıktığı; çocuklukta başlayan ve yetişkinlikte de devam eden bireyleri ifade eder (Bögels ve ark., 2013). Ayrılma anksiyetesi, ilk defa Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabında (DSM-3) bir bozukluk olarak sınıflandırılmıştır ve çocukluk dönemine ait bir psikopatoloji olduğu kabul edilmiştir (APA, 1987). Daha sonra yapılan çalışmalarla birlikte ayrılma anksiyetesinin yetişkinlik dönemine uzayabildiği ya da ilk kez yetişkinlikte başlayabileceği Manicavasagar ve Silove (1997) tarafından ortaya konulmuştur (Bögels ve ark., 2013). Böylelikle Ruhsal Bozuklukların Tanısal Ve Sayımsal Elkitabında (DSM-5) başlangıç yaşı şartının kaldırılması ile ayrılık anksiyetesi bozukluğu geniş kaygı bozuklukları grubuna yerleştirilmiştir.

AAB, DSM-5 tanı kriterleri şu şekildedir: Bireyde ebeveynlerinden birine ya da hayatlarındaki önemli birine bir şey olacağından korkma, yalnız kalmakta zorlanma görülür. Ebeveynlerinin öleceği veya kaybolacağına dair düşünceler mevcuttur. Ayrılma düşüncesi kaygıya, kabuslara, fiziksel semptomlara yol açabilir. Bu sebeple işe, okula gitmeye ya da ev dışında bir yerde kalmaya isteksizlik gözlemlenir (APA, 2013). Örneğin romantik ilişkilerde partneri kaybetme korkusu, ebeveynlerin evinden taşınmada zorlanma, çocuk sahibi olduktan sonra kaybetme korkusu ayrılma anksiyetesinin bir bozukluk düzeyine ulaşabileceğinin göstergeleridir (Bögels ve ark., 2013).

Shear ve arkadaşlarının (2006) yapmış olduğu çalışmada 12 aydır yetişkin ayrılma anksiyetesi bozukluğu ile takip edilen katılımcıların %75.2'sinde ilk kez yetişkinlikte ayrılma anksiyetesi belirtilerinin başladığı rapor edilmiştir.

Literatürde ebeveynlik biçimleri ve yetişkin ayrılma anksiyetesini konu alan çalışmalara rastlanmıştır (Başbuğ ve ark., 2016, Savaşlı ve Şahin-Sak, 2019). Beliren yetişkinlerde algılanan kuralcı/kalıplayıcı, aşırı koruyucu/evhamlı baba ve izin verici/sınırsız, sömürücü/istismar edici anne ebeveynlik biçiminin, yetişkin ayrılma anksiyetesi ile ilişki gösterdiği ortaya konulmuştur (Başbuğ ve ark., 2016). Ebeveynlerin ebeveynlik tutumları ile yetişkin ayrılma anksiyeteleri arasındaki ilişkileri inceleyen bir çalışmaya rastlanmıştır (Savaşlı ve Şahin-Sak, 2019). Yetişkin ayrılma anksiyetesi ile demokratik/yetkili, otoriter, izin verici ve aşırı koruyucu ebeveynlik tutumları arasında ilişkiler olduğu ortaya konulmuştur (Savaşlı ve Şahin-Sak, 2019).

2.4.1. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Etiyolojisi

Ayrılma anksiyetesinin etiyolojisine yönelik yapılan çalışmalarda, bağlanma ve ebeveynlik biçiminin etkisinin ön planda olduğu görülmüştür (Diriöz, 2010). Erken dönemde bebeğin bakım verenle kurduğu bağlanma ilişkisi içerisinde, duygusal ve zihinsel gelişimi devam eder. Bu süreçte bakım verenin bebeğin duygularına karşı hassas davranması ve ihtiyaç anında bebeğin yanında bulunması, bebeğin bakım verenin erişebilirliği ile ilgili duygusal beklenti duymasına yol açar (Bowlby, 1960). Güvenli bağlanmış bebekler bakım verenlerinin ihtiyaç duyduklarında hem duygusal hem de

fiziksel açıdan erişilebilir olduğu inancını geliştirir (Ainsworth ve ark.,1978; Bowlby, 1960). Bakım verenden ayrılma durumunda huzursuz hissediler, kavuşma durumunda ise gözle görülür biçimde rahatlama sergilerler (Ainsworth ve ark.,1978). Güvensiz bağlanan bebekler ise ihtiyaç anında bakım verenlerini bulamayacakları inancını geliştirmiştir. Bakım vereni sürekli göz önünde tutarak ayrılma olasılığını engellemeye çalışırlar. Ancak bu süreçte yoğun ayrılık anksiyetesi yaşarlar (Ainsworth ve ark.,1978). AAB olan çocukların güvensiz bağlanma biçimine sahip olduğu bilinmektedir (Ainsworth ve ark.,1978; Jurbergs ve Ledley, 2005). Çocukluk dönemi ayrılma anksiyetesiyle bağlanma sürecinde etkili olan algılanan ebeveynlik biçimlerinden aşırı koruyucu anne ebeveynlik biçiminin ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Başbuğ ve ark., 2017; Silove ve ark. 1995). Aynı zamanda anksiyete bozukluğu olan çocuklarda bulunan ayrılık anksiyetesi ile zorlayıcı/müdahaleci ebeveynlik biçimi arasında da anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır (Wood, 2006).

Ayrılma anksiyetesi üzerindeki genetik faktörlerin rolüne bakıldığında nevrozite ile ayrılık anksiyetesi arasında ilişki olduğu görülmektedir. Ayrılma anksiyetesi, duygudurum ve anksiyete bozukluklarının gelişmesinde nevrozitenin genetik açıdan bir zemin hazırladığı görülmektedir (Bögels ve ark., 2013). Yapılan çalışmalar genetik eğilimin anksiyete bozukluklarının oluşumunda etki gösterdiğini öne sürmüştür (Suveg ve ark., 2005). Ayrılma anksiyetesi bozukluğunun etiyolojisinde öğrenmenin de rolü olabileceği vurgulanmaktadır. Bakım verenden çocuğa model olma yoluyla da geçebileceği ortaya konulmaktadır. Bakım verenin beklenmedik tehlikelere aşırı tepkisi, çocuğa tehlikeler karşısında aşırı korumacı yaklaşımı çocukta anksiyete vurgusunu arttırmakta ve bu davranışı pekiştirmektedir (Kaplan ve ark., 1994).

Ulusal komorbidite araştırmasında YAA bulunan bireylerin daha çok bekar ya da boşanmış olduğu görülmüştür (Shear ve ark., 2006). Shear ve arkadaşlarının (2006) yapmış olduğu çalışmada, YAA'sı olan bireylerle tanı almamış bireyler karşılaştırılmıştır. YAA'sı olan bireylerin eğitim düzeyinin daha düşük olduğu, işsizlik oranlarının daha fazla olduğu ve çalışmaya engel bir durumlarının olduğu ortaya konulmuştur. Bununla birlikte Pini ve arkadaşlarının (2010) gerçekleştirmiş olduğu çalışmada YAA'sı olan ve olmayan hastaların medeni durum, çalışma durumu ya da eğitim durumu açısından bir fark göstermediği ortaya konulmuştur.

2.4.2. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Epidemiyolojisi

Ayrılma anksiyetesi belirtilerinin ilk kez gözlemlenmesi okul öncesi dönemde gerçekleşebilmektedir. Fakat genellikle 7-8 yaş civarı ortaya çıktığı gözlenmektedir (Diriöz, 2010). Epidemiyoloji çalışmalarında çocuk ve ergenler arasında %3-%5 arası yaygınlığı bulunduğu saptanmıştır (Costello, 1989). Ayrılma anksiyetesi belirtileri çocuklarda erken dönemlerde görülmeye başlayabilir fakat bireylerin bu belirtilerinin klinik açıdan tanı alabilecek seviyeye erişip erişememesi genellikle hayatlarındaki bazı noktalarda deneyimledikleri stresin seviyesine ve doğasına göre şekillenebilmektedir (Manicavasagar, 2010).

Ulusal komorbidite araştırma anketine katılan 5692 katılımcı ile gerçekleştirilen çalışmada yetişkin ayrılma anksiyetesinin ABD'de yaygınlık gösterdiği saptanmıştır (Shear ve ark., 2006). YAA hayat boyunca görülme sıklığı %6.6'dır. Tanılandırma DSM-4'te paralel hazırlanan bir kriter seti kullanılarak "A kriteri semptom sorunlarında yaşa

uygun değişiklikler yapılarak” geriye dönük değerlendirmeye dayanmaktadır. YAA tanısı alan katılımcıların büyük çoğunluğunun (%77,5) belirtilerinin yetişkinlik döneminde başladığı saptanmıştır. Tanı alan katılımcıların %53’ünün duygudurum bozukluğu öyküsü mevcuttur. %75’i duygudurum tedavisi almış veya almaktadır (Bögels ve ark., 2013). Pini ve arkadaşlarının (2010) klinik örnekleme yapmış olduğu çalışmada ise ayakta izlenen anksiyete ve duygudurum bozukluğu hastalarının %42,4’ünün aynı zamanda YAA kriterlerini karşıladığı saptanmıştır. Bu kişiler %21,7’si yetişkin başlangıçlı ayrılma anksiyetesi kriterlerini karşılamıştır; %20,7’si ise çocukluk başlangıçlı ayrılma anksiyetesi kriterlerini karşılamıştır. Manicavasagar ve arkadaşlarının (1997, 2000) yapmış olduğu diğer klinik örnekleme gerçekleştirilen çalışmalarda ise anksiyete bozukluğuna sahip kişilerde ayrılma anksiyetesi bozukluğunun diğer bozukluklardan daha önce başladığı ve birincil bozukluk olduğu öne sürülmüştür.

Çocukluk dönemi ayrılma anksiyetesi kadınlarda daha yaygındır. Görülme oranı %2.2’dir. Yetişkin ayrılma anksiyetesinde ise cinsiyet farklılıkları daha azdır. Erkeklerde kadınlara oranla ayrılma anksiyetesi belirtilerinin başlangıcının yetişkinlikte başladığı daha sık görülmektedir (Shear ve ark., 2006; Silove ve ark., 2010). Diğer taraftan yapılan bir araştırmada YAA olan ve olmayan ayakta tedavi gören hastaların karşılaştırıldığı çalışmada YAA olan hastaların büyük çoğunluğunu kadınların oluşturduğu ortaya konulmuştur (Pini ve ark., 2010). Silove ve arkadaşlarının (2010) gerçekleştirmiş olduğu araştırmada ise YAA hastalarının erken dönem ayrılma anksiyetesi belirtilerini inceledikleri çalışmada yalnızca kadınların puanlarının yükseldiğı görülmektedir.

Ayrılma anksiyetesi kültürel açıdan farklılık göstermektedir. Toplulukçu kültürlerde bireyci kültürlere oranla daha güçlü bağımlı ilişkiler yaygındır (Heinrichs ve ark., 2006). Anneden ayrılma anksiyetesine ilişkin gerçekleştirilen çalışmalar genellikle batı toplumlarında, bireyci kültürlerde gerçekleştirilmektedir. Buna ilişkin bir açıklama toplulukçu kültürlerde bireyin kendi duygu düşüncelerinin ayırımında olması ve ötekilerden ayrı bir benliği olduğunun daha az farkında olması olabilir (Lutz ve Hock, 1995). Toplulukçu kültürlerde bağımlı yapı, bağımsızlığa odaklanan bireyselci kültürlerle kıyaslandığında daha fazla önemslenmektedir (Heinrichs ve ark., 2006). Aynı zamanda ayrılık anksiyetesi, harp, fakirlik ya da yaşamı tehdit eden bir yerde yaşamak gibi değer verilen bir kimseyi kaybetme ihtimalini yükselten gerçek tehditlerden etkilenebilir. Bu sebeple bu tarz koşulların daha yaygın yaşandığı kültürlerde daha fazla olabilir (Heinrichs ve ark., 2006).

2.5. Beliren Yetişkinlik Dönemi

Gelişim dönemlerini inceleyen araştırmalar günümüzde disiplinlerarası perspektifte gerçekleşmektedir. Ergenlik döneminden sonra gelen, yetişkinliğe geçiş aşaması ile ilgili yapılan araştırmalarda gençlik döneminin geçiş evresinden ziyade bağımsız bir yaşam dönemi olduğu ortaya konulmaktadır. Bununla birlikte bu yaş dönemiyle ilgili literatüre güncel kavramlar kazandırılmaktadır. Bu kavramlardan bir tanesi de “beliren yetişkinliktir” (Atak ve Çok, 2010).

Sanayileşmiş ölkelerdeki çoğu genç için onlu yaşların sonlarından yirmili yaşlara kadar geçen yıllar derin değişimlerin yaşandığı önemli yıllardır (Arnett, 2000). Arnett (2000) yetişkinliğe geçişte ortalama 18-25 yaş aralığında bireylerin rollerinde değişimler gerçekleştiğini ifade etmektedir. Türkiye’de beliren yetişkinlik dönemine bakıldığında

toplumsal ve kültürel yönden çeşitliliği bulunan Türkiye’de hem modern hem de geleneksel hayat biçimi iç içedir. Eğitim düzeyindeki yükselme ile evlilik ve anne-baba olma yaşının ileriye atılması, farklı ülkelerde olduğu gibi Türkiye’de de özellikle eğitim düzeyi yüksek olan ve psikolojik sağlamlığı gelişmiş bireyler için beliren yetişkinlik döneminin önemini arttırmıştır (Atak ve Çok, 2010). Beliren yetişkinlik döneminin kapsadığı yaş aralığı ülkelere göre farklılık gösterir. Örneğin, Arjantin’de 25-27 yaş aralığı, İsrail’de 20-24 yaş, ABD’de 18-25 yaş aralığı kabul edilmektedir. Türkiye’de ise bu dönemin 19-26 yaş aralığında yaşandığı görüşlerine rastlanmıştır (Atak ve Çok, 2010). Arnett’ e göre (2000) beliren yetişkinlik dönemi 18-25 yaş aralığı olarak belirlenmiş olsa da kültürel farklılıklar nedeniyle, farklı çalışmalarda bu dönemin 28-29 yaşa kadar devam edebileceği de ortaya konulmuştur (Doğan ve Cebioğlu, 2011).

Son yarım yüzyılda evlenme, anne-baba olma, eğitimi tamamlama, aileden ayrı eve çıkma gibi yetişkinlik rollerinin belirleyicileri kabul edilen değişimlerin erken yaşlardan yirmili yaşların sonuna doğru ilerlemesi 18-29 yaş aralığının doğasını değiştirmiştir. Günümüzde bu yaş döneminin özelliklerinde büyük farklılıklar olduğu gözlemlenmektedir. Bu niteliksel değişiklikler bu dönemin “beliren yetişkinlik dönemi” olarak adlandırılmasında rol oynamaktadır (Atak ve Çok, 2010). Bu süre zarfında birçok genç, çalışma hayatlarının geri kalanında gelirleri ve mesleki başarıları için temel oluşturacak eğitimlerini tamamlar (Arnett, 2000). Birçok insan için bu dönem aşk, iş ve dünya görüşlerindeki çeşitli olasılıkların keşfedildiği değişim zamanıdır (Erikson, 1968). Beliren yetişkinlik dönemi, onlu yaşların bitimine doğru ve yirmili yaşların başlangıcında yetişkinlik döneminin görevlerine geçişin yaşandığı kısa süreli bir dönem değildir. Yaşamın getirdiği değişimleri ve keşfi içermesi ile karakterize edilmiş, kapsamlı değişimleri içeren bir dönem olarak ifade edilmektedir (Arnett, 2000). Arnett (2000) “beliren yetişkinlik” olarak adlandırdığı bu dönemi yapılan teorik ve ampirik çalışmalarla ergenlik veya genç yetişkinlik dönemi olarak sınıflandırmak yerine diğer dönemlerden sosyal roller ve normatif beklentilerden ziyade bağımsızlığı ile ayırmaktadır (Arnett, 2000; Facio ve Micocci 2003; Mayseless ve Scharf 2003). Yaş aralığı olarak, 18-29 yaş arasındaki bireylerin rollerinde değişimler olmaya başlamaktadır (Atak ve Çok, 2010). Çocukluk ve ergenlik dönemindeki bağımlılıklarından sıyrılan ve yetişkinlik döneminde normatif kabul edilen yerleşmiş görevleri üstlenmemiş olan beliren yetişkinlik dönemindeki bireyler, çoğunlukla romantik ilişkiler, mesleki konular, hayat görüşlerini ve bunun gibi farklı yaşam alanlarını keşfederler (Arnett, 2000; Collins, 2003). Erikson (1950, 1968) sanayileşmiş toplumlarda kimlik keşiflerinin devam ettiği uzun bir ergenlik dönemi yaşandığını ortaya koymaktadır. Sanayileşmiş toplumlara özgü uzun ergenlik dönemi için “bu dönemde genç yetişkin, özgür rol deneyimleri aracılığıyla toplumun bir bölümünde yer bulabilir” yorumunda bulunulmuştur (Arnett, 2000). Onlu yaşların sonlarından yirmili yılların sonuna kadar geçen zaman dilimini anlamaya yönelik teorik açıklamalar geliştirilmiştir. Erikson (1950, 1968) yaşam boyu insan gelişimi teorisinde ergenlikteki gelişim ve genç yetişkinlikteki gelişim hakkında açıklamalarda bulunan kuramcılarının öncüleridir. Erikson’ ın bazı açılardan ergenlik bazı açılardan genç yetişkinlik dönemine benzeyen özellikleri olan ergenlikte başlayan rol denemelerinin devam edip yoğunlaştığı; yetişkin sorumluluklarının ertelendiği bir dönemi adlandırmadan ayırmış olduğuna ilişkin görüşler mevcuttur (Arnett, 2000). Bu görüşlerden yola çıkılarak, kimlik keşfinin önemli bir kısmının ergenlikten ziyade beliren yetişkinlik döneminde gerçekleştiği anlaşılmakta ve bu dönemin değişim ve keşif dönemi olduğu kabul edilmektedir (Arnett, 2000; Hendry ve Kloep, 2010).

Beliren yetişkinlik dönemi; değişim, karar vermede güçlük, olumsuz deneyimler, bireyleşme, romantik ilişkiler, mesleki konular ve hayata bakış açısının keşfini içerir. Bu dönem hem yetişkinlik dönemine geçişi içermesi hem de köklü değişimlerin yaşanması nedeniyle diğer gelişim dönemlerindeki kişilere oranla psikolojik stresörlere ve negatif duygudurumuna eğilimi arttırmaktadır (Cote, 2000).

