



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KADINLARDA YEME TUTUMU, BEDEN İMAJİ VE BENLİK
SAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

İlyas Emin ATMACA

LEFKOŞA

2022

**YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**KADINLARDA YEME TUTUMU, BEDEN İMAJİ VE BENLİK
SAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

İlyas Emin ATMACA

**TEZ DANIŞMANI
DR. BİNGÜL HARMANCI**

**LEFKOŞA
2022**

Onay

İlyas Emin ATMACA tarafından hazırlanan “**Kadınlarda Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**” başlıklı tez, kapsam ve nitelik açısından kalite standartlarına uygunluğu ile ilgili Klinik Psikoloji Anabilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak tarihinde kabul edilmiştir. Tez savunması online (çevrim içi) yapılmıştır. Jüri üyeleri onaylarını sözlü olarak vermişlerdir. Tüm süreç kaydedilmiştir.

Jüri Üyeleri	Adı – Soyadı	İmza
Jüri Başkanı:	Yrd.Doç.Dr. Sözen İNAK	
Jüri Üyesi:	Yrd.Doç.Dr. Yasemin SORAKIN	
Danışman:	Dr. Bingöl HARMANCI	

Anabilim/ Anasanat Dalı Başkanı Onayı

...../...../20...

Doç.Dr. Meryem KARAAZİZ

Anabilim/Anasanat Dalı Başkanı

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Onayı

...../...../ 20...

Prof. Dr. Kemal Hüsnü Can Başer

Enstitü Müdürü

Etik İlkelerle Uygunluk Beyanı

Bu tezin içinde sunduğum verileri, bilgileri ve belgeleri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi; tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu; çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce, sonuç ve bilgilere bilimsel etik kurallar gereği olarak eksiksiz şekilde uygun atıf yaptığımı ve kaynak göstererek belirttiğimi beyan ederim.

Öğrencinin Adı ve Soyadı

İlyas Emin ATMACA

Teşekkür

Bu araştırma süresi boyunca bana verdiği destek, gösterdiği anlayış ve sabır için danışman hocam Dr. Bingöl HARMANCI'ya;

Eğitim hayatım boyunca yanımda olup, gerekli her türlü desteği bana gösteren annem Hatice ATMACA, babam Ahmet ATMACA ve amcam Ali ATMACA'ya

Eğitim hayatımın her döneminde, her anımda yanımda olan Duygu KARAOĞLANOĞLU ve Işıl ÇELİKEL'e teşekkürlerimi sunarım.

Özet

KADINLARDA YEME TUTUMU, BEDEN İMAJİ VE BENLİK SAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

ATMACA, İlyas Emin

Yüksek Lisans, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı

Danışman DR. BİNGÜL HARMANCI

01.2022, 81 sayfa

Bu çalışmanın amacı kadınların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkisinin incelenmesidir. Çalışma ilişkisel tarama modelinde tasarlanmış ve gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın örneklemi, internet üzerinden ulaşılan 18 yaş üzeri, okur yazar 385 kadından oluşmaktadır. Bu araştırmada, katılımcılara araştırmacı tarafından oluşturulan Demografik Bilgi Formu ile Yeme Tutumu Ölçeği (YTÖ), Beden İmajı Ölçeği (BİÖ) ve Benlik Saygısı Ölçeği (BSÖ) uygulanmıştır. Elde edilen verilerin analizi SPSS 21 istatistik programı kullanılarak yapılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar incelendiğinde katılımcıların yeme tutumu ve beden imajı düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılık göstermediği ama benlik saygısı puanlarının yaş gruplarına göre farklılık gösterdiği saptanmıştır. Katılımcıların BKİ ve medeni durumlarına göre yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı düzeylerinin değişmediği bulunmuştur. Katılımcıların benlik saygısı düzeylerinin eğitim durumlarına göre farklılık göstermediği ama yeme tutumu ve beden imajı puanlarının eğitim düzeyine göre farklılık gösterdiği saptanmıştır. Araştırma sonucunda yeme bozukluğuna sahip olan katılımcıların benlik saygısı düzeylerinin YB olmayanlardan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu, beden imajı hoşnutsuzluk düzeyinin ise yüksek olduğu bulunmuştur. Korelasyon analizi sonucunda, yeme bozukluğu, beden imajı ve benlik saygısı arasında anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Regresyon analizi sonucunda yeme bozukluğunun benlik saygısı tarafından yordandığı; benlik saygısının ise yeme bozukluğu ve beden imajı tarafından yordandığı bulunmuştur. Araştırma sonuçlarından hareketle YB olan ve beden imajı hoşnutsuzluğu yaşayan bireylerin klinikte benlik saygısını artırmaya yönelik terapilerin yapılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: yeme tutumu, beden imajı, benlik saygısı