Beliren yetişkinlik döneminde azalan aile desteği, bireyleşme adımları, kendi kararlarını alma sorumluluğu, gelecek adına önemli kararların alınması bu dönemde psikolojik sorunların yaşanmasına neden olabilmektedir. Beliren yetişkinlik dönemi yeni bir çalışma alanıdır. Bu dönemdeki bireylerin psikolojik belirtilerine dair kısıtlı çalışmalar mevcuttur (Örn. Ateş ve Özden Yıldırım, 2020; Cesur ve Başbuğ, 2017; Kara ve Eryılmaz, 2018). Beliren yetişkinlik döneminde bağlanma biçimi, bireyin ailesi, arkadaş çevresi ve partneri ile olan ilişkisinde rol oynar (Scharf ve ark., 2004). Troisi ve arkadaşlarının (2006) anoreksiya nervoza bozukluğu olan kadınlarla gerçekleştirdiği çalışmada ayrılma anksiyetesi ve saplantılı bağlanma biçiminin yüksek düzey beden algısı bozukluğunun yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Pini ve arkadaşlarının (2010) klinik örneklem ile gerçekleştirmiş olduğu çalışmada ise ayrılma anksiyetesi ile kliniğe başvuran hastalarda başlangıç yaşının 23,1 olduğu belirlenmiştir. Beliren yetişkinlik döneminin yetişkin ayrılma anksiyetesi (Bögels ve ark., 2013; Möller ve Bögels, 2016; Bassi ve ark, 2021; Faraji ve Özen, 2022) ve duygusal yeme davranışı (Amstrong ve Roth, 1989; Troisi ve ark., 2005) için bir risk faktörü olduğu çeşitli çalışmalarla desteklenmiştir. Bu sebeple beliren yetişkinlik dönemi ile ilgili literatürde daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, evren-örnekleme, veri toplama araçları, veri toplama işlemi ve analizine yönelik bilgiler yer almaktadır.

3.1. Araştırma Modeli

Yapılan araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli baz alınarak uygulanmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla sayıdaki değişken arasındaki birlikte değişimin varlığını saptamayı amaçlayan bir tarama yaklaşımıdır (Karasar, 2011). Bu araştırma kapsamında algılanan ebeveyn tutumları, yetişkin ayrılma anksiyetesi ile duygusal yeme davranışı arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkiler incelenmiştir. Araştırmanın bağımlı değişkenini duygusal yeme, bağımsız değişkenlerini ise algılanan ebeveyn tutumları ve yetişkin ayrılma anksiyetesi oluşturmaktadır.

3.2. Evren-Örneklem

Araştırmanın evrenini ülkemizdeki beliren yetişkinlik döneminde bulunan bireyler oluşturmaktadır. Beliren yetişkinlik dönemi, onlu yaşların sonlarından yirmili yaşların sonunu kapsayan, köklü değişimlerin yaşandığı bir gelişim dönemidir (Arnett, 2000). Bu dönemin 28-29 yaşa kadar devam ettiği ortaya konulmuştur (Doğan ve Cebioğlu, 2011).

Dahil olma kriteri olarak; 18-29 yaş arasında olmak ve çalışmaya katılmaya gönüllü onam verilmesi belirlenmiştir. Dışlama kriteri olarak; psikiyatrik tanı almış olmak ve/veya anketi cevaplamada sorun yaratacak bilişsel engele sahip olmak belirlenmiştir. Basit rastgele kolayda örnekleme tekniği ile çevrimiçi veri toplanmıştır.

Araştırmanın örneklem sayısı yapılan örneklem hesaplama analizi ve benzer araştırmalarda ulaşılan örneklem büyüklüklerinin de incelenmesinin ardından yaklaşık 400 katılımcıya ulaşılması şeklinde planlanmıştır.

Araştırmaya 592 katılımcı katılmıştır. 40 katılımcı örneklem yaş ranjının altında veya üstünde kaldığı için; 91 katılımcı ise dışlama kriteri olan “psikiyatrik bir tanı almış olma”yı sağladığı için araştırmadan çıkarılmıştır. Ardından yapılan uç grup analizinde de 6 katılımcı analizden çıkarılmıştır. Analiz 455 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak katılımcılardan bazı kişisel bilgiler almak için “Demografik Bilgi Formu”, algılanan ebeveynlik tutumlarını ölçmek için “Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları-Çocuk Formu” duygusal yeme davranışını ölçmek için “Hollanda Yeme Davranışı Anketi”, yetişkin ayrılma anksiyetesini ölçmek için “Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği” kullanılmıştır.

3.3.1. Demografik Bilgi Formu

Demografik bilgi formu, araştırmacı tarafından araştırmanın amacıyla bağlantılı olarak cinsiyet, yaş, eğitim durumu, annenin eğitim düzeyi, beden ağırlığı (kg), boy (cm), herhangi bir psikiyatrik bozukluğun varlığı, psikiyatrik ilaç kullanımı, ebeveynlerin

hayatta olup olmaması ve birliktelik durumları, kendilerini fiziksel açıdan nasıl gördükleri ve duygularının yeme davranışını etkileme düzeyi hakkında bilgi edinebilmek amacıyla oluşturulan soruları içermektedir.

3.3.2. Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği-Çocuk Formu (KAET-Ç)

Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği-Çocuk Formu (KAET-Ç), Arrindell ve arkadaşları (1999) tarafından katılımcıların çocukluk dönemindeki ebeveyn tutumlarını ölçmek için geliştirilmiştir. Ölçekte katılımcıdan anne ve babası için soruları ayrı ayrı yanıtlaması istenmektedir. Ölçekte 4'lü Likert tipi değerlendirme içeren 23 soru mevcuttur.

Ölçekte 3 alt boyut bulunmaktadır. Duygusal sıcaklık alt boyutu; ebeveynin kabul edici, destekleyen ve değer veren tutumu ile ilgili 6 maddeden, aşırı koruyuculuk alt boyutu, ebeveynin çocuğun güvenliğine karşı kaygılı yaklaşımına karşılık gelen 10 maddeden, reddedicilik alt boyutu ise eleştirici ve yargılayıcı tutum ile ilgili 7 maddeden oluşmaktadır.

Ölçeğin Türkçe psikometrik özellikleri Dirik ve arkadaşları (2004) tarafından yapılan pilot çalışma ile incelenmiştir. İç tutarlılığın değerlendirilmesi için yapılan Cronbach alfa değerleri incelenmesinde anne için duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik tutumları sırasıyla .79, .73, ve .71 Cronbach alfa değerine sahiptir. Baba için algılanan duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik tutumları sırasıyla .75, .72 ve .64 Cronbach alfa değerine sahiptir. Farklı kültürlerde de benzer güvenilirlik ve geçerlik bulgularına sahiptir (ör. Aluja ve ark., 2006, Arrindell ve ark., 1999; akt. Dirik ve ark., 2014).

Mevcut çalışmadaki Cronbach alfa katsayıları tüm alt boyutların .81, anne için algılanan duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik tutumları sırasıyla .87, .82, ve .87 Cronbach alfa değerine sahiptir. Baba için algılanan duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik tutumları sırasıyla .89, .81 ve .89 Cronbach alfa değerine sahiptir.

3.3.3. Hollanda Yeme Davranışı Anketi (DEBQ)

Hollanda Yeme Davranışı Anketi Van Strein ve arkadaşları (1986) tarafından yeme davranışlarının değerlendirilmesi amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek toplamda otuzüç madde ve 3 alt ölçekten (kısıtlayıcı yeme, duygusal yeme, dışsal yeme) oluşmaktadır. Katılımcılar cevaplarını 5'li Likert ölçeği üzerinden vermektedir (1: hiçbir zaman, 2: nadiren, 3: bazen, 4: sık, 5: çok sık). Ölçeğin Türkçe güvenilirlik ve geçerlik çalışması Bozan (2009) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen Cronbach alpha değerlerinin .90 (dışsal yeme) ile .97 (duygusal yeme) arasında yer aldığı raporlanmıştır. Tüm maddeler için Cronbach alpha değeri .94 olarak bulunmuştur. Ölçeğin alt ölçeklerine ait test-tekrar test güvenilirlik katsayıları .30 (Duygusal Yeme) ile .93 (Kısıtlayıcı Yeme) arasında yer almaktadır. Tüm ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayı .72 bulunmuştur.

Mevcut çalışmadaki Cronbach alfa katsayıları tüm alt boyutların .94, kısıtlayıcı yeme alt boyutunun .91, duygusal yeme alt boyutunun .97, dışsal yeme alt boyutunun ise

.86 bulunmuştur. Bu araştırma kapsamında analizler Hollanda Yeme Davranışı Anketi'nin duygusal yeme alt boyutu ile yürütülmüştür.

3.3.4. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi (YAA) ölçeği, Manicavasagar ve arkadaşları (2003) tarafından yetişkinlik dönemindeki ayrılma anksiyetesini ölçmek amacıyla geliştirilmiş özbildirim türü bir ölçektir. Toplamda 27 maddeden oluşan ölçek 4'lü Likert tipte hazırlanmıştır. Ölçeğin Türkçe güvenirlik ve geçerlik çalışması Diriöz ve arkadaşları (2011) tarafından yapılmıştır. Açımlayıcı faktör analizi yapılarak yapı geçerliliği sınanmıştır. İç tutarlılık Cronbach Alfa değeri .93 olarak raporlanmıştır. Maddelerin madde-toplam korelasyonlarının ise 0.29-0.76 arasında değiştiği görülmüştür. Yapılan test-tekrar test güvenirliği ölçümlerinde iki uygulama arasında anlamlı fark olmadığı ($t=1.02$, $df=79$, $p=0.307$), yüksek korelasyon olduğu bulunmuştur ($r=0.93$, $p<.001$).

Mevcut çalışmada Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeğinin Cronbach alfa katsayısı .94 olarak bulunmuştur.

3.4. İşlem

Araştırma için Antalya Bilim Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan (Karar No: 2022/50) etik kurul izni alınmıştır. Alınan etik kurul izninin ardından araştırma verileri Kasım 2022- Mart 2023 tarihleri aralığında toplanmıştır. Veriler katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınarak toplanmıştır. Bu formda katılımcılara gönüllülük esasıyla araştırmaya katıldıkları bildirilmiştir. Katılımcılara kimliklerinin tamamen gizli kalacağı ve kimlik belirtecek herhangi bir bilgi istenmediği, elde edilen cevapların gizli tutulacağı, yalnızca bilimsel yayımlarda kullanılmak üzere araştırmacılar tarafından toplu analiz edileceği ve araştırmadan istedikleri zaman ayrılacaklarına dair bilgiler de yer almıştır. Katılımcılar onam formunun sonunda yer alan "Okudum, anladım ve araştırmaya katılmayı kabul ediyorum" kutucuğunu işaretleyerek veri setini cevaplamışlardır. Oluşturulan formda veri kaybı yaşanmaması adına anket soruları bir soruyu işaretlemeyen diğer soruya geçilmeyecek biçimde oluşturulmuştur. Araştırma anketi sosyal medya platformları (Whatsapp, Instagram, Twitter, Facebook, LinkedIn) aracılığı ile 18-29 yaş aralığındaki bireylerden çevrimiçi ortamda toplanmıştır. Anketin uygulanmasının yaklaşık 8-10 dakika sürdüğü gözlenmiştir.

3.5. Veri Analizi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 22.0 programı aracılığıyla test edilmiştir. Verilerin analizinde betimleyici istatistik analiz yöntemleri kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan yeme davranışları, algılanan ebeveyn tutumu ve yetişkin ayrılma anksiyetesi ölçeklerinden elde edilen puanların normal dağılım gösterip göstermediği incelenmiştir. Verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Araştırmanın 18-29 yaş örneklem grubunun dışında kalan katılımcılar araştırmadan çıkarılmıştır. Ardından uç grup analizi yapılmıştır ve uç gruplar araştırmadan çıkarılmıştır. Araştırmanın değişkenleri olan algılanan ebeveyn tutumları, yetişkin ayrılma anksiyetesi ve duygusal yeme alt boyutundan alınan puanlar, cinsiyet değişkeni açısından t-test aracılığıyla karşılaştırılmıştır. Algılanan ebeveynlik tutumu,

yetişkin ayrılma anksiyetesi ve duygusal yeme davranışı arasındaki ilişkilerin düzeyi Pearson Korelasyon Analizi ile test edilmiştir. İstatistiksel açıdan anlamlı ilişki gösteren değişkenlerin duygusal yeme davranışını yordama gücünü ölçmek amacıyla regresyon analizi yapılmıştır. Algılanan ebeveynlik tutumu ile duygusal yeme davranışı arasındaki ilişkide yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracı rolünü belirlemek amacıyla AMOS programı kullanılarak aracılık analizleri yürütülmüştür.

4. BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde katılımcılardan elde edilen verilerin betimsel istatistikleri, cinsiyet değişkeni açısından araştırma değişkenlerinin karşılaştırılması ve çalışmada incelenen duygusal yeme, algılanan ebeveyn tutumları ve yetişkin ayrılma anksiyetesi arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkiler incelenmiş ve analiz sonuçları raporlanmıştır.

4.1 Demografik Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler

Tablo 1. Demografik değişkenlere ilişkin betimleyici bulgular

Özellikler	N	Yüzde (%)	Ortalama	SS
Cinsiyet				
Kadın	321	71		
Erkek	134	29		
Yaş				
	455	100	23,35	3,03
Meslek				
Öğrenci	244	54		
Diğer	211	46		
Çalışma Durumu				
Çalışan	184	40		
Çalışmayan	271	60		
Yaşadığınız Yer				
Büyükşehir	335	74		
İlçe	99	22		
Köy/ Kasaba	21	5		
Eğitim Durumu				
İlkokul	1	0,2		
Ortaokul	1	0,2		
Lise	42	9		
Önlisans	20	4		
Lisans	321	71		
Yüksek Lisans	70	15		
Anne Eğitim Durumu				
İlkokul	174	38		
Ortaokul	69	15		
Lise	118	26		
Önlisans	12	3		
Lisans	61	13		
Yüksek Lisans	3	0,7		
Okuryazar değil	18	15		
Kiminle Beraber Yaşıyor				
Aile ile birlikte	302	66		

Arkadaş(lar) ile birlikte	335	18
Yalnız	71	16
Anne hayatta mı?		
Evet	448	99
Hayır	7	1
Baba hayatta mı?		
Evet	435	96
Hayır	20	4
Anne- Baba Medeni Durum		
Birlikte yaşıyor	416	91
Boşanmamış		
Ancak Ayrı Yaşıyor	11	3
Boşanmış	28	6
Psikiyatrik Tanı Alan Kişiler		
Tanı Almış	91	20
Tanı Almamış	455	80
Psikiyatrik İlaç Kullanma		
Kullanan	9	2
Kullanmayan	446	98
Duyguların Yeme Davranışına Etkisi		
Her zaman	136	30
Sık sık	124	27
Arada sırada	177	39
Hiçbir zaman	28	4
Kendinizi Fiziksel Açıdan Nasıl Görüyorsunuz?		
Çok kilolu	52	11
Kilolu	136	30
Normal	216	48
Zayıf	44	10
Çok zayıf	7	1
Annenin Çocukluk Dönemi Tutumu		
Bağımlı	40	9
Demokratik	46	10
İlgisiz	27	6
Koruyucu	224	49
Otoriter	118	26
Babanın Çocukluk Dönemi Tutumu		
Bağımlı	11	2
Demokratik	64	14
İlgisiz	115	25
Koruyucu	148	33
Otoriter	117	26

Araştırmaya katılan katılımcıların %71'i (n=321) kadın, %29'u (n=134) erkektir. Katılımcıların yaş ortalaması $23,35 \pm 3,03$ 'dür. Katılımcıların % 28'i (n=129) 18-21 yaş aralığında, %72'si (n=326) 22-29 yaş aralığındadır.

Katılımcıların %54'ü öğrenci (n=244) ve %46'sı (n=211) farklı mesleklere sahip olan katılımcılardan oluşmaktadır. %40'ını (n=40) çalışan, %60'ını (n=271) çalışmayan kişiler oluşturmaktadır. Yaşadıkları yerlere bakıldığında ise %74'ünün (n=335) büyükşehir, %22'sinin (n=99) ilçe, %5'inin (n=21) ise kasaba/ köyde yaşadığı görülmektedir.

Katılımcıların eğitim durumuna bakıldığında %4'ü (n=64) lisans öncesi, %86'sı (n=391) lisans ve lisans sonrası eğitim mezunudur. Annelerinin eğitim durumuna bakıldığında ise %15'i (n=18) okur yazar değil, %82'si (n=373) lisans öncesi, %16'sı (n=79) lisans ve lisans sonrası eğitim mezunudur.

Katılımcıların %66'sı (n=302) ailesi ile birlikte, %18'i (n=335) arkadaş(lar)ı ile birlikte ve %16'sı (n=71) yalnız yaşamaktadır. %99'unun (n=448) annesi hayatta, %1'inin (n=7) annesi hayatta değildir. %96'sının (n=435) babası hayatta, %4'ünün (n=20) babası hayatta değildir. %91'inin (n=416) anne- babası birlikte yaşıyor, %2'sinin (n=11) boşanmamış ancak ayrı yaşıyor ve %6'sının (n=28) ebeveynleri boşanmıştır.

Katılımcıların %20'si (n=91) tanı almış, %80'i (n=455) tanı almamış kişilerden oluşmaktadır. %2'i (n=9) ilaç kullanan, %98'i (n=446) ilaç kullanmayan kişilerden oluşmaktadır. Katılımcıların en çok aldıkları tanınların başında kaygı ile ilişkili bozukluklar yer almaktadır (n=52), daha sonra ise depresyon gelmektedir (n=30).

Duyguların yeme davranışı üzerindeki etkisine bakıldığında %30'unu (n=136) her zaman, %27'sini (n=124) sık sık, %39'unu (n=177) arada sırada, %4'ünü (n=28) hiçbir zaman etkilemediği görülmüştür. Kendilerini fiziksel açıdan nasıl gördükleri sorulduğunda %11'inin (n=52) çok kilolu, %30'unun (n=136) kilolu, %48'i (n=216) normal, %10'u (n=44) zayıf, %1'i (n=7) çok zayıf görmektedir.

Annenin çocukluk dönemindeki tutumu sorulduğunda %9'unun (n=40) bağımlı, %10'unun (n=46) demokratik, %6'sının (n=27), %49'unun (n=224) koruyucu, %26'sının (n=118) otoriter oldukları bildirilmiştir. Babanın çocukluk dönemindeki tutumu sorulduğunda %2'sinin (n=11) bağımlı, %14'ünün (n=64) demokratik, %25'inin (n=115), %33'ünün (n=148) koruyucu, %26'sının (n=117) otoriter oldukları bildirilmiştir.

4.2. Duygusal Yeme, YAAÖ ve KAET-Ç Alt Boyutları Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

Bu kısımda örneklemin ölçek puanlarının normal dağılımı test edilmiştir. Duygusal Yeme Alt Boyutu, Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği ve Kısaltılmış Ebeveyn Tutumları Ölçekleri puan ortalamalarına yer verilmiştir.

4.3. Normallik Analizi

Verilerin normallik varsayımı değerlendirilmiştir. Normallik varsayımının sağlanması için basıklık ve çarpıklık değerlerinin -1.5 ile +1.5 arasında bulunması gerekmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2014). Verilerden elde edilen puanların basıklık (skewness) ve çarpıklık (kurtosis) değerlerinin normallik varsayımını karşılaması

sebebiyle duygusal yeme, KAET-Ç, YAAÖ puanlarına ait verilerin normal dağılım gösterdiği kabul edilerek analizlerde parametrik testler kullanılmıştır.

Tablo 2. Duygusal yeme, KAET-Ç, YAAÖ normallik testi sonuçları

	Skewness (Basıklık)	Kurtosis (Çarpıklık)
Duygusal Yeme	.213	-1.334
KAET-Ç		
Duygusal Sıcaklık Anne	-.354	-.693
Aşırı Koruyucu Anne	.134	-.760
Reddedici Anne	1.128	.344
Duygusal Sıcaklık Baba	-.097	-1.027
Aşırı Koruyucu Baba	.255	-.454
Reddedici Baba	1.265	.699
YAAÖ	.239	-.682

YAAÖ: Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği, KAET-Ç: Kısaltılmış Ebeveyn Tutumları Ölçeği Çocuk Formu, YAAÖ: Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği

Tüm ölçek ve alt ölçeklerin normal dağılımının kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Örnekleme ait araştırma değişkenlerinden Duygusal yeme, YAAÖ ve KAET-Ç alt boyutlarının betimsel istatistikleri

N=455	Ortalama ± SS	Min.	Max.
Duygusal Yeme	37,15 ± 0,8	13.00	65.00
YAAÖ	38,19 ± 0,9	00.00	81.00
KAET-Ç			
Duygusal Sıcaklık Anne	18,38 ± 0,2	7.00	28.00
Aşırı Koruyucu Anne	22,18 ± 0,2	11.00	36.00
Reddedici Anne	11,88 ± 0,2	7.00	27.00
Duygusal Sıcaklık Baba	16,8 ± 0,2	7.00	28.00
Aşırı Koruyucu Baba	20,4 ± 0,2	9.00	36.00
Reddedici Baba	11,7 ± 0,2	7.00	28.00

YAAÖ: Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği, KAET-Ç: Kısaltılmış Ebeveyn Tutumları Ölçeği Çocuk Formu, YAAÖ: Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği

4.4. Güvenirlilik Analizi

Yapılan güvenirlilik analizleri sonucunda, duygusal yeme alt boyutu .97 Cronbach's alpha değerine sahiptir. YAAÖ top. Cronbach's alpha değeri ise .94 bulunmuştur. KAET-Ç anneye ilişkin algılanan ebeveynlik tutumları Cronbach's alpha değeri .82 ile .87 arasında değişmektedir. Babaya ilişkin algılanan ebeveynlik tutumları Cronbach's alpha değeri ise .81 ile .89 arasında değişmektedir. Güvenirlilik katsayıları ölçüm araçlarının bu örneklem üzerinde güvenilir sonuçlar verdiğini ortaya koymaktadır.

4.5. Duygusal Yeme Boyutu YAAÖ ve KAET-Ç Ölçek Boyutlarının Cinsiyet Açısından Karşılaştırılması

Bu kısımda cinsiyete göre katılımcıların duygusal yeme, YAAÖ, KAET-Ç alt boyutlarından almış oldukları puanlar bağımsız gruplar t-testi kullanılarak karşılaştırılmıştır.

Tablo 4. Duygusal yeme puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılması

	Cinsiyet	Ort.	SS	<i>t</i>	<i>p</i>
Duygusal Yeme	Kadın	34.6	16.3	-4.8	.001
	Erkek	43.00	19.8		

Bağımsız gruplar için t testi sonuçlarına göre kadın (Ort.= 34.6, SS= 16.3) ve erkek (Ort.=43.00, SS=19.8) grupları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur. ($t(550)=-4.8, p<.001$).

Tablo 5. Yetişkin ayrılma anksiyetesi ölçeği puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılması

	Cinsiyet	Ort.	SS	<i>t</i>	<i>p</i>
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği	Kadın	35.7	16.9	-3.8	.001
	Erkek	43.9	23.5		

Bağımsız gruplar için t testi sonuçlarına göre kadın (Ort.= 35.7, SS= 16.9) ve erkek (Ort.=43.9, SS=23.5) grupları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur ($t(550)= -3.8, p<.001$).

Tablo 6. KAET-Ç ölçeğinin alt boyutlarının cinsiyete göre karşılaştırılması

KAET-Ç Alt Boyutları	Cinsiyet	Ortalama	SS	<i>t</i>	<i>p</i>
Duygusal Sıcaklık Anne	Kadın	19.47	4.6	7.1	.001
	Erkek	15.7	5.8		
Aşırı Koruyucu Anne	Kadın	21.7	6.1	-1.7	0.08
	Erkek	23.1	5.7		
Reddedici Anne	Kadın	11.1	4.3	-4.7	.001
	Erkek	13.6	5.4		
Duygusal Sıcaklık Baba	Kadın	18.1	5.1	7.7	.001
	Erkek	13.8	5.8		
Aşırı Koruyucu Baba	Kadın	20.00	5.9	-.03	.98
	Erkek	21.2	6.0		
Reddedici Baba	Kadın	10.3	3.7	-9.3	.001
	Erkek	15.1	6.4		

Algılanan ebeveyn tutumları alt boyut puanları bağımsız gruplar için t-testi kullanılarak cinsiyet grupları açısından karşılaştırılmıştır.

Duygusal sıcaklık anne boyutunda kadın (Ort.=19,47, SS=4,6) ve erkek grupları arasında ($t(550)=7.1, p<.001$); aşırı koruyucu anne boyutunda kadın ve erkek grupları arasında ($t(550)=-1.7, p<.05$); reddedici anne boyutunda kadın (Ort.= 11,1, SS=4,3) ve erkek (Ort.=13,6, SS= 5,4) grupları arasında ($t(550)=-4.7, p<.001$) istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur.

Duygusal sıcaklık baba boyutunda kadın (Ort.= 18,1, SS= 5,1) ve erkek (Ort.=15,7, SS= 5,8) grupları arasında ($t(550)=7.7, p<.001$); aşırı koruyucu baba boyutunda kadın (Ort= 21,7, SS= 6,1) ve erkek (Ort= 23,1, SS= 5,7) grupları arasında ($t(550)=-.03, p=.98$); reddedici baba boyutunda kadın (Ort= 10,3, SS= 3,7) ve erkek (Ort= 15,1, SS= 6,4) grupları arasında ($t(550)=-9.3, p<.001$) istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur.

4.6. Duygusal Yeme Davranışı, Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve Algılanan Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Tablo 7. Duygusal yeme davranışı, YAAÖ ve KAET-Ç Pearson korelasyon analizi

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8
1.Duygusal yeme	-							
2.Duygusal Sıcaklık Anne	-.35**	-						
3.Aşırı Koruyucu Anne	.33**	-.34**	-					
4.Reddedici Anne	.46**	-.66**	.58**	-				
5.Duygusal Sıcaklık Baba	-.30**	.81**	-.34**	-.54**	-			
6.Aşırı Koruyucu Baba	.16**	.01	.61**	.18**	.02	-		
7.Reddedici Baba	.46**	-.56**	.49**	.73**	-.64**	.34**	-	
8.Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	.44**	-.28**	.46**	.49**	-.25**	.29**	.53**	-

*: İstatistiksel olarak anlamlıdır. * $p<.05$, ** $p<.01$

Duygusal yeme davranışı, yetişkin ayrılma anksiyetesi ve algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Bulgular Tablo 7’de verilmiştir.

Duygusal yeme davranışı, yetişkin ayrılma anksiyetesi ve algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Duygusal yeme davranışı ile anneye ilişkin algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişkilerin $r=.45$ ile $r=-.35$ arasında değiştiği ve $p<.01$ düzeyinde anlamlı olduğu tablo 7’de görülmektedir. Duygusal yeme ile babaya ilişkin algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişkilerin ise $r=.46$ ile $r=-.15$ arasında değiştiği ve $p<.01$ düzeyinde anlamlı olduğu tablo 7’de görülmektedir.

Duygusal yeme davranışı ile yetişkin ayrılma anksiyetesi arasındaki ilişkinin $r=.43$ olup $p<0.1$ düzeyinde anlamlı olduğu tablo 7’de görülmektedir.

Duygusal yeme davranışı, yetişkin ayrılma anksiyetesi ve algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişkiler değerlendirildiğinde, en güçlü ilişkinin duygusal yeme davranışı ile anneden ve babadan algılanan reddedicilik düzeyi arasında olduğu belirlenmiştir. Daha sonra ise duygusal yeme davranışı ile yetişkin ayrılma anksiyetesi arasındaki ilişki gelmektedir.

4.7. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi, Algılanan Ebeveyn Tutumları Boyutlarının Duygusal Yemeyi Yordayıcı Analizi

Değişkenler arasındaki ilişkiler istatistiksel açıdan anlamlı bulunduğu için regresyon analizi gerçekleştirilebilmiştir.

Tablo 8. Duygusal yeme davranışını yordayan değişkenler

Değişken	B	Beta	R ²	Uyarlanmış R ²	t	F
1.adım: Demografik Değişkenler			.04	.04		12.171***
Yaş	-.02	.02			-.953	
Cinsiyet	.62	.13			4.757***	
2.adım: KAET-Ç			.25	.23		22.024***
Duygusal Sıcaklık Anne	-.26	-.15			-2.070	
Aşırı Koruyucu Anne	.31	.15			2.406*	
Reddedici Anne	.30	.16			2.179*	
Duygusal Sıcaklık Baba	.29	.18			2.384	
Aşırı Koruyucu Baba	-.21	-.09			-1.569	
Reddedici Baba	.50	.28			3.870***	
3.adım: YAAÖ						
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	.43	.08	.28	.27	4.906***	23.083***

*: İstatistiksel olarak anlamlıdır. * $p<0,05$, ** $p<0,01$, *** $<0,001$ KAET-Ç: Kısaltılmış Ebeveyn Tutumları Ölçeği Çocuk Formu, YAAÖ: Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği

Hiyerarşik analizinde ilk aşamada cinsiyet ve yaş; ikinci aşamada duygusal sıcaklık anne/baba, aşırı koruyucu anne/baba, reddedici anne/baba tutumu; üçüncü aşamada yetişkin ayrılma anksiyetesi denkleme alınmıştır.

Enter yöntemi ile yürütülen regresyon analizi sonucunda ilk aşamada cinsiyet ve yaşın etkisi kontrol altına alınmıştır. Ardından anneden algılanan aşırı koruyuculuk ($\beta=.15$, $p<.05$), reddedicilik ($\beta=.16$, $p<.05$), babadan algılanan reddedicilik ($\beta=.283$,

$p < .001$) ve yetişkin ayrılma anksiyetesi ($\beta = .088$, $p < .001$) değişkenlerinin duygusal yeme davranışını istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Cinsiyet, yaş, anneden ve babadan algılanan duygusal sıcaklık düzeyi, anneden ve babadan algılanan aşırı koruyuculuk düzeyi, anneden ve babadan algılanan reddedicilik düzeyi ve yetişkin ayrılma anksiyetesi değişkenleri ile oluşturulan model varyansın % 28'ini açıklamaktadır ($R^2 = .28$, $F(9, 542) = 29,748$, $p < .001$).

4.8. Aracılığa İlişkin Analizler

4.8.1. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Duygusal Yeme Davranışı İlişkisinde Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Aracılık Etkisinin Analizi

Aracılık analizinde yer alacak bağımsız değişkenlere yapılan korelasyon analizleri sonucunda karar verilmiştir. Bu kapsamda aracılık analizinde yer alacak değişkenler aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Tablo 9. Aracılık analizinde yer alacak değişkenler tablosu

Yordayıcı Değişken	Aracı Değişken	Yordanan Değişken
Anneden Algılanan Aşırı Koruyuculuk	Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Duygusal Yeme Davranışı
Anneden Algılanan Reddedicilik	Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Duygusal Yeme Davranışı
Babadan Algılanan Aşırı Koruyuculuk	Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Duygusal Yeme Davranışı
Babadan Algılanan Reddedicilik	Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Duygusal Yeme Davranışı

Yapılan bu araştırmada aracılık analizinin AMOS programı kullanılarak gerçekleştirilmesi tercih edilmiştir. Analizde duygusal yeme davranışı ile ilişkisi incelenen yetişkin ayrılma anksiyetesi (aracı değişken) ve algılanan ebeveynlik tutumlarından (bağımsız değişken) aşırı koruyucu anne/baba ve reddedici anne/baba tutumlarına ilişkin alt boyutların yer almasına karar verilmiştir.

4.8.2. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Duygusal Yeme Davranışı İlişkisinde Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Aracılık Etkisinin Analizi

Duygusal yeme davranışı ve algılanan ebeveyn tutumları ilişkisinde yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracılık etkisinin belirlenmesi amacıyla yapısal eşitlik modeli test edilmiştir. Yapısal eşitlik modeli; bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkilerin modellenmesine yardımcı olan, aracılık ve düzenleyicilik etkilerini incelemeyi kolaylaştıran bir yöntemdir. Aynı zamanda modeldeki değişkenleri eş zamanlı ölçtüğü ve ölçüm hatalarını da hesaba kattığı için diğer istatistiksel analizlere kıyasla daha avantajlı olduğu düşünülen bir yöntemdir (Dursun ve Karagöz, 2010). Çalışmadaki değişkenlerin

aracılık etkisini inceleyebilmek amacıyla Baron ve Kenny'nin (1986) ölçütleri referans alınmıştır.

Bu amaçla; ilk aşamada gerçekleşmesi gereken bağımsız değişken olan algılanan ebeveyn tutumlarının bağımlı değişken olan duygusal yeme davranışı üzerindeki etkisinin anlamlı olması gerekmektedir.

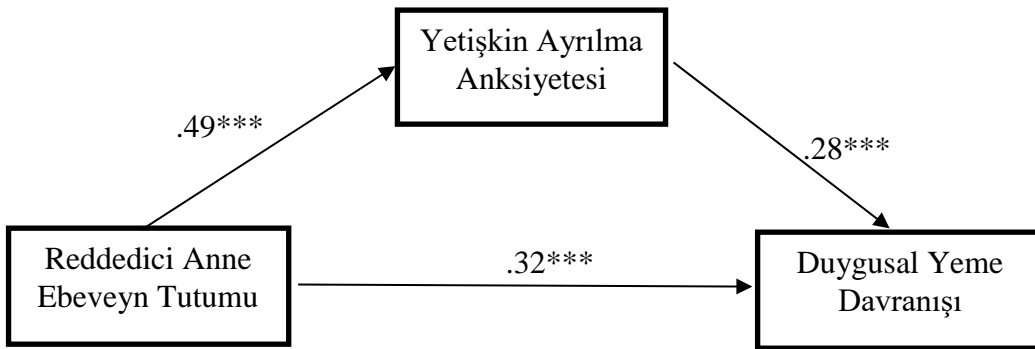
İkinci adımda, bağımsız değişkenin (algılanan ebeveyn tutumları) aracı değişken olan yetişkin ayrılma anksiyetesi üzerindeki etkisinin anlamlı olması gerekmektedir.

Üçüncü adımda, bağımsız değişken (algılanan ebeveyn tutumları) ve aracı değişkenin (yetişkin ayrılma anksiyetesi) bağımlı değişken (duygusal yeme davranışı) üzerindeki etkisi aynı anda incelendiğinde, bağımsız değişkenin etkisinin ilk modele göre azalmış ya da anlamsız hale gelmiş olması beklenmektedir.

İlerleyen bölümde aracılık analizlerine ilişkin bulgulara yer verilecektir.

4.8.2.1 Anneden Algılanan Reddedicilik ve Duygusal Yeme Davranışı Arasındaki İlişide Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Aracı Rolünün İncelenmesine Yönelik Bulgular

Yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracı rolüne ilişkin oluşturulan model test edilmiştir. Bu amaçla; ilk aşamada gerçekleşmesi gereken bağımsız değişken olan anneden algılanan reddedicilik, bağımlı değişken olan duygusal yeme davranışı üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür ($\beta = .46, p < .001$). İkinci aşamada, bağımsız değişkenin (anneden algılanan reddedicilik) aracı değişken olan yetişkin ayrılma anksiyetesi üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir ($\beta = .49, p < .001$). Üçüncü aşamada ise bağımsız değişken (anneden algılanan reddedicilik) ve aracı değişkenin (yetişkin ayrılma anksiyetesi) bağımlı değişken (duygusal yeme davranışı) üzerindeki etkisi aynı anda incelenmiştir. Bağımsız değişkenin (anneden algılanan reddedicilik) etkisinin ilk modele göre azalmış olduğu görülmüştür ($\beta = .32, p < .001$). Yapılan model analizi sonucunda yetişkin ayrılma anksiyetesinin kısmi aracılık etkisi olduğu görülmektedir. Aracılık etkisinin dolayısıyla modelin anlamlılığı güven aralığı kontrol edilerek saptanmıştır. ($\beta = .32, SE = .091, p < .01, 95\% CI [.096, .190]$).

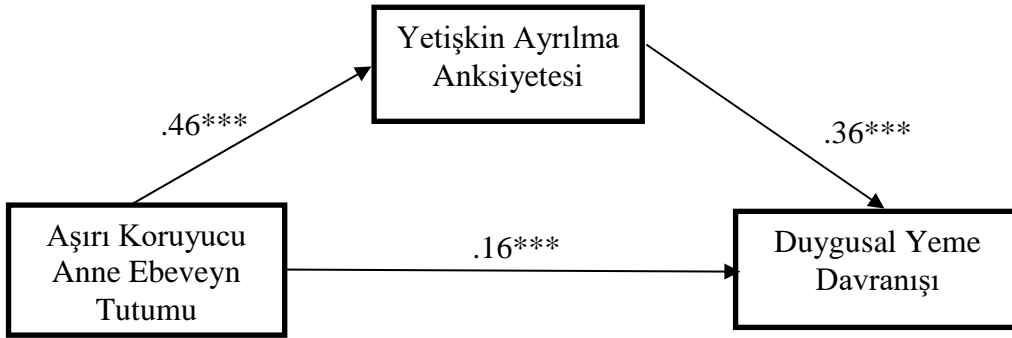


Şekil 2: Yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracı rolüne ilişkin test edilen model 1.

Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir. * $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

4.8.2.2. Anneye İlişkin Algılanan Aşırı Koruyucu Ebeveynlik Tutumu ve Duygusal Yeme Davranışı Arasındaki İlişkide Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Aracı Rolünün İncelenmesine Yönelik Bulgular

Yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracı rolüne ilişkin oluşturulan model test edilmiştir. Bu amaçla; ilk aşamada gerçekleşmesi gereken bağımsız değişken olan aşırı koruyucu anne tutumunun, bağımlı değişken olan duygusal yeme davranışı üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür ($\beta = .33$, $p < .001$). İkinci aşamada, bağımsız değişkenin (aşırı koruyucu anne tutumu) aracı değişken olan yetişkin ayrılma anksiyetesini üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir ($\beta = .36$, $p < .001$). Üçüncü aşamada ise bağımsız değişken (aşırı koruyucu anne tutumu) ve aracı değişkenin (yetişkin ayrılma anksiyetesini) bağımlı değişken (duygusal yeme davranışı) üzerindeki etkisi aynı anda incelenmiştir. Bağımsız değişkenin (aşırı koruyucu anne tutumu) etkisinin ilk modele göre azalmış olduğu görülmüştür ($\beta = .16$, $p < .001$). Yapılan model analizi sonucunda yetişkin ayrılma anksiyetesinin kısmi aracılık etkisi olduğu görülmektedir. Aracılık etkisinin dolayısıyla modelin anlamlılığı güven aralığı kontrol edilerek saptanmıştır. ($\beta = .16$, SE = .096, $p < .05$, 95% CI [.124, .221]).

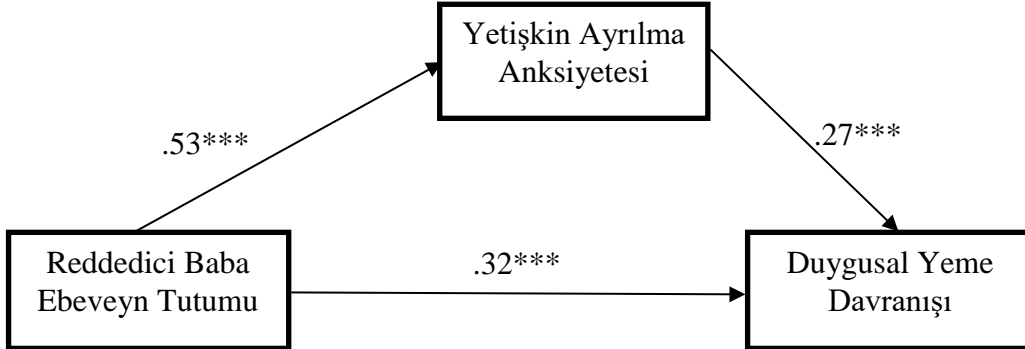


Şekil 3. Yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracı rolüne ilişkin test edilen model 2. Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir. * $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

4.8.2.3. Babadan Algılanan Reddedicilik ve Duygusal Yeme Davranışı Arasındaki İlişkide Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Aracı Rolünün İncelenmesine Yönelik Bulgular

Yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracı rolüne ilişkin oluşturulan model test edilmiştir. Bu amaçla; ilk aşamada gerçekleşmesi gereken bağımsız değişken olan babanın algılanan reddediciliği, bağımlı değişken olan duygusal yeme davranışı üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür ($\beta = .46$, $p < .001$). İkinci aşamada, bağımsız değişkenin (babanın algılanan reddediciliği) aracı değişken olan yetişkin ayrılma anksiyetesini üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir ($\beta = .53$, $p < .001$). Üçüncü aşamada ise bağımsız değişken (babanın algılanan reddediciliği) ve aracı değişkenin (yetişkin ayrılma anksiyetesini) bağımlı değişken (duygusal yeme davranışı) üzerindeki etkisi aynı anda incelenmiştir. Bağımsız değişkenin (babanın algılanan reddediciliği) etkisinin ilk modele göre azalmış olduğu görülmüştür ($\beta = .32$, $p < .001$).

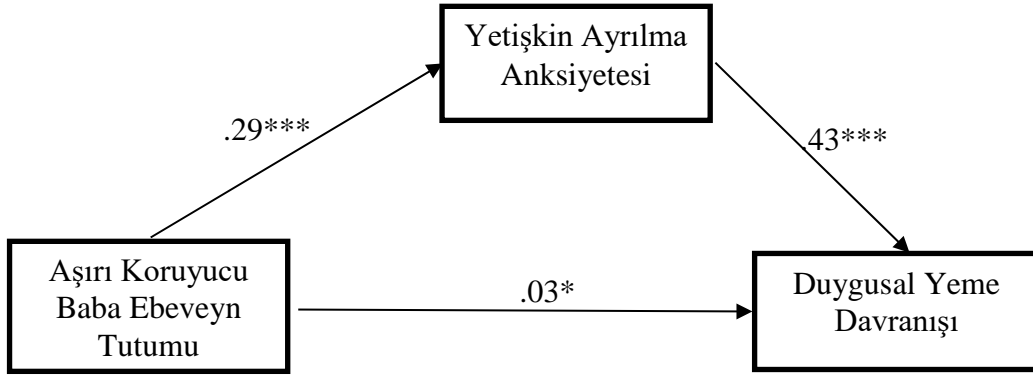
Yapılan model analizi sonucunda yetişkin ayrılma anksiyetesinin kısmi aracılık etkisi olduğu görülmektedir. Aracılık etkisinin dolayısıyla modelin anlamlılığı güven aralığı kontrol edilerek saptanmıştır. ($\beta = .32$, $SE = .088$, $p < .001$, $95\% CI [.091, .163]$).



Şekil 4. Yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracı rolüne ilişkin test edilen model 3. Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir. * $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

4.8.2.4. Babadan Algılanan Aşırı Koruyuculuk ve Duygusal Yeme Davranışı Arasındaki İlişkide Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Aracı Rolünün İncelenmesine Yönelik Bulgular

Yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracı rolüne ilişkin oluşturulan model test edilmiştir. Bu amaçla; ilk aşamada gerçekleşmesi gereken bağımsız değişken olan babadan algılanan aşırı koruyuculuk, bağımlı değişken olan duygusal yeme davranışı üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür ($\beta = .16$, $p < .001$). İkinci aşamada, bağımsız değişkenin (babadan algılanan aşırı koruyuculuk) aracı değişken olan yetişkin ayrılma anksiyetesi üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir ($\beta = .29$, $p < .001$). Üçüncü aşamada ise bağımsız değişken (babadan algılanan aşırı koruyuculuk) ve aracı değişkenin (yetişkin ayrılma anksiyetesi) bağımlı değişken (duygusal yeme davranışı) üzerindeki etkisi aynı anda incelenmiştir. Bağımsız değişkenin (babadan algılanan aşırı koruyuculuk) etkisinin ilk modele göre azalmış olduğu ve anlamlılık düzeyinin de düştüğü görülmüştür ($\beta = .03$, $p < .05$). Yapılan model analizi sonucunda yetişkin ayrılma anksiyetesinin babadan algılanan aşırı koruyuculuk ile duygusal yeme davranışı arasındaki ilişkide tam aracılığa işaret ettiği görülmektedir. Yapılan analizler sonucunda aracılık etkisinin en fazla olduğu model olarak bulgulanmıştır. Aracılık etkisinin dolayısıyla modelin anlamlılığı güven aralığı kontrol edilerek saptanmıştır. ($\beta = .03$, $SE = .108$, $p < .05$, $95\% CI [.01, .089]$).



Şekil 5. Yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracı rolüne ilişkin test edilen model 5. Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir. * $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

Tablo 10. Test edilen modellerin anlamlılık düzeyleri

Test Edilen Modeller	Lower (En Düşük Değer)	Uppe (En Yüksek Değer)	Model Anlamlılık Düzeyi
Aşırı Koruyucu Baba → Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi → Duygusal Yeme Davranışı	.01	.089	.163
Reddedici Baba → Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi → Duygusal Yeme Davranışı	.091	.186	.014
Aşırı Koruyucu Anne → Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi → Duygusal Yeme Davranışı	.124	.221	.007
Reddedici Anne → Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi → Duygusal Yeme Davranışı	.096	.190	.005

Aracılık etkisinin anlamlılığı, en bilinen olan güven aralığının hesaplanması ve bu aralık içerisinde sıfırın bulunup bulunmamasına göre belirlenmektedir. Güven aralığının içerisinde sıfırın yer almaması, dolaylı etkinin sıfırdan farklı olduğuna işaret etmektedir (Preacher ve Hayes 2004, 2008). Yapılan aracılık analizlerine bakıldığında aracılık etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir.

5. TARTIŞMA

Çalışmanın temel amacı, beliren yetişkinlik döneminde algılanan ebeveynlik tutumları ile yetişkin ayrılma anksiyetesi ve duygusal yeme davranışı arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Aynı zamanda algılanan ebeveynlik tutumları ve yetişkin ayrılma anksiyetesinin duygusal yeme üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkileri araştırılmıştır. Araştırma bulgularına göre algılanan ebeveyn tutumları ve yetişkin ayrılma anksiyetesi ile duygusal yeme arasında anlamlı ilişkiler olduğu ortaya konulmuştur. Araştırmanın amacı kapsamında yapılan analizlerden elde edilen sonuçların tartışılmasına bu bölüm içerisinde yer verilmiştir.

5.1. Duygusal Yeme Davranışı, Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve Algılanan Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

5.1.1. Duygusal Yeme Davranışı ve Algılanan Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Duygusal sıcaklık anne/baba alt boyutu ile duygusal yeme davranışı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Anne ve babadan algılanan duygusal sıcaklık düzeyi ile duygusal yeme davranışı arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olması, anne babadan algılanan duygusal sıcaklık arttıkça duygusal yeme davranışının azabileceği şeklinde yorumlanabilir. Alanyazında ebeveynlerin erken dönemde çocukları ile kurdukları ilişki biçiminin çocuğun psikolojik sağlamlığıyla ilişkisi inceleme konusu olmuştur. Erken dönemde ebeveynlerden algılanan duygusal sıcaklık yetişkinlik döneminde psikolojik sağlığı koruyucu bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır (Engert ve ark., 2010). Ebeveyn tutumları üzerine yapılan araştırmalar yüksek sıcaklık ve yüksek kontrolcü ebeveynlerin çocuklarının daha fazla öz yeterlik, öz disiplin ve duygusal olgunluğa sahip olduğunu ortaya koymaktadır (Baumrind, 1991). Aynı zamanda ebeveynin sıcak ilgisinin sağlıklı başa çıkma ile pozitif ilişkili olduğu görülmüştür (Lobera ve ark., 2011). Benzer şekilde ebeveynleri tarafından destekleyici tutum gören çocuklarda daha az problemler ve duygusal sorunların görüldüğünü ortaya koyan çalışmalar da mevcuttur (örn. Finkenauer ve ark., 2005). Destekler şekilde, algılanan ebeveyn ilgisinin genç yetişkinlerde duygusal yeme ile negatif ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Ergang, 2019). Bu bulguların araştırmanın bulguları ile paralellik gösterdiği görülmektedir.

Aşırı koruyucu anne/baba alt boyutu ile duygusal yeme davranışı arasında beklenildiği şekilde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Algılanan aşırı koruyucu anne/baba tutumu ile duygusal yeme davranışı arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olması, aşırı koruyucu anne/baba algısı arttıkça duygusal yeme davranışının artabileceği şeklinde yorumlanabilir. Alanyazında yeme bozukluklarının gelişmesinde bazı ebeveyn tutumlarının risk faktörü olduğu öne sürülmektedir (Polivy ve Herman, 2002). Waller ve Calam'a (1990) göre ebeveyn tutumlarından aşırı koruyucu, otoriter ve cezalandırıcı tutumlar literatürde olumsuz ebeveynlik tutumları olarak değerlendirilir. Çocukluk döneminde bu ebeveynlik tutumlarını deneyimleyen çocuklarda bozulmuş yeme tutumu çoğunlukla çevreyi kontrol etmek için geliştirilir (Sapmaz Yurtsever ve Sütçü, 2017). Liu ve arkadaşlarının (2023) yapmış olduğu araştırmada ebeveynin aşırı korumacı tutumu

erkek katılımcılarda yüksek düzey düzensiz yeme davranışı ile ilişkili bulunmuştur. Destekler şekilde, ebeveynin ilgisizliği, aşırı koruması, kontrolcülüğü ve düşük benlik saygısı daha yüksek düzey yeme bozukluğu riski ile ilişkilendirilmiştir (Snoek ve ark., 2007; Perry ve ark. 2008). Rowa ve arkadaşlarının (2001) yapmış olduğu araştırmada ise anoreksiya nervozalı kadınların, ebeveynlerini müdahaleci ve aşırı koruyucu nitelendirdikleri bulunmuştur. Bu bulguların araştırmamızla uyumlu olduğu görülmektedir.

Reddecı anne/baba alt boyutu ile duygusal yeme davranışı arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişkiler olması, reddecı anne/baba algısı arttıkça duygusal yeme davranışının da artabileceği şeklinde yorumlanabilir. Bununla birlikte ebeveynin çocuğuyla olan ilişkisinin yeterince iyi olmadığı durumlar, yetişkinlik döneminde psikopatolojilerin gelişimi açısından bir risk faktörü olarak karşımıza çıkmaktadır (Gomez- Beneyto ve ark., 1993). Öte yandan olumsuz ebeveynlik algılarının farklı risk faktörleri de dahil olmak üzere, diğer psikopatoloji biçimlerinden ziyade yeme patolojisinin gelişimine daha çok zemin hazırladığı görüşlerine rastlanmıştır (örn., Topham, 2011). Aynı zamanda bakım verenlerinin ihmalcı tutumları ve ilgisizliği alanyazında yeme bozukluğu gelişiminde bir risk faktörü olarak kabul edilmektedir (Haudek ve ark., 1999). Yapılan bu araştırmada da algılanan reddedici ebeveyn tutumunun duygusal yeme davranışı geliştirmede bir risk faktörü olabileceği ortaya konulmuştur. Ebeveyn tutumları üzerine yapılan çalışmalarda ebeveynleri tarafından duygu ifadesine izin verilmeyen veya olumsuz duygularını ifade ettikleri için onları cezalandıran ebeveynleri olan çocukların daha duygusal olma eğiliminde oldukları ortaya konulmuştur. Bu çocukların, duygularını daha az düzenleyebilen ve duygu yoğunluğuyla başa çıkmak için kaçış yöntemlerini daha sık kullandıkları ifade edilmektedir (Fabes ve ark., 2001). Aynı zamanda bu tutumdan korunmaya çalışan çocukların yemek yeme ile duygularını düzenlemeye çalıştıkları görülmüştür (Schneer, 2002). Mellin ve arkadaşlarına (2002) göre de duyguları reddeden ebeveynlerin çocukları daha fazla duygusal sıkıntı yaşar ve daha sağlıksız yeme davranışlarında bulunur. Duygusal yeme davranışının da olumsuz duygudurum ile başa çıkmada bir kaçış yöntemi olduğu bilindiği üzere bireyin reddedici ebeveyn tutumuna maruz kalması durumunda duygusal yeme davranışı eğiliminin artacağı şeklindeki mevcut araştırma bulgularını desteklemektedir.

Sonuç olarak, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde algılanan ebeveyn tutumları ile duygusal yeme davranışı arasında anlamlı ilişkiler olduğuna ilişkin araştırma hipotezi desteklenmiştir.

5.1.2. Duygusal Yeme Davranışı ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Duygusal yeme davranışı ile yetişkin ayrılma anksiyetesi arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Anksiyete ve yeme bozuklukları sıklıkla bir arada görülen psikopatolojilerdir. Anksiyete bozukluğu belirtileri yeme bozukluklarının gelişmesinden daha önce ortaya çıkmaktadır (Bulik, 2003). Bu durum araştırmacıları anksiyetenin etiyolojisinde ve sürdürülmesinde nelerin rol oynadığını araştırmaya yöneltmiştir (Hinrichsen ve ark., 2007). Yapılan bu araştırmada da duygusal yeme davranışı ile yetişkin ayrılma anksiyetesi arasında nasıl bir ilişki olduğu araştırılmıştır. Ayrılma anksiyetesi bireyin bakım verenlerinin yanında olup olmaması ve güvende olmaları ile ilgili belli başlı bazı anksiyeteler ile belirlidir (Pini ve ark., 2010). Ayrılma

anksiyetesi yaşayan bireyler, bağlanma figüründen ayrılma veya ayrılma beklentisiyle aşırı kaygı yaşarlar (Manicavasagar ve ark., 2010). Bununla beraber alanyazında yeme bozuklukları ve ayrılma-bireyleşmede yaşanan sorunlar arasında ilişki olduğunu ortaya koyan çalışmalar mevcuttur (örn. Caparrotta, 2006). Aynı zamanda alanyazında yapılan bazı araştırmalar geç ergenlikteki yeme bozukluklarının, erken dönemdeki ayrılma-bireyleşmede yaşanan zorluklarla ilişkili olabileceğini ortaya koymuştur (örn., Amstrong ve Roth, 1989; Troisi ve ark., 2005). Bununla birlikte duygusal yeme davranışının erken dönemde ortaya çıkabileceği gibi yetişkinlik döneminde de ilk kez görülebileceği ortaya konulmaktadır (Macht ve Simons, 2011). Yetişkin ayrılma anksiyetesi düşünüldüğünde bireyin bağlanma figürleri olan eşi ya da çocuğunun zarar göreceğine ilişkin korkuları ve buna eşlik eden yakın temasta kalmaya yönelik yoğun çabaları bulunmaktadır (Manicavasagar, 2010). Bu bağlamda literatürde yetişkinlik dönemindeki bireylerin evden ayrılma veya romantik ilişkilerinin bitmesi ile yeme bozukluğu belirtilerinin başlaması ve tekrarlaması arasında ilişki olduğunu gösteren çalışmalar yer almaktadır (örn. Van der Broucke ve Vandereycken, 1986). Alanyazındaki bu bilgiler ışığında beliren yetişkinlik döneminin doğası düşünüldüğünde yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtileri ile birlikte duygusal yeme davranışının bu dönemde ortaya çıkabileceği düşünülmüştür. Destekler şekilde literatürde anksiyete ve yeme bozuklukları üzerine yapılan araştırmalarda yaşanan olumsuz duyguların yeme davranışını bozabileceği ve olumsuz duygularla baş etmede duygusal yeme davranışının kullanılabilmesi ortaya konulmuştur (da Fonseca ve ark., 2022). Yukarıdaki görüşlerin mevcut araştırma bulgularını destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Sonuç olarak, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde yetişkin ayrılma anksiyetesi ile duygusal yeme davranışı arasında anlamlı ilişkiler olduğuna ilişkin araştırma hipotezi desteklenmiştir.

5.1.3. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi

Algılanan ebeveyn tutumlarından aşırı koruyucu ve reddedici anne/baba tutumu ile yetişkin ayrılma anksiyetesi arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunurken; duygusal sıcaklık anne/baba tutumu ile yetişkin ayrılma anksiyetesi arasında ise negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Bağlanma kuramına göre, güvenli bağlanan çocuklar bağlanma figürlerine karşı daha az anksiyeteli davranışlar sergilerken, güvensiz bağlanan çocuklar daha çok ayrılma anksiyetesi belirtileri gösterirler (Bowlby, 1973). Bu açıdan bakıldığında, güvensiz bağlanma ile ayrılma anksiyetesi arasındaki bağlantı, güvensiz bağlanmanın anksiyete gelişiminde genel risk faktörü olabileceğidir (Baldwin, 2016). Bağlanma, ayrılma ve yeniden birleşme tepkileri bebekler gelişim gösterdikçe öğrenilmektedir (Bowlby, 1973). Bağlanma sürecine bazı zamanlarda anksiyete ve terk edilmeye ilişkin korkular eşlik edebilir. Güvensiz bağlanma biçimi, bağlanma nesnesi ile ilişkide olası bir tehdit algılandığında ya da bağlanma nesnesinin zaman zaman mevcut olup zaman zaman ortadan kaybolduğu ortamlarda gelişebilir (Baldwin, 2016). Bowlby'e göre bağlanma nesnelерinin çocuğa bağlanma biçimi ile çocuğun anksiyete düzeyi arasında bir ilişki vardır. Bazı çocukların yalnız kalmaya ve tehlikelerle karşılaşmaya dair korkuları bulunmaktadır. Bu çocukların bağlanma nesnelерinin ihtiyaçlarını karşılamada tutarsız davranışları çocuklarda kaygılı bağlanma biçiminin oluşmasına yol açabilir (Baldwin, 2016). Reddedilme ve terk edilme endişesiyle ilişkisi olan bağlanma anksiyetesi, artan psikopatoloji oranlarıyla ilişkilendirilmiştir (Baldwin, 2016). Duygusal sıcaklıktan yoksun baba algısı ile anksiyete ve depresyon arasında anlamlı ilişkiler olduğu

bulunmuştur (Lobera ve ark., 2011). Bu görüşlerin araştırma bulgularını desteklediği görülmektedir.

5.2. Duygusal Yeme Davranışını Yordayan Değişkenlerin Değerlendirilmesi

Mevcut araştırmada duygusal yeme davranışını yordayan faktörleri incelemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Yaş ve cinsiyetin etkisinin kontrol edilmesinin ardından, araştırmanın değişkenleri olan algılanan ebeveynlik tutumları ve yetişkin ayrılma anksiyetesinin duygusal yeme davranışını ne oranda yordadığı aşamalı olarak incelenmiştir. Reddedici baba ebeveynlik tutumu ve yetişkin ayrılma anksiyetesi değişkenlerin duygusal yeme davranışı üzerinde anlamlı etkilerinin olduğu ortaya konulmuştur. Söz konusu değişkenlerin duygusal yeme davranışının % 28'lik varyansını açıkladığı bulunmuştur.

Anneden algılanan aşırı koruyuculuk, reddedicilik, babadan algılanan reddedicilik ve yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerinin artmasıyla duygusal yeme davranışının da arttığı görülmektedir. Bulgularla uyumlu olarak, reddedici ve aşırı koruyucu ebeveyn tutumlarına maruz kalan (örn. Ergang ve ark., 2019; Topham ve ark., 2011) ve anksiyete belirtileri gösteren (örn. Goossens ve ark., 2009) bireylerde daha fazla duygusal yeme davranışı görüldüğüne dair çalışmalara rastlanmıştır.

5.3. Beliren Yetişkinlik Döneminde Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Duygusal Yeme Davranışı Arasındaki İlişkide Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

İlgili alanyazında görüldüğü üzere duygusal yeme davranışı ve yetişkin ayrılma anksiyetesi beliren yetişkinlik döneminde varlığını ve önemini koruyan bir olgudur. Mevcut çalışmada beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin algıladıkları ebeveyn tutumları alt boyutları ile duygusal yeme davranışı arasındaki ilişki yetişkin ayrılma anksiyetesinin doğrudan ve dolaylı etkileri açısından değerlendirilmiştir. Çalışmanın bu bölümünde, algılanan ebeveyn tutumları alt boyutlarından; algılanan aşırı koruyucu ve reddedici anne/baba tutumları ile duygusal yeme davranışı arasında yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracı rolüne ilişkin bulgular tartışılacaktır.

Araştırma bulgularına göre algılanan aşırı koruyucu anne tutumu ve reddedici anne/baba tutumu ile duygusal yeme davranışı arasındaki ilişkide yetişkin ayrılma anksiyetesinin kısmi aracılık ettiği görülmektedir. Aşırı koruyucu baba tutumu ile duygusal yeme davranışı arasındaki ilişkide ise yetişkin ayrılma anksiyetesinin tam aracılık etkisinin olduğu bulunmuştur. İlgili alanyazında doğrudan bu modelleri test eden başka bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Mevcut çalışmada, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin ebeveynlerini aşırı koruyucu ve reddedici algılamaları, yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerinin de aracılığıyla duygusal yeme davranışına eğilimi arttırabileceği şeklinde yorumlanabilir. Beliren yetişkinlik dönemi yeme bozuklukları ve yetişkin ayrılma anksiyetesine eğilimin diğer gelişim dönemlerine göre daha fazla olduğu bir dönemdir (Bögels ve ark., 2013; Troisi ve ark., 2005). Beliren yetişkinler bu dönemde psikolojik sağlığı olumsuz etkileyebilecek birçok farklı faktöre maruz kalabilir (Bögels ve ark., 2013). Bireyin erken dönemde, ebeveynlerinden aldığı bakım sonraki psikopatoloji riskini de önemli ölçüde

arttırabilir (Score, 2001). Özellikle, algılanan ebeveynliğin yeme bozukluklarında eşlik eden davranışlarla (örn. dürtüsellik) veya daha genel psikopatolojiyle (örn. anksiyete ve depresyon) ilişkisi daha fazla araştırma yapılması gereken çalışma alanlarıdır (Sheffield ve ark., 2006).

5.3.1. Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Duygusal Yeme Davranışı Arasındaki İlişkide Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Aracı Rolüne İlişkin Değerlendirmeler

Duygusal yeme davranışı ile algılanan reddedici anne/baba ebeveyn tutumları arasındaki ilişkide yetişkin ayrılma anksiyetesinin kısmi aracılık rolü olduğu bulunmuştur. Reddedici anne/baba tutumunu algılayan beliren yetişkinin, yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerini de taşıdığına duygusal yeme davranışı geliştirme olasılığının artabileceği ortaya konulmuştur. Beliren yetişkinlik dönemi, diğer gelişim dönemlerine oranla psikolojik stresörlere daha açık bir dönemdir (Bögels ve ark., 2013). Beliren yetişkinlik döneminde azalan aile desteği, bireyleşme adımları, kendi kararlarını alma sorumluluğu bu dönemde psikolojik zorlukların yaşanmasına neden olabilmektedir (Atak ve Çok, 2010). Aynı zamanda ebeveynin reddedici tutumunun da önemli bir risk faktörü olduğu kabul edilmektedir. Erken dönemde algılanan reddedici ebeveyn tutumunun yetişkinlik döneminde ortaya çıkan psikopatolojiler ile ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (örn. Bagwell ve ark., 1998). Yetişkin ayrılma anksiyetesinin son zamanlarda yakından incelenmeye başlanmasıyla birlikte bu konu teorik ve görgül çalışmalarda incelenme olanağı sunmuştur (örn. Başbuğ ve ark., 2016; Manicavasagar ve ark., 1997; Karaytuğ ve ark., 2021). Ayrılma anksiyetesi genellikle bakım verenlerinin kendilerinin yanında olup olmaması ve güvende olmaları ile ilgili belli başlı bazı kaygı belirtileri olarak ortaya çıkabilir (Pini ve ark., 2010). Bu noktada yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerinin aracılık etmesi ile birlikte beliren yetişkinlerde bir baş etme yöntemi olarak “duygusal yeme davranışının” kullanılabileceği düşünülebilir. Literatürde reddedici ebeveyn tutumunun çocuk ve ergenlerde duygusal sorunları arttırdığı ortaya konulmuştur (örn. Eisenberg ve ark., 1998). Bunun yanı sıra bu bireylerin, olumsuz duyguları anlamlandırmak ve ifade etmek yerine kaçınmacı davranışlar sergiledikleri ortaya konulmuştur (Eisenberg ve ark., 1998). Duygusal yeme davranışı bu modelde literatür ışığında olumsuz duygularla başa çıkmak için geliştirilen (Pinaquy ve ark., 2003) bir davranış olarak da yorumlanabilir.

Duygusal yeme davranışı ile algılanan ebeveyn tutumlarından aşırı koruyucu anne tutumu arasındaki ilişkide yetişkin ayrılma anksiyetesi kısmi aracılık etmiştir. Aşırı koruyucu anne tutumunu algılayan beliren yetişkinin, yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerini de taşıdığına duygusal yeme davranışı geliştirme olasılığının artabileceği ortaya konulmuştur. Bağlanma kuramı yeme bozukluklarını; dikkatin bağlanma anksiyetesinden farklı bir yöne çevrilmesi için kullanılan davranışlar olarak kavramsallaştırır (Doizer ve ark., 1999). Buna dayanarak yeme bozukluğu olan bireylerin erken dönemde ebeveynleriyle olumsuz deneyimler yaşamaları ve güvensiz bağlanma biçimi oranlarının yüksek düzeyde olması beklenmektedir (Troisi ve ark., 2005). Troisi ve arkadaşları (2005) yapmış olduğu çalışmada güvensiz bağlanma ile çocukluk dönemi ayrılma anksiyetesi belirtileri arasında ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Bununla birlikte beliren yetişkinlik döneminde bağlanma biçimi, bireyin ailesi, arkadaş çevresi ve partneri ile olan ilişkisinde rol oynamaktadır (Scharf ve ark., 2004). Aşırı koruyucu ebeveyn tutumunun varlığında, çocuk kendi dürtülerinin farkına varamayacak biçimde bakım verene güvenerek büyür. Bu açıdan bakım verenin hem hayati derecede gerekli hem de

dayanılmaz derecede müdahaleci olduğu söylenebilir. Benzer şekilde Palazzoli (1978), çocuk ile müdahaleci, duygusal olarak tepkisiz ve talepkar bir anne arasındaki patolojik bir ilişkiyi tanımlamıştır; bu durum çocuğun anneliği kontrol edici bir işlev olarak içselleştirmesiyle sonuçlanır. Mevcut çalışma bulgularıyla tutarlı olan bu bilgiler ışığında, aşırı koruyucu anne ebeveynlik tutumu ile duygusal yeme davranışı arasındaki ilişkide yukarıda tanımlandığı gibi bireyin erken gelişim dönemlerinde başlayan, annenin hayati derecede önemli görülmesi, beliren yetişkinlik dönemiyle birlikte atılan bireyleşme adımları, evden ayrılma, azalan aile desteği kendi kararlarını alma sorumluluğu, gelecek adına önemli kararların alınması bireyde yetişkin ayrılma anksiyetesinin ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilir. Bu noktada bireyde duygusal yeme davranışı, olumsuz duygusal durumları geçici olarak hafifletmek amacıyla kaçınmacı bir başa çıkma aracı olarak kullanılabilir (Vandewalle ve ark., 2014).

Duygusal yeme davranışı ile algılanan ebeveyn tutumlarından aşırı koruyucu baba tutumu arasındaki ilişkide yetişkin ayrılma anksiyetesinin tam aracı rolü olduğu bulunmuştur. Alanyazında doğrudan algılanan aşırı koruyucu baba tutumunun duygusal yeme davranışına etkisinde yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracı rolünü araştıran bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmada aşırı koruyucu baba tutumu algılayan beliren yetişkinin, yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerini de taşıdığına duygusal yeme davranışı geliştirme olasılığının artabileceği ortaya konulmuştur. Algılanan kontrolcü ebeveynlik; aşırı koruyuculuğu, müdehaleciliği ve daha az şefkatli davranışları içermektedir (Favaretto ve ark., 2001). Yüksek düzey kontrolcülüğün çocuklarda sağlıksız davranışların ortaya çıkmasıyla ilişki gösterdiği ortaya konulmuştur (Maccoby ve Martin, 1983). Aşırı koruyuculuk ve yeme bozuklukları semptomları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmada katılımcıların aşırı koruyucu olarak annelerinden çok babalarını hatırladıkları ortaya konulmuştur (Levy, 1943). Aynı zamanda ebeveyn tutumlarının yeme bozukluklarının yanı sıra yetişkin ayrılma anksiyetesi ile de ilişki gösterdiği çeşitli çalışmalarla ortaya konulmuştur. Örneğin Savaşlı ve Şahin-Sak (2019) tarafından yapılan çalışmada yetişkin ayrılma anksiyetesi ve aşırı koruyucu ebeveynlik tutumları arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Ülkemize bakıldığında Türkiye'deki ilişkilerin bağlılık geliştirmiş olduğu bir yapı gelişmektedir. Bu durum aileye de yansımaktadır. Ailede koruyucu, bakım veren ve besleyen bir otorite göze çarpmaktadır (Fişek, 1995). Fişek (1995) geleneksel gençlerin benlik yapılarını karşılıklı bağlılık içeren bir yapı olarak tanımlamaktadır. Bir tarafta ebeveyn desteği psikolojik sağlığı korurken diğer taraftan aşırı koruyuculuk ve denetim psikolojik sağlık için risk faktörü oluşturmaktadır (Yavuzer, 2011). Ebeveynini aşırı koruyucu algılayan çocuklarda özerklik ve sosyal işlevsellik etkilenmektedir (Boykin ve ark. 2001). Bununla birlikte ilişkilere bağımlılıklar ortaya çıkabilmektedir (Yavuzer, 2011). İlgili alanyazında ebeveynlerini aşırı koruyucu ya da otoriter algılayan çocuklarda daha yüksek anksiyete düzeylerinin olabileceği yer almaktadır (Erkan, 2002). Bununla birlikte aşırı koruyucu tutum içinde olan ebeveynlerde yoğun kaygı ve sürekli olarak çocuklarının başına bir şey gelecek korkusu bulunmaktadır (Yavuzer, 2011). Bu durumun anksiyetenin kuşaktan kuşağa aktarımı ile ilişkili olarak ebeveyn tutumlarından aşırı koruyuculuğun yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtileriyle daha fazla ilişkili olduğu düşünülmektedir (Başbuğ ve ark., 2016; Van der Bruggen ve ark. 2008). Başbuğ ve arkadaşlarının (2016) yapmış olduğu çalışmada aşırı koruyucu baba ebeveynlik tutumunun yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerini yordadığı bulunmuştur.

5.4. Cinsiyet Değişkenine göre Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve Duygusal Yeme Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

Algılanan ebeveynlik tutumları, yetişkin ayrılma anksiyetesi ve duygusal yeme puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür. Zhu ve arkadaşları (2014) yapmış olduğu araştırmada kadınların daha fazla duygusal yeme davranışında buldukları saptanmıştır. Klein ve Walsh'ın (2003) çalışmasında ise ergenlik dönemindeki kadınlarda erkeklere kıyasla yeme bozukluğu açısından anlamlı fark bulunmuştur. Diğer taraftan Snoeka'nın (2007) ergenler ile yapmış olduğu çalışmasında ise cinsiyetin duygusal yeme üzerinde anlamlı etkisi olmadığı bulunmuştur. Benzer şekilde, Lobera ve arkadaşlarının (2011) yeme bozukluğuna sahip bireylerle yaptıkları araştırma sonucunda da yeme bozukluğu tanıları cinsiyet değişkeni açısından anlamlı fark göstermemiştir.

Shear ve arkadaşlarının (2006) yapmış olduğu çalışmada yetişkin ayrılma anksiyetesinin kadınlarda daha fazla görüldüğü ortaya koyulmuştur. Silove ve arkadaşları ise yetişkin ayrılma anksiyetesinde ise cinsiyet farklılıklarının daha az olduğunu ortaya koymuştur (Silove ve ark., 2010). Bu görüşlerin araştırma bulgularını desteklediği görülmektedir.

6. SONUÇLAR, ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI VE ÖNERİLER

Bu araştırmada algılanan ebeveynlik tutumları, yetişkin ayrılma anksiyetesi ile duygusal yeme davranışı arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca ebeveynlik tutumları ile duygusal yeme davranışı arasındaki ilişkide yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracılık rolü test edilmiştir. Anne babadan algılanan reddedicilik, aşırı koruyuculuk ve yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerinin aracılığıyla duygusal yeme davranışına eğilimde artış olabileceği ortaya konulmuştur. Bu noktada mevcut çalışmanın algılanan ebeveynlik tutumları, yetişkin ayrılma anksiyetesi ve duygusal yeme davranışını birlikte ele alarak, beliren yetişkinlik süreci ile ilgili alanyazına önemli katkılar sunduğu düşünülmektedir. Duygusal yeme davranışı Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı'nda (2013) henüz sınıflandırılmamıştır. Fakat yeme bozukluklarıyla önemli derecede ilişkili olduğu bilinen bir yeme problemidir (Ricca ve ark., 2009). Diğer taraftan yetişkin ayrılma anksiyetesi, DSM-5'te tanı olarak değerlendirilmekte olup, üzerinde çok yeni çalışmaya başlanmıştır (örn. Akbaş ve Sezgin, 2022; Başbuğ ve ark., 2016; Cesur ve Başbuğ, 2017). Bu noktada bu araştırmanın klinisyenlere yeni bir bakış açısı ve müdahale alanı kazandıracığı düşünülmektedir.

Mevcut çalışma, genel popülasyondan ziyade beliren yetişkinlik dönemine odaklandığı ve psikopatolojilerin ortaya çıkma olasılığı yüksek olan bir dönemi kapsadığı için önemli bir boşluğu doldurmakla birlikte araştırma sonuçlarının genellenabilirliği yaşamın belli bir gelişim dönemi ile sınırlıdır. Gelecek çalışmalar farklı gelişim dönemleri üzerinden yürütülebilir.

Çalışmanın öncelikli sınırlılıklarından biri de kadın ve erkek katılımcı sayılarının dağılımının dengeli olmamasıdır. Cinsiyet değişkenine göre yapılan gruplararası karşılaştırmalar bu sınırlılık dikkate alınarak genellenmelidir. Bundan sonra yürütülecek çalışmalarda kadın erkek dağılımının dengeli olduğu karşılaştırmalar daha etkili sonuçlar sunabilir.

Veri toplama araçlarının özbildirime dayalı olması çalışmanın bir diğer sınırlılığıdır. Araştırmanın katılımcıları ölçek maddelerini yanıtlarken istenmeyen etkiler ortaya çıkmış olabilir ve objektiflikten uzak yanıtlar vermiş olabilirler. Ek olarak, algılanan ebeveyn tutumlarını değerlendiren ölçekte geçmişe yönelik soruların bulunması sebebiyle kişiler hatırlamada güçlük yaşamış olabilirler. Soruların uzun olması katılımcılarda sıkılmaya ve dikkati sürdürmede güçlüğü yol açmış olabilir.

Veri toplama araçlarından Hollanda Yeme Davranışı Anketi'nin kısıtlayıcı yeme alt boyutundaki bir madde veri setine dahil edilmediği farkedilmiş ve bu sınırlılık kısıtlılık alt ölçeğinin güvenilirliğini düşürmüş olabilir.

Araştırma yeme bozukluğu riski ya da tanısı olan bir grup üzerinde değil normal örneklem üzerinde yürütülmüştür. Klinik örneklem ile gerçekleştirilecek çalışmalarla farklı sonuçlara ulaşılabilir.

KAYNAKÇA

Kitaplar

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E. ve Wall, S. N. (2015). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Psychology Press.
- American Psychiatric Association (1987) Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Ed. 3. Rev. Washington, DC: American Psychiatric, 2010.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2000) Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması Elkitabı, Yeniden Gözden Geçirilmiş Dördüncü Baskı (DSM-IV-TR) (Çev. ed.: E Köroğlu). Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 2007.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013) Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı, Beşinci Baskı (DSM-5) (Çev. ed.: E Köroğlu). Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 2013.
- Becker, W. C. (1964). Consequences Of Different Kinds Of Parental Discipline. (Çev. Ed.: In L. W. Hoffman ve M. L. Hoffman), *Review of child development research*. New York, Russell Sage DOI: 10.4236/ojapps.2021.111010
- Bowlby J (1969) *Attachment and loss*. Vol. 1 Attachment. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss*. Vol.3. Sadness and Depression. New York: Basic Books.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. New York: Norton.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity, youth, and crisis*. New York: Norton.
- Fişek, G. O. (1995). *Gender hierarchy: is it a useful concept in describing family structure?* In J. van Lawick ve M. Sanders (Eds.), *Family, gender and beyond* (63-72). Heemstede, Netherlands: LS Books.
- Güvenir, T. ve Taş, F. V. (2008). *Nesne ilişkileri kuramı: çocuk ve ergen psikiyatrisi temel kitabı* (1. Baskı) içinde (116-122). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Karasar, N. (2011). Bilimsel araştırma yöntemi (24. bs.). *Ankara: Nobel Yayıncılık*.
- Levy, D. M. (1943). *Maternal overprotection*. New York: Columbia University Press.
- Macht, M., ve Simons, G. (2011). *Emotional eating*. In *Emotion regulation and wellbeing* (pp. 281-295). New York: Springer.
- Mahler, M., Pine, F. ve Burgman, A. (1975) *Psychological birth of the human infant* (London: Hutchinson)
- Morrison, J. R. (2016). *DSM-5'i kolaylaştıran klinisyenler için tanı rehberi*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Santrock, J. W. (2015). *Yaşam boyu gelişim: gelişim psikolojisi: life-span development*. Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık Tic. Limited Şti.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S. ve Ullman, J. B. (2013). *Using multivariate statistics 6,497-516*. Boston, MA: pearson.
- Yavuzer H (2011). *Anne baba ve çocuk*. 22.Basım, İstanbul, Remzi Kitabevi.

Makaleler

- Akbaş, B. Ç. ve Sezgin, N. (2020). Beliren yetişkinlik döneminde bağlanma stilleri ile psikososyal olgunluk arasındaki ilişkide anne-baba tutumlarının aracı rolü. *Nesne*, 8(16), 112-125. DOI: 10.7816/nesne-08-16-08
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Atak, H. ve Çok, F. (2010). İnsan yaşamında yeni bir dönem: Beliren yetişkinlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17(1), 39-50.
- Bagwell, C. L., Newcomb, A. F. ve Bukowski, W. M. (1998). Preadolescent friendship and peer rejection as predictors of adult adjustment. *Child development*, 69(1), 140-153 <https://doi.org/10.2307/1132076>
- Barnow, S., Lucht, M. ve Freyberger, H. J. (2005). Correlates of aggressive and delinquent conduct problems in adolescence. *Aggressive Behavior*, 31, 24-39
DOI: 10.1002/ab.20033
- Bassi, G., Mancinelli, E., Di Riso, D., Lis, A. ve Salcuni, S. (2021). Separation anxiety in a community sample of Italian emerging adults and its relationship with dimensions of borderline personality. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process, and Outcome*, 24(1) doi: 10.4081/ripp.2021.506
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The journal of early adolescence*, 11(1), 56-95
<https://doi.org/10.1177/027243169111110>
- Başbuğ, S., Cesur, G. ve Durak-Batıgün, A. (2016). Algılanan ebeveynlik biçimi ve yetişkin ayrılma anksiyetesi: kişilerarası bilişsel çarpıtmaların aracı rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27, 1-13.
- Bennett, K., Manassis, K., Walter, S. D., Cheung, A., Wilansky-Traynor, P., Diaz-Granados, N. ve Wood, J. J. (2013). Cognitive behavioral therapy age effects in child and adolescent anxiety: an individual patient data metaanalysis. *Depression and anxiety*, 30(9), 829-841 doi: 10.1002/da.22099
- Bigelow, A. E., MacLean, K., Proctor, J., Myatt, T., Gillis, R. ve Power, M. (2010). Maternal sensitivity throughout infancy: Continuity and relation to attachment security. *Infant behavior and Development*, 33(1), 50-60
<https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2009.10.009>
- Boykin McElhaney, K., ve Allen, J. P. (2001). Autonomy and adolescent social functioning: The moderating effect of risk. *Child development*, 72(1), 220-235.
- Bögels, S. M., Knappe, S. ve Clark, L. A. (2013). Adult separation anxiety disorder in DSM-5. *Clinical psychology review*, 33(5), 663-674
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2013.03.006>
- Brennan, K. A. ve Shaver, P. R. (1995). Dimensions of adult attachment, affect regulation, and romantic relationship functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(3), 267-283.

- Brückl, T. M., Wittchen, H. U., Höfler, M., Pfister, H., Schneider, S. ve Lieb, R. (2007). Childhood separation anxiety and the risk of subsequent psychopathology: Results from a community study. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 76(1), 47-56.
- Bulik, C. M., Sullivan, P. F., Fear, J. I. ve Joyce, P. R. (1997). Eating disorders and antecedent anxiety disorders: a controlled study. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 96(2), 101-107 <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.1997.tb09913.x>
- Bushnell, J. A., Wells, J. E., McKenzie, J. M., Hornblow, A. R., Oakley-Browne, M. A. ve Joyce, P. R. (1994). Bulimia comorbidity in the general population and in the clinic. *Psychological Medicine*, 24(3), 605-611 <https://doi.org/10.1017/S0033291700027756>
- Canetti, L., Bachar, E. ve Berry, E. M. (2002). Food and emotion. *Behavioural processes*, 60(2), 157-164 DOI: 10.1016/S0376-6357(02)00082-7
- Caparrotta, L. ve Ghaffari, K. (2006). A historical overview of the psychodynamic contributions to the understanding of eating disorders. *Psychoanalytic Psychotherapy*, 20(3), 175-196 DOI: 10.1080/02668730600868807
- Carbonell, O. A., Alzte, G., Bustamante, M. R. ve Quiceno, J. (2002). Maternal caregiving and infant security in two cultures. *Developmental Psychology*, 38, 67-78 DOI: 10.1037/0012-1649.38.1.67
- Cesur, G. ve Başbuğ, S. (2017). Beliren yetişkinlik ve kayıp yaşantıları: Bağlanma temelli zihinsel temsiller ve psikolojik belirtilerin incelenmesi. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 1(1), 24-33.
- Chen, X., Liu, M. ve Li, D. (2000). Parental warmth, control, and indulgence and their relations to adjustment in Chinese children: A longitudinal study. *Journal of Family Psychology*, 14(3), 401-419. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.14.3.401>
- Chopik, W. J., Edelstein, R. S. ve Grimm, K. J. (2019). Longitudinal changes in attachment orientation over a 59-year period. *Journal of Personality and Social Psychology*, 116(4), 598.
- Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of research on adolescence*, 13(1), 1-24 <https://doi.org/10.1111/1532-7795.1301001>
- Collins J. ve Bents, J. E. (2009). Behavioral and psychological factors in obesity. *Journal of Lancaster General Hospital*, 4(4), 124-127.
- Costello, E. J. (1989). Child psychiatric disorders and their correlates: A primary care pediatric sample. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 28(6), 851-855.
- Cooke, L., Wardle, J. ve Gibson, E. L. (2003). Relationship between parental report of food neophobia and everyday food consumption in 2-6-year-old children. *Appetite*, 41(2), 205-206 DOI: 10.1016/s0195-6663(03)00048-5
- Cox, M. J., Owen, M. T., Lewis, J. M. ve Henderson, V. K. (1989). Marriage, adult adjustment, and early parenting. *Child development*, 60 (5), 1015-1024 DOI: 10.1111/j.1467-8624.1989.tb03532.x

- Craske, M. G., Kircanski, K., Epstein, A., Wittchen, H. U., Pine, D. S., Lewis-Fernández, R. ve Hinton, D. (2010). Panic disorder: a review of DSM-IV panic disorder and proposals for DSM-V. *Depression and anxiety*, 27(2), 93-112.
- Croll, J., Neumark-Sztainer, D., Story, M. ve Ireland, M. (2002). Prevalence and risk and protective factors related to disordered eating behaviors among adolescents: relationship to gender and ethnicity. *Journal of Adolescent Health*, 31(2), 166-175 [https://doi.org/10.1016/S1054-139X\(02\)00368-3](https://doi.org/10.1016/S1054-139X(02)00368-3)
- da Fonseca, N. K. D. O., de Abreu Costa, M., Gosmann, N. P., Dalle Molle, R., Gonçalves, F. G., Silva, A. C. ve Manfro, G. G. (2022). Emotional eating in women with generalized anxiety disorder. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 42(4), 382–388 doi: 10.1590/1516-4446-2019-0556
- Deep, A. L., Nagy, L. M., Weltzin, T. E., Rao, R. ve Kaye, W. H. (1995). Premorbid onset of psychopathology in long-term recovered anorexia nervosa. *International Journal of Eating Disorders*, 17(3), 291-297.
- Dellava, J. E., Thornton, L. M., Hamer, R. M., Strober, M., Plotnicov, K., Klump, K. L. ve Bulik, C. M. (2010). Childhood anxiety associated with low BMI in women with anorexia nervosa. *Behaviour research and therapy*, 48(1), 60-67.
- Devlin, M. J., Walsh, B. T., Spitzer, R. L. ve Hasin, D. (1992). Is there another binge eating disorder? A review of the literature on overeating in the absence of bulimia nervosa. *International Journal of Eating Disorders*, 11(4), 333-340.
- Dimitropoulos, G., Freeman, V. E., Bellai, K. ve Olmsted, M. (2013). Inpatients with Severe Anorexia Nervosa and Their Siblings: Non-shared Experiences and Family Functioning. *European Eating Disorders Review*, 21(4), 284–293. <https://doi.org/10.1002/erv.2230>
- Dirik, G., Yorulmaz, O. ve Karancı, A. N. (2015). Çocukluk dönemi ebeveyn tutumlarının değerlendirilmesi: Kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumları-çocuk formu. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(2), 123-130.
- Diriöz, M., Alkin, T., Yemez, B., Onur, E. ve Eminağaoğlu, P. N. (2012). Ayrılma anksiyetesi belirti envanteri ile yetişkin ayrılma anksiyetesi anketinin Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 23(2), 108-116.
- Dodge, K. A., Lansford, J. E., Burks, V. S., Bates, J. E., Pettit, G. S., Fontaine, R. ve Price, J. M. (2003). Peer rejection and social information-processing factors in the development of aggressive behavior problems in children. *Child development*, 74(2), 374-393 DOI: 10.1111/1467-8624.7402004
- Doğan, A. ve Cebioğlu, S. (2011). Beliren yetişkinlik: Ergenlikten yetişkinliğe uzanan bir dönem. *Türk Psikoloji Yazıları*. 14(28), 11-23.
- Eddy, K. T., Tanofsky-Kraff, M., Thompson-Brenner, H., Herzog, D. B., Brown, T. A. ve Ludwig, D. S. (2007). Eating disorder pathology among overweight treatment-seeking youth: Clinical correlates and cross-sectional risk modeling. *Behaviour research and therapy*, 45(10), 2360-2371.
- Eisenberg, N., Cumberland, A. ve Spinrad, T. L. (1998). Parental socialization of emotion. *Psychological Inquiry*, 9, 241–273. http://dx.doi.org/10.1207/s15327965pli0904_1.

- Ekim, A. ve Ocakci, A. F. (2021). Emotional eating: Really hungry or just angry?. *Journal of Child Health Care*, 25(4), 562-572.
- Eldredge, K. L. ve Agras, W. S. (1996). Weight and shape overconcern and emotional eating in binge eating disorder. *International journal of eating disorders*, 19(1), 73-82.
- Eng, W., Heimberg, R. G., Hart, T. A., Schneier, F. R. ve Liebowitz, M. R. (2001). Attachment in individuals with social anxiety disorder: the relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression. *Emotion*, 1(4), 365.
- Ergang, B. C., Dalle Molle, R., Reis, R. S., Rodrigues, D. M., Mucellini, A. B., Toazza, R. ve Machado, T. D. (2019). Perceived maternal care is associated with emotional eating in young adults. *Physiology and behavior*, 201, 91-94 <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2018.12.022>
- Engert, V., Buss, C., Khalili-Mahani, N., Wadiwalla, M., Dedovic, K. ve Pruessner, J. C. (2010). Investigating the association between early life parental care and stress responsivity in adulthood. *Developmental neuropsychology*, 35(5), 570-581.
- Erkan, Z. (2002). Sosyal kaygı düzeyi yüksek ve düşük ergenlerin ana baba tutumlarına ilişkin nitel bir çalışma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10(10).
- Evers, C., Marijn Stok, F. ve de Ridder, D. T. (2010). Feeding your feelings: Emotion regulation strategies and emotional eating. *Personality and social psychology bulletin*, 36(6), 792-804.
- Faber, A., Dube, L. ve Knaeuper, B. (2018). Attachment and eating: A meta-analytic review of the relevance of attachment for unhealthy and healthy eating behaviors in the general population. *Appetite*, 123, 410-438.
- Fabes, R. A., Leonard, S. A., Kupanoff, K. ve Martin, C. L. (2001). Parental coping with children's negative emotions: Relations with children's emotional and social responding. *Child development*, 72(3), 907-920 <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00323>
- Facio, A. ve Micocci, F. (2003). Emerging adulthood in Argentina. *New directions for child and adolescent development*, 2003(100), 21-32.
- Faraji, H. ve Özen, Z. D. Yetişkin Ayrılık Anksiyetesinin, Ayrılık Anksiyetesi ile Beliren Yetişkinlikte Bireyleşme Düzeyi Arasındaki Aracı Rolü. *Mavi Atlas*, 10(1), 47-69.
- Fayasari, A. ve Lestari, P. W. (2022). Stres dan depresi berkaitan dengan emotional eating dan mindful eating pada mahasiswa saat pandemi Covid-19. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 7(2), 127-135.
- Finger, B., Hans, S. L., Bernstein, V. J. ve Cox, S. M. (2009). Parent relationship quality and infant–mother attachment. *Attachment and Human Development*, 11(3), 285-306.
- Finkenauer, C., Engels, R. ve Baumeister, R. (2005). Parenting behaviour and adolescent behavioural and emotional problems: The role of self-control. *International journal of behavioral development*, 29(1), 58-69.

- Fisher, J. O. ve Birch, L. L. (1999). Restricting access to foods and children's eating. *Appetite*, 32(3), 405-419 DOI: 10.1006/appe.1999.0231
- Gibson, E. L. ve Green, M. W. (2002). Nutritional influences on cognitive function: mechanisms of susceptibility. *Nutrition research reviews*, 15(1), 169-206.
- Gomez-Beneyto, M., Pedros, A., Tomas, A., Aguilar, K. ve Leal, C. (1993). Psychometric properties of the parental bonding instrument in a Spanish sample. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 28(1), 252-255 DOI: 10.1007/BF00788745
- Goossens, L., Braet, C., Van Vlierberghe, L. ve Mels, S. (2009). Loss of control over eating in overweight youngsters: the role of anxiety, depression and emotional eating. *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association*, 17(1), 68-78.
- Greeno, C. G. ve Wing, R. R. (1994). Stress-induced eating. *Psychological bulletin*, 115(3), 444 DOI: 10.1037/0033-2909.115.3.444
- Grilo, C. M., White, M. A. ve Masheb, R. M. (2009). DSM-IV psychiatric disorder comorbidity and its correlates in binge eating disorder. *The International Journal of Eating Disorders*, 42(3), 228-234.
- Guerrini Usubini, A., Varallo, G., Giusti, E. M., Cattivelli, R., Granese, V., Consoli, S. ve Castelnovo, G. (2022). The mediating role of psychological inflexibility in the relationship between anxiety, depression, and emotional eating in adult individuals with obesity. *Frontiers in psychology*, 13(1), 15-27.
- Gusni, E., Susmiati, S. ve Maisa, E. A. (2022). Stres dan emotional eating pada mahasiswa s1 fakultas keperawatan. *Link*, 18(2), 155-161.
- Halmi, K. A., Eckert, E., Marchi, P., Sampugnaro, V., Apple, R. ve Cohen, J. (1991). Comorbidity of psychiatric diagnoses in anorexia nervosa. *Archives of general psychiatry*, 48(8), 712-718.
- Haudek, C., Rorty, M. ve Henker, B. (1999). The role of ethnicity and parental bonding in the eating and weight concerns of Asian-American and Caucasian college women. *International Journal of Eating Disorders*, 25(4), 425-433.
- Heatherton, T. F. ve Baumeister, R. F. (1991). Binge eating as escape from self-awareness. *Psychological bulletin*, 110(1), 86-105.
- Heinrichs, N., Rapee, R. M., Alden, L. A., Bögels, S., Hofmann, S. G., Oh, K. J. ve Sakano, Y. (2006). Cultural differences in perceived social norms and social anxiety. *Behaviour research and therapy*, 44(8), 1187-1197
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.09.006>
- Helfert, S. ve Warschburger, P. (2013). The face of appearance-related social pressure: gender, age and body mass variations in peer and parental pressure during adolescence. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 7(1), 1-11.
- Hendry, L. B. ve Kloep, M. (2010). How universal is emerging adulthood? An empirical example. *Journal of youth studies*, 13(2), 169-179
<https://doi.org/10.1080/13676260903295067>

- Herman, C. P. ve Mack, D. (1975). Restrained and unrestrained eating. *Journal of personality*, 43 (4), 647-660.
- Hinrichsen, H., Sheffield, A. ve Waller, G. (2007). The role of parenting experiences in the development of social anxiety and agoraphobia in the eating disorders. *Eating Behaviors*, 8(3), 285-290.
- Hodges, E. L., Cochrane, C. E. ve Brewerton, T. D. (1998). Family characteristics of binge-eating disorder patients. *International Journal of Eating Disorders*, 23(2), 145-151.
- Jáuregui Lobera, I., Bolanos Rios, P. ve Garrido Casals, O. (2011). Parenting styles and eating disorders. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 18(8), 728-735 <https://doi.org/10.1111/j.1365-2850.2011.01723.x>
- Jones, C. J., Leung, N. ve Harris, G. (2006). Father-daughter relationship and eating psychopathology: the mediating role of core beliefs. *British Journal of Clinical Psychology*, 45(3), 319-330.
- Johnson, J. G., Cohen, P., Kasen, S. ve Brook, J. S. (2002). Eating disorders during adolescence and the risk for physical and mental disorders during early adulthood. *Archives of General Psychiatry*, 59(6), 545-552
doi:10.1001/archpsyc.59.6.545
- Johnston, O., Fornai, G., Cabrini, S. ve Kendrick, T. (2007). Feasibility and acceptability of screening for eating disorders in primary care. *Family Practice*, 24(5), 511-517
<https://doi.org/10.1093/fampra/cmm029>
- Kara, A. ve Eryılmaz, A. (2018). Beliren yetişkinlerin gözünden olumlu beden imajı oluşturmaın öğeleri. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 6(3), 394-409.
- Karaytuğ, M. O., Tamam, L., Demirkol, M. E., Namlı, Z. ve Gürbüz, M. (2021). Yetişkin ayrılma anksiyetesi bozukluğu tanılı hastalarda komorbidite ve işlevsellik ile ilişkili faktörler. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 24(4), 481-490.
- Kaye, W. H., Bulik, C. M., Thornton, L., Barbarich, N., Masters, K. ve Price Foundation Collaborative Group. (2004). Comorbidity of anxiety disorders with anorexia and bulimia nervosa. *American Journal of Psychiatry*, 161(12), 2215-2221
DOI: 10.1176/appi.ajp.161.12.2215
- Kaye, W. H., Klump, K. L., Frank, G. K. W. ve Strober, M. (2000). Anorexia and bulimia nervosa. *Annual review of medicine*, 51(1), 299-313.
- Klein, D. F. (1993). False suffocation alarms, spontaneous panics, and related conditions: an integrative hypothesis. *Archives of general psychiatry*, 50(4), 306-317.
- Klein, D. A. ve Walsh, B. T. (2003). Eating disorders. *International Review of Psychiatry*, 15(1), 205-216 doi:10.1080/0954026031000136839
- Kluck, A. S. (2008). Family factors in the development of disordered eating: Integrating dynamic and behavioral explanations. *Eating behaviors*, 9(4), 471-483 DOI: 10.1016/j.eatbeh.2008.07.006
- Kozan, H. İ. Ö. ve Hamarta, E. (2017). Beliren yetişkinlikte beden imgesi: Bağlanma ve sosyal görünüş kaygısının rolü. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 7(48), 63-81.

- Laessle, R. G., Kittl, S., Fichter, M. M., Wittchen, H. U. ve Pirke, K. M. (1987). Major affective disorder in anorexia nervosa and bulimia: A descriptive diagnostic study. *The British Journal of Psychiatry*, 151(6), 785-789.
- Laitinen, J., Ek, E. ve Sovio, U. (2002). Stress-related eating and drinking behavior and body mass index and predictors of this behavior. *Preventive Medicine*, 34(1), 29–39.
- Leung, N., Thomas, G. ve Waller, G. (2000). The relationship between parental bonding and core beliefs in anorexic and bulimic women. *British Journal of Clinical Psychology*, 39(2), 205-213.
- Littleton, H. L. ve Ollendick, T. (2003). Negative body image and disordered eating behavior in children and adolescents: what places youth at risk and how can these problems be prevented?. *Clinical child and family psychology review*, 6(1), 51-66 DOI: 10.1023/a:1022266017046
- Liu, Y., Cui, T., Barnhart, W. R., Wang, Q., Yu, Y. ve He, J. (2023). Associations among retrospective parenting styles, retrospective food parenting, and current eating behaviors in Chinese adults. *Appetite*, 184(1), 106-512 <https://doi.org/10.1016/j.appet.2023.106512>
- Lobera J., I., Rios B. P. ve Casals, G. O. (2011). Parenting styles and eating disorders. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 18(8), 728-735.
- Lutter, M. ve Nestler, E. J. (2009). Homeostatic and hedonic signals interact in the regulation of food intake. *The Journal of nutrition*, 139(3), 629-632.
- Lutz, W. J. ve Hock, E. (1995). Maternal separation anxiety: Relations to adult attachment representations in mothers of infants. *The Journal of genetic psychology*, 156(1), 57-72.
- Maccoby, E. E. ve Masters, J. C. (1970). Attachment and dependency. *Carmichael's manual of child psychology*, 2(1), 73–157.
- Macht, M. (1999). Characteristics of eating in anger, fear, sadness and joy. *Appetite*, 33(1), 129-139 <https://doi.org/10.1006/appe.1999.0236>
- Macht, M. (2008). How emotions affect eating: a five-way model. *Appetite*, 50(1), 1–11 <https://doi.org/10.1016/j.appet.2007.07.002>
- Macht, M. ve Dettmer, D. (2006). Everyday mood and emotions after eating a chocolate bar or an apple. *Appetite*, 46(3), 332-336.
- Macht, M. ve Mueller, J. (2007). Increased negative emotional responses in PROP supertasters. *Physiology and behavior*, 90(2-3), 466-472. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2006.10.011>
- Main, M. ve Hesse, E. (1990). Parents' unresolved traumatic experiences are related to infant disorganized attachment status: Is frightened and/or frightening parental behavior the linking mechanism? *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention*, 4(1), 161–182.
- Main, M., Kaplan, N. ve Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the society for research in child development*, 50 (1), 66-104 <https://doi.org/10.2307/3333827>

- Manicavasagar, V., Marnane, C., Pini, S., Abelli, M., Rees, S., Eapen, V. ve Silove, D. (2010). Adult separation anxiety disorder: a disorder comes of age. *Current psychiatry reports*, 12(4), 290-297.
- Manicavasagar, V. ve Silove, D. (1997). Is there an adult form of separation anxiety disorder? A brief clinical report. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 31(2), 299-303.
- Manicavasagar, V., Silove, D., Marnane, C. ve Wagner, R. (2009). Adult attachment styles in panic disorder with and without comorbid adult separation anxiety disorder. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 43(2), 167-172.
- Manikam, R. ve Perman, J. A. (2000). Pediatric feeding disorders. *Journal of clinical gastroenterology*, 30(1), 34-46.
- Masi, G., Mucci, M., Favilla, L., Romano, R. ve Poli, P. (1999). Symptomatology and comorbidity of generalized anxiety disorder in children and adolescents. *Comprehensive Psychiatry*, 40(3), 210-215.
- Maunder, R. G. ve Hunter, J. J. (2001). Attachment and psychosomatic medicine: developmental contributions to stress and disease. *Psychosomatic medicine*, 63(4), 556-567 DOI: 10.1097/00006842-200107000-00006
- Mayseless, O. ve Scharf, M. (2003). What does it mean to be an adult? The Israeli experience. *New directions for child and adolescent development*, 2003(100), 5-20.
- McFarlane, A. H., Bellissimo, A. ve Norman, G. R. (1995). Family structure, family functioning and adolescent well-being: The transcendent influence of parental style. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 36(5), 847-864 <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1995.tb01333.x>
- Mills, R. S. ve Rubin, K. H. (1998). Are behavioural and psychological control both differentially associated with childhood aggression and social withdrawal?. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 30(2), 132.
- Mellin, A. E., Neumark-Sztainer, D., Story, M., Ireland, M. ve Resnick, M. D. (2002). Unhealthy behaviors and psychosocial difficulties among overweight adolescents: the potential impact of familial factors. *Journal of adolescent health*, 31(2), 145-153 [https://doi.org/10.1016/S1054-139X\(01\)00396-2](https://doi.org/10.1016/S1054-139X(01)00396-2)
- Möller, E. L. ve Bögels, S. M. (2016). The DSM-5 Dimensional Anxiety Scales in a Dutch non-clinical sample: psychometric properties including the adult separation anxiety disorder scale. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 25(3), 232-239.
- Neumark-Sztainer, D., Watts, A. W. ve Rydell, S. (2018). Yoga and body image: How do young adults practicing yoga describe its impact on their body image?. *Body Image*, 27(1), 156-168.
- Oliver, G., Wardle, J. ve Gibson, E. L. (2000). Stress and food choice: a laboratory study. *Psychosomatic medicine*, 62(6), 853-865.
- Ouwens, M. A., van Strien, T. ve van der Staak, C. P. (2003). Tendency toward overeating and restraint as predictors of food consumption. *Appetite*, 40(3), 291-298.

- Parker, G., Tupling, H. ve Brown, L. B. (1979). A parental bonding instrument. *British journal of medical psychology*.
- Parker, G., Hadzi-Pavlovic, D., Greenwald, S. ve Weissman, M. (1995). Low parental care as a risk factor to lifetime depression in a community sample. *Journal of affective disorders*, 33(3), 173-180 [https://doi.org/10.1016/0165-0327\(94\)00086-O](https://doi.org/10.1016/0165-0327(94)00086-O)
- Pearson, R. M., Cooper, R. M., Penton-Voak, I. S., Lightman, S. L. ve Evans, J. (2010). Depressive symptoms in early pregnancy disrupt attentional processing of infant emotion. *Psychological medicine*, 40(4), 621-631.
- Pedersen, S., Vitaro, F., Barker, E. D. ve Borge, A. I. (2007). The timing of middlechildhood peer rejection and friendship: Linking early behavior to earlyadolescent adjustment. *Child Development*, 78(4), 1037–1051 DOI: 10.1111/j.1467-8624.2007.01051.x
- Perry, J. A., Silvera, D. H., Neilands, T. B., Rosenvinge, J. H. ve Hanssen, T. (2008). A study of the relationship between parental bonding, self-concept and eating disturbances in Norwegian and American college populations. *Eating Behaviors*, 9(1), 13-24.
- Pinaquy, S., Chabrol, H., Simon, C., Louvet, J. P. ve Barbe, P. (2003). Emotional eating, alexithymia, and binge-eating disorder in obese women. *Obesity research*, 11(2), 195-201.
- Pollard, T. M., Steptoe, A., Canaan, L., Davies, G. J. ve Wardle, J. (1995). Effects of academic examination stress on eating behavior and blood lipid levels. *International Journal of Behavioral Medicine*, 2(4), 299–320.
- Rhodes, B. ve Kroger, J. (1992). Parental bonding and separation-individuation difficulties among late adolescent eating disordered women. *Child Psychiatry and Human Development*, 22(4), 249-263.
- Robbins, T. W. ve Fray, P. J. (1980). Stress-induced eating: fact, fiction or misunderstanding? *Appetite*, 1(2), 103-133.
- Rohner, R. P., Khaleque, A. ve Cournoyer, D. E. (2012). Introduction to parental acceptance-rejection theory, methods, evidence, and implications. *Journal of Family Theory ve Review*, 2(1), 73-87.
- Rohner, R. P. ve Veneziano, R. A. (2001). The importance of father love: History and contemporary evidence. *Review of General Psychology*, 5(1), 382–405. doi:10.1037/1089-2680.5.4.382
- Rubin, K. H., Burgess, K. B. ve Hastings, P. D. (2002). Stability and social–behavioral consequences of toddlers’ inhibited temperament and parenting behaviors. *Child development*, 73(2), 483-495 DOI 10.1111/1467-8624.00419
- Savaşlı, E. ve Şahin-Sak, İ. T. (2019). Ebeveyn Tutumları İle Yetişkin Ayrılık Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Celal Bayar University Journal of Social Sciences/Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(4) 88-105.
- Scharf, M., Mayseless, O. ve Kivenson-Baron, I. (2004). Adolescents' attachment representations and developmental tasks in emerging adulthood. *Developmental psychology*, 40(3), 430.

- Schachter, S. (1968). Obesity and eating: internal and external cues differentially affect the eating behavior of obese and normal subjects. *Science*, *161*(3843), 751-756
DOI: 10.1126/science.161.3843.751
- Scherer, K. R. (1993). Neuroscience projections to current debates in emotion psychology. *Cognition and Emotion*, *7*(1), 1-41.
- Schneer, A. (2002). Eating disorders: A disorder of in and out. *Eating Disorders*, *10*(2), 161-176.
- Schneider, K. L., Appelhans, B. M., Whited, M. C., Oleski, J. ve Pagoto, S. L. (2010). Trait anxiety, but not trait anger, predisposes obese individuals to emotional eating. *Appetite*, *55*(3), 701-706.
- Sevinçer, G. M. ve Konuk, N. (2013). Emosyonel yeme. *Journal of Mood Disorders*, *3*(4), 171-8.
- Shanmugam, V., Jowett, S. ve Meyer, C. (2012). Eating psychopathology amongst athletes: Links to current attachment styles. *Eating Behaviors*, *13*(1), 5-12
doi:10.1016/j.eatbeh.2011.09.004
- Shear, K., Jin, R., Ruscio, A. M., Walters, E. E. ve Kessler, R. C. (2006). Prevalence and correlates of estimated DSM-IV child and adult separation anxiety disorder in the National Comorbidity Survey Replication. *American Journal of Psychiatry*, *163*(6), 1074-1083.
- Sheffield, A., Waller, G., Emanuelli, F. ve Murray, J. (2006). Is comorbidity in the eating disorders related to perceptions of parenting? Criterion validity of the revised Young Parenting Inventory. *Eating Behaviors*, *7*(1), 37-45.
- Silove, D. M., Marnane, C. L., Wagner, R., Manicavasagar, V. L. ve Rees, S. (2010). The prevalence and correlates of adult separation anxiety disorder in an anxiety clinic. *BMC psychiatry*, *10*(1), 1-7.
- Silove, D., Harris, M., Morgan, A., Boyce, P., Manicavasagar, V., Hadzi-Pavlovic, D. ve Wilhelm, K. (1995). Is early separation anxiety a specific precursor of panic disorder–agoraphobia? A community study. *Psychological medicine*, *25*(2), 405-411 <https://doi.org/10.1017/S0033291700036291>
- Sivanathan, D., Bizumic, B., Rieger, E. ve Huxley, E. (2019). Vulnerable narcissism as a mediator of the relationship between perceived parental invalidation and eating disorder pathology. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, *24*, 1071-1077.
- Snoek, H. M., Engels, R. C., Janssens, J. M. ve van Strien, T. (2007). Parental behaviour and adolescents' emotional eating. *Appetite*, *49*(1), 223-230.
- Sours, J. A. (1974). The anorexia nervosa syndrome. *International Journal of Psycho-Analysis*, *55*(1), 567-576.
- Soygüt, G. ve Çakır, Z. (2009). Ebeveynlik Biçimleri ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkilerde Kişilerarası Şemaların Aracı Rolü: Şema Odaklı Bir Bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, *20*(2), 160-181.
- Stice, E. (2002). Risk and maintenance factors for eating pathology: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, *128*(1), 825–848

- Strassberg, Z., Dodge, K. A., Pettit, G. S. ve Bates, J. E. (1994). Spanking in the home and children's subsequent aggression toward kindergarten peers. *Development and psychopathology*, 6(3), 445-461.
- Spoor ST, Bekker MH, Van Strien T. ve van Heck GL. (2007). Relations between negative affect, coping, and emotional eating. *Appetite*. 48(3), 68-76 DOI: 10.1016/j.appet.2006.10.005
- Steiner, J. E. (1977). Food-related chemical stimuli. *Taste and development: The genesis of sweet preference*, 6(2), 141-147.
- Swanson, H., Power, K., Collin, P., Deas, S., Paterson, G., Grierson, D. ve Taylor, L. (2010). The relationship between parental bonding, social problem solving and eating pathology in an anorexic inpatient sample. *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association*, 18(1), 22-32 <https://doi.org/10.1002/erv.967>
- Topham, G. L., Hubbs-Tait, L., Rutledge, J. M., Page, M. C., Kennedy, T. S., Shriver, L. H. ve Harrist, A. W. (2011). Parenting styles, parental response to child emotion, and family emotional responsiveness are related to child emotional eating. *Appetite*, 56(2), 261-264.
- Troisi, A. Di Lorenzo, G., Alcini, S., Nanni, R. C., Di Pasquale, C. ve Siracusano, A. (2006). Body dissatisfaction in women with eating disorders: Relationship to early separation anxiety and insecure attachment. *Psychosomatic Medicine*, 68(3), 449-453.
- Turner, H. M., Rose, K. S. ve Cooper, M. J. (2005). Parental bonding and eating disorder symptoms in adolescents: The mediating role of core beliefs. *Eating Behaviors*, 6(2), 113-118.
- Valde, G. A. (1996). Identity closure: A fifth identity status. *The Journal of Genetic Psychology*, 157(3), 245-254.
- Van den Broucke, S. ve Vandereycken, W. (1986). Risk factors for the development of eating disorders in adolescent exchange students: An exploratory survey. *Journal of adolescence*, 9(2), 145-150 [https://doi.org/10.1016/S0140-1971\(86\)80017-3](https://doi.org/10.1016/S0140-1971(86)80017-3)
- Van Der Bruggen, C. O., Stams, G. J. J., ve Bögels, S. M. (2008). Research review: The relation between child and parent anxiety and parental control: A meta-analytic review. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(12), 1257-1269.
- Vandewalle, J., Moens, E. ve 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.
- Van Durme, K., Braet, C. ve Goossens, L. (2015). Insecure attachment and eating pathology in early adolescence: Role of emotion regulation. *The Journal of Early Adolescence*, 35(1), 54-78 <https://doi.org/10.1177/02724316145231>
- Van IJzendoorn, M. H. (1995). Adult attachment representations, parental responsiveness, and infant attachment: a meta-analysis on the predictive validity of the Adult Attachment Interview. *Psychological bulletin*, 117(3), 387.

- Verduin, T. L. ve Kendall, P. C. (2003). Differential occurrence of comorbidity within childhood anxiety disorders. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 32(2), 290-295.
- Young, J. E. ve Lindemann, M. D. (1992). An integrative schema-focused model for personality disorders. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 6(1), 11.
- Yurtsever, S. S. ve Sütçü, S. T. (2017). Algılanan ebeveynlik biçimleri ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların ve duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 32(80), 20-43.
- Zachrisson, H. D. ve Skarderud, F. (2010). Feelings of insecurity: Review of attachment and eating disorders. *European Eating Disorders Review*, 18(1), 97-106 doi:10.1002/erv.999
- Zhu, H., Luo, X., Cai, T., Li, Z. ve Liu, W. (2014). Self-control and parental control mediate the relationship between negative emotions and emotional eating among adolescents. *Appetite*, 82(1), 202-207.
- Zysberg, L. (2018). Emotional intelligence, anxiety, and emotional eating: A deeper insight into a recently reported association?. *Eating behaviors*, 29(1), 128-131 DOI: 10.1016/j.eatbeh.2018.04.001
- Waller G. ve Osman S. (1998). Emotional eating and eating psychopathology among non-eating-disordered women. *Int J Eat Disord*. 23(1), 419-24.
- Walters, E. E. ve Kendler, K. S. (1995). Anorexia nervosa and anorexic-like syndromes in a population-based female twin sample. *The American journal of psychiatry*. 152(1), 64-71 DOI: 10.1176/ajp.152.1.64
- Wardle, J., Marsland, L., Sheikh, Y., Quinn, M., Fedoroff, I. ve Ogden, J. (1992). Eating style and eating behaviour in adolescents. *Appetite*, 18(3), 167-183 [https://doi.org/10.1016/0195-6663\(92\)90195-C](https://doi.org/10.1016/0195-6663(92)90195-C)
- Whelan, E. ve Cooper, P. J. (2000). The association between childhood feeding problems and maternal eating disorder: a community study. *Psychological medicine*, 30(1), 69-77 <https://doi.org/10.1017/S0033291799001543>
- Wilfley, D., Pike, K. ve Striegel-Moore, R. (1997). Toward an integrated model of risk for binge eating disorder. *Journal of Gender Culture and Health*, 2(10), 1-31.
- Wilkinson, L. L., Rowe, A. C., Douglas, T., Thirkettle, M. ve Nolan, L. J. (2022). Adult attachment anxiety is associated with night eating syndrome in UK and US-based samples: Two cross-sectional studies. *Appetite*, 17(2), 105-968.
- Wilkinson, L. L. Rowe, A. C., ve Millings, A. (2020). Disorganized attachment predicts body mass index via uncontrolled eating. *International Journal of Obesity*, 44(2), 438-446 DOI: 10.1038/s41366-019-0378-0
- Winder, C. L. ve Rau, L. (1962). Parental attitudes associated with social deviance in preadolescent boys. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 64(6), 418.

Tezler

Bozan, N. (2009). *Hollanda yeme davranışı (DEBQ) anketinin Türk üniversite öğrencilerinde geçerlik ve güvenilirliğinin sınanması* (Yüksek lisans tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).

EK 1: BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Sayın Katılımcı,

Bu çalışma, Antalya Bilim Üniversitesi Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Rumeysa Sek tarafından Dr. Öğr. Üyesi Sezin Andiç danışmanlığında yürütülen bir tez araştırmasıdır. Araştırmanın amacı, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde duygusal yeme davranışı ile algılanan ebeveyn tutumları ve yetişkin ayrılma anksiyetesi arasındaki ilişkilerin incelenmesi ve ek olarak yetişkin ayrılma anksiyetesinin aracılık rolünün incelenmesidir.

Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Elde edilen sonuçlar toplu olarak değerlendirilecek ve tamamen bilimsel amaçla kullanılacaktır. Verdiğiniz cevaplar gizli tutulacak ve süreç sonunda imha edilecektir. İsim, soy isim veya şahsınızı deşifre edebilecek hiçbir bilgi kullanılmayacak ve açıklanmayacaktır. Çalışmanın ortalama 8-10 dakika sürmesi beklenmektedir. Anketler genel olarak kişisel rahatsızlık verecek soruları içermemektedir. Ancak kendinizi rahatsız hissederseniz çalışmadan herhangi bir zamanda ayrılmakta özgürsünüz. Çalışmaya samimi bir şekilde yanıt vermeniz araştırma bulguları açısından önemlidir. Lütfen tüm açıklamaları okuyunuz ve içtenlikle yanıt veriniz.

Sorularınız ve daha fazla bilgi edinmek için araştırmacı Rumeysa Sek ile iletişime geçebilirsiniz Çalışmaya gönüllü olarak katıldığınızı ve verdiğiniz yanıtların bilimsel amaçlı kullanılmasını kabul ediyorsanız lütfen aşağıdaki kutucuğu işaretleyiniz. Katılım sağladığınızı ve vaktinizi ayırdığınızı için şimdiden teşekkür ederiz.

Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman bırakabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayımlarda kullanılmasını kabul ediyorum.

EK 2: DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1. **Cinsiyetiniz:** (Uygun olan yere “ X ” koyunuz)

Erkek	
Kadın	

2. Yaşınız?

3. **Beden ağırlığınız (kg)?**

4. Boyunuz (cm)?

5. **Kimlerle beraber yaşıyorsunuz?** (Uygun olan yere “ X ” koyunuz)

Yalnız	
Ailem ile birlikte	
Arkadaş(lar)ım ile birlikte	

6. Mesleğiniz?:

7. **Çalışıyor musunuz?** (Uygun olan yere “ X ” koyunuz)

Evet	
Hayır	

8. Yaşadığınız yer? (Uygun olan yere “ X ” koyunuz)

Büyükşehir	
İlçe	
Kasaba/ Köy	

9. **Eğitim Durumunuz:** (Uygun olan yere “ X ” koyunuz)

İlkokul	
Ortaokul	
Lise	

Lisans	
Yüksek Lisans	
Doktora	

10. Annenizin eğitim durumu **11. Babanızın eğitim durumu**

Okuryazar değil		Okuryazar değil
Okuryazar		Okuryazar
İlkokul mezunu		İlkokul mezunu
Ortaokul mezunu		Ortaokul mezunu
Lise mezunu		Lise mezunu
Yüksekokul mezunu		Yüksekokul mezunu
Üniversite mezunu ve üzeri		Üniversite mezunu ve üzeri

12 Anneniz hayatta mı? (Uygun olan yere “ X ” koyunuz)

Evet	
Hayır	

Cevabımız HAYIR ise annenizi kaybettiğinizde kaç yaşındaydınız?.....

13. Babanız hayatta mı?

Evet	
Hayır	

Cevabımız HAYIR ise babanızı kaybettiğinizde kaç yaşındaydınız?.....

14. Şu anda herhangi bir psikiyatrik tanınız var mı?

(Uygun olan yere “ X ” koyunuz)

Evet	
Hayır	

Cevabımız EVET ise nedir?

15. Şu anda kullanmakta olduğunuz bir psikiyatrik ilaç var mı?

Evet	
Hayır	

Cevabınız EVET ise nedir?

16. Anne ve babanız

*Anne ve babanızın hayatta olduğu dönemi dŐunerek cevaplayabilirsiniz).

(Uygun olan yere “ X ” koyunuz)

Birlikte yaŐıyorlar	
Boşanmış	
Boşanmamış ancak ayrı yaŐıyorlar	

17. Anneniz ocukluk döneminde size nasıl davranırdı? (Uygun seçeneğe “X” koyunuz.)

Otoriter	İlgisiz	Koruyucu	Demokratik	Bağımlı

18. Babanız ocukluk döneminde size nasıl davranırdı?

(Uygun seçeneğe “X” koyunuz.)

Otoriter	İlgisiz	Koruyucu	Demokratik	Bağımlı

19. Kendinizi nasıl tanımlarsınız? (Uygun seçeneğe “X” koyunuz.)

Çok kilolu	Kilolu	Normal	Zayıf	çok zayıf

20. Duygudurumunuz yeme davranıŐınızı etkiler mi?

(Uygun olan yere “ X ” koyunuz)

Evet	
Hayır	

EK 3:YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİ ANKETİ

Aşağıdaki sorular bir yetişkin (18 yaş üzeri) olarak yaşamış olabileceğiniz bazı belirtilere yöneliktir. Lütfen bu belirtileri yaşayıp yaşamadığınıza göre sorunun karşısındaki uygun yeri işaretleyiniz.

Lütfen tüm soruları yanıtlayınız.

	Çok Sıklıkla	Sıklıkla	Nadiren	Hiç
1- Size yakın olan kişilerle birlikte evinizdeyken kendinizi daha güvende hissettiniz mi?				
2- Evinizden saatlerce uzak kalmakta zorluk çektiniz mi?				
3- Çantanızda veya cüzdanınızda size güven ya da huzur veren bir şeyler taşıyor musunuz?				
4- Uzun bir yolculuğa çıkmak üzere evden ayrılmadan önce aşırı stres yaşadınız mı?				
5- Size yakın olan birinden ayrılmakla ilgili kabuslar ya da rüyalar gördüğünüz oldu mu?				
6- Bir yolculuğa çıkmanızdan önce size yakın olan birinden ayrılmakla ilgili aşırı stres yaşadınız mı?				
7- Günlük işleriniz aksadığında çok huzursuz olur musunuz?				
8- Size en yakın kişilerle olan ilişkilerinizin yoğunluğu konusunda endişelendiniz mi? Örneğin çok aşırı bağlı olmanızdan dolayı.				
9- İşiniz veya diğer düzenli ev dışı uğraşlarınız için evinizden ayrılmadan önce baş ağrısı, mide ağrısı ya da bulantı gibi (veya başka) belirtiler oldu mu?				
10- İnsanları yakınımda tutmak için çok fazla konuştuğunuzu fark ettiğiniz oldu mu?				
11- Size yakın kişilerden ayrıldığınızda (örneğin işe gitmek ya da evden dışarıya çıkmak için), özellikle onların nerede oldukları konusunda endişelendiniz mi?				
12- Gece tek başınıza uyumakta güçlük çeker misiniz? Örneğin bir yakınızdaki evdeyse daha iyi uyur musunuz?				
13- Size yakın olan kişilerin seslerini işitebiliyor ya da televizyonun veya radyonun sesini duyuyorsanız daha kolay uyuduğunuzu fark ettiniz mi?				
14- Size yakın olan kişilerden uzak kaldığınızı düşündüğünüzde çok sıkıntı yaşadınız mı?				

	Çok Sıklıkla	Sıklıkla	Nadiren	Hiç
15- Evinizden uzakta olmayla ilgili kâbuslar ya da rüyalar gördünüz mü?				
16- Yakınlarınızın ciddi bir zarar görebileceği hakkında çok fazla endişelenir misiniz? Örneğin, bir trafik kazası geçirmeleri veya ölümcül bir hastalığa yakalanmaları gibi.				
17- Günlük olağan işlerinizi yaparken, size yakın olan kişilerle bağlantı kurmanızı engelleyecek değişimlerin olması sizi çok huzursuz eder mi?				
18- Onemsediğiniz insanların sizi terk edeceği konusunda çok fazla endişelenir misiniz?				
19- Hiç, evde ya da yatak odasında ışıklar açıkken daha iyi uyuduğumuzu fark ettiğiniz mi?				
20- Özellikle size yakın kişiler evde değilse, evde tek başınıza kalmaktan kaçınmaya çalışır mısınız?				
21- Size yakın olanlardan ayrıldığınızı ya da onların sizi terk ettiğini düşündüğünüzde, aniden gelen sıkıntı nöbetleri ya da panik ataklarınız (örneğin, aniden titreme, terleme, çarpıntı, nefes darlığı gibi) oldu mu?				
22- Size yakın olan kişilerle düzenli olarak (örneğin her gün) telefon görüşmeleri yapmadığınızda sıkıntı yaşadığınızı fark ettiniz mi?				
23- Onemsediğiniz birisi sizi terk ettiğinde, bu durumla başa çıkamayacağımızdan ya da onsuz yapamayacağımızdan korktunuz mu?				
24- Size yakın olan kişilerden ayrıldığınızda aniden gelen sıkıntı nöbetleri ya da panik ataklarınız (örneğin ani titreme, terleme, çarpıntı, nefes darlığı gibi) oldu mu?				
25-Sizi, yakın olduğumuz birilerinden ayrabilecek muhtemel olaylarla hakkında çok fazla endişelenir misiniz? Örneğin, işle ilgili gereklilikler gibi.				
26- Hiç, size yakın olan kişiler "çok fazla konuştuğumuzu" söylediler mi?				
27- Bazı insanlarla olan ilişkilerinizin, onlar için sorunlar oluşturacak kadar yakın olduğu konusunda endişelenir misiniz?				

EK 4: Hollanda Yeme Alışkanlıkları Anketi (DEBQ)

1. Eğer kilo aldıysanız, her zaman yediğinizden daha az mı yersiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
2. Yemek zamanlarında, yemek istediğinizden daha az yemeye çalışır mısınız?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
3. Kilonuzdan endişe duyduğunuz için size sunulan yiyecek ya da içeceği ne sıklıkla reddedersiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
4. Ne yediğinize tam olarak dikkat eder misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
5. Bilinçli olarak zayıflatıcı besinler tüketir misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
6. Çok fazla yediğinizde, ertesi gün daha az yer misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
7. Kilo almamak için az yemeye dikkat eder misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
8. Kilonuza dikkat ettiğiniz için ne sıklıkla öğün aralarında yemek yememeye çalışırsınız?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
9. Kilonuza dikkat ettiğiniz için ne sıklıkla akşamları yemek yememeye çalışırsınız?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
10. Ne yiyeceğinize karar verirken kilonuzu hesaba katar mısınız?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
11. Bir şeyden rahatsız olduğunuzda daha fazla yemek yemek ister misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
12. Yapacak bir şeyiniz olmadığında yemek ister misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
13. Depresyonda olduğunuzda ya da hayal kırıklığına uğradığınızda yemek ister misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
14. Kendinizi yalnız hissettiğinizde yemek ister misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
15. Biri sizi üzdüğünde yemek ister misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
16. Sinirleriniz bozuk olduğu zaman yemek ister misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
17. İstemediğiniz bir şey olduğu zaman yemek ister misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>

18. Kaygılı, endişeli olduğunuz zaman yemek ister misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
19. Bir şeyler ters ya da yanlış gittiğinde yemek ister misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
20. Korktuğunuz zaman yemek ister misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
21. Hayal kırıklığına uğradığınız zaman yemek ister misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
22. Duygusal olarak üzüntülü olduğunuzda yemek ister misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
23. Huzursuz olduğunuzda ya da canınız sıkın olduğunda yemek ister misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
24. Yediğiniz şey lezzetliyse, genelde yediğinizden daha çok yer misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
25. Yediğiniz şey güzel kokuyor ve güzel görünüyorsa, genelde yediğinizden daha çok yer misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
26. Lezzetli bir şey gördüğünüzde ya da kokladığınızda onu yemek ister misiniz ?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
27. Eğer yemek için lezzetli bir şeyler varsa doğrudan onu yer misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
28. Eğer bir fırının önünden geçerseniz, lezzetli bir şeyler satın almak ister misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
29. Eğer bir kafe ya da büfenin önünden geçerseniz, lezzetli bir şeyler satın almak ister misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
30. Başkalarını yerken görürseniz, sizde yemek yemek ister misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
31. Lezzetli yiyeceklere karşı koyabilir misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
32. Başkalarını yerken gördüğünüzde, genelde yediğinizden daha fazla yer misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>
33. Yemek hazırlarken bir şeyler yemeye meyilli misiniz?	Hiçbir zaman <input type="checkbox"/>	Nadiren <input type="checkbox"/>	Bazen <input type="checkbox"/>	Sık <input type="checkbox"/>	Çok sık <input type="checkbox"/>

* 31 numaralı madde ters sorudur.

EK 5: KISALTIKMIŞ ALGILANAN EBEVEYN TUTUMLARI ÖLÇEĞİ- ÇOCUK FORMU (KAET-Ç)

Aşağıda çocukluğunuz ile ilgili bazı ifadeler yer almaktadır. Anketi doldurmadan önce aşağıdaki yönergeyi lütfen dikkatle okuyunuz:

1. Anketi doldururken, anne ve babanızın size karşı olan davranışlarını nasıl algıladığınızı hatırlamaya çalışmanız gerekmektedir. Anne ve babanızın çocukken size karşı davranışlarını tam olarak hatırlamak bazen zor olsa da, her birimizin çocukluğumuzda anne ve babamızın kullandıkları prensiplere ilişkin bazı anılarımız vardır.

2. Her bir soru için anne ve babanızın size karşı davranışlarına uygun seçeneği yuvarlak içine alın. Her soruyu dikkatlice okuyun ve muhtemel cevaplardan hangisinin sizin için uygun cevap olduğuna karar verin.

Soruları anne ve babanız için ayrı ayrı cevaplayın.

1. Anne ve babam, nedenini söylemeden bana kızarlardı ya da ters davranırlardı.

	Hiç bir zaman	Arada Sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

2. Anne ve babam beni överlerdi.

	Hiç bir zaman	Arada Sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

3. Anne ve babamın yaptıklarım konusunda daha az endişeli olmasını isterdim.

	Hiç bir zaman	Arada Sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

4. Anne ve babam bana hak ettiğimden daha fazla fiziksel ceza verirlerdi.

	Hiç bir zaman	Arada Sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

5. Eve geldiğimde, anne ve babama ne yaptığının hesabını vermek zorundaydım.

	Hiç bir zaman	Arada Sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

6. Anne ve babam ergenliğimin uyarıcı, ilginç ve eğitici olması için çalışırlardı.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

7. Anne ve babam, beni başkalarının önünde eleştirirlerdi.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

8. Anne ve babam, bana bir şey olur korkusuyla başka çocukların yapmasına izin verilen şeyleri yapmamı yasaklardı.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

9. Anne ve babam, her şeyde en iyi olmam için beni teşvik ederlerdi.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

10. Anne ve babam davranışları ile örneğin üzgün görünerek, onlara kötü davrandığım için kendimi suçlu hissetmeme neden olurlardı.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

11. Anne ve babamın bana bir şey olacağına ilişkin endişeleri abartılıydı.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

12. Benim için bir şeyler kötü gittiğinde, anne ve babamın beni rahatlatmaya ve yüreklendirmeye çalıştığını hissettim.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

13. Bana ailenin “yüz karası” ya da “günah keçisi” gibi davranılırdı.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

14. Anne ve babam, sözleri ve hareketleriyle beni sevdiklerini gösterirlerdi.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

15. Anne ve babamın, erkek ya da kız kardeşimi(lerimi) beni sevdiklerinden daha çok sevdiklerini hissedirdim.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

16. Anne ve babam, kendimden utanmama neden olurdu.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

17. Anne ve babam, pek fazla umursamadan istediğim yere gitmeme izin verirdi.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

18. Anne ve babamın, yaptığım her şeye karıştıklarını hissedirdim.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

19. Anne ve babamla, aramda sıcaklık ve sevecenlik olduğunu hissedirdim.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

20. Anne ve babam, yapabileceklerim ve yapamayacaklarımla ilgili kesin sınırlar koyar ve bunlara titizlikle uyarlardı.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

21. Anne ve babam, küçük kabahatlerim için bile beni cezalandırırlardı.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

22. Anne ve babam, nasıl giyinmem ve görünmem gerektiği konusunda karar vermek isterlerdi.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

23. Yaptığım bir şeyde başarılı olduğumda, anne ve babamın benimle gurur duyduklarını hissedirdim.

	Hiç bir zaman	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
Anne	1	2	3	4
Baba	1	2	3	4

EK 6: ETİK KURUL ONAYI



T.C.
ANTALYA BİLİM ÜNİVERSİTESİ
Hukuk Müşavirliği

Sayı : E-12402273-640.640.640-2200015889
Konu : Etik Kurul Kararı

22.11.2022

RÜMEYSA SEK

İlgi : 25.10.2022 tarihli başvurunuz

“Beliren Yetişkinlik Döneminde Algılanan Ebeveynlik Tutumları ile Duygusal Yeme Davranışı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi: Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin Aracı Rolü” başlıklı çalışmanızla ilişkin olarak, Antalya Bilim Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kuruluna yapmış olduğumuz başvuru 28.10.2022 tarih ve 50 sayılı Etik Kurulu toplantısında incelenmiş olup, alınan karar ekte sunulmuştur.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. İsmail YÜKSEK
Rektör

Ek : Etik Kurul Kararı