Abstract

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN EATING ATTITUDE, BODY IMAGE AND SELF-ESTEEM IN WOMEN

ATMACA, İlyas Emin

MSc, Department of Clinical Psychology

Supervisor Dr. BİNGÜL HARMANCI

01.2022, 81 pages

The purpose of this study is to investigate the relationship between eating attitude, body image and self-esteem in woman. The study was designed and realized in correlational scanning model. The sample of the study consists of 385 women reached through internet who are older than 18 years old and literate. Demographic Information Form, Eating Attitude Test (EAT-40), Body Image Scale (BIS) and Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) were used and the data collected was analyzed by SPSS 21. Evaluating the results no significant difference is found among age groups in terms of eating attitude and body image. However a significant difference is found among age groups in terms of self esteem. No significant differences are found according to BMI and marital status in terms of eating attitude, body image and self esteem. Significant differences are found according to education levels in terms of eating attitude and body image, but no significant difference is found in terms of self esteem. According to the findings attendants who have eating disorder have significantly higher body image dissatisfaction and lower self-esteem than attendants who don't have eating disorder. According to the correlation analysis, significant correlations are found between eating disorder, body image and self-esteem. According to regression analysis, it is found that eating disorder is predicted by self-esteem and self-esteem is predicted by both eating disorder and body image. Evaluating the findings of the study it is recommended to use therapies in clinic that increases self esteem of people having eating disorder and body image dissatisfaction.

Keywords: eating attitude, body image, self-esteem

İçindekiler

Onay	i
Etik İlkelerle Uygunluk Beyanı.....	ii
Teşekkür.....	iii
Özet	iv
Abstract	v
İçindekiler	vi
Tablolar Listesi.....	viii
Kısaltmalar Listesi	ix
BÖLÜM I.....	1
Giriş.....	1
Problem Durumu.....	1
Araştırmanın Amacı	3
Araştırmanın Önemi.....	3
Araştırmanın Sınırlılıkları	4
Tanımlar	4
BÖLÜM II.....	5
Kavramsal Çerçeve ve İlgili Araştırmalar.....	5
Yeme Tutumu.....	5
<i>Yeme Bozuklukları</i>	5
<i>Yeme Bozukluklarında Risk Faktörleri</i>	6
Beden İmajı	7
<i>Beden İmajı Kavramı</i>	7
<i>Beden İmajını Etkileyen Faktörler</i>	8
Benlik Saygısı	9
<i>Benlik Saygısı Kavramı</i>	9
<i>Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler</i>	10
İlgili Araştırmalar.....	11
<i>Yeme Tutumu ve Yeme Bozukluğu ile İlgili Çalışmalar</i>	11
<i>Yeme Tutumu ve Beden İmajı ile İlgili Çalışmalar</i>	15
<i>Yeme Tutumu ve Benlik Saygısı ile İlgili Çalışmalar</i>	17
BÖLÜM III	20
Yöntem.....	20
Araştırmanın Modeli	20
Evren ve Örneklem	20
Veri Toplama Araçları	22

<i>Demografik Bilgi Formu</i>	22
<i>Yeme Tutumu Ölçeği (YTÖ)</i>	22
<i>Beden İmajı Ölçeği (BİÖ)</i>	23
<i>Benlik Saygısı Ölçeği (BSÖ)</i>	23
Verilerin Toplanması	24
Verilerin Analizi.....	24
BÖLÜM IV	26
Bulgular.....	26
Katılımcıların Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırılmasına Ait Bulgular	26
Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Sosyodemografik Özellikler ile Korelasyonuna Ait Bulgular	31
Katılımcıların Yeme Bozukluğuna Sahip Olup Olmamasına Göre Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerine Ait Bulgular	33
Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Ölçeklerinin Korelasyon Analizine Ait Bulgular.....	34
Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Ölçeklerinin Regresyon Analizine Ait Bulgular.....	35
BÖLÜM V	37
Tartışma.....	37
BÖLÜM VI	46
Sonuç ve Öneriler.....	46
Sonuç.....	46
Öneriler	48
<i>Akademisyenlere Öneriler</i>	48
<i>Klinisyenlere Öneriler</i>	48
Kaynakça.....	50
EKLER	62
Ek-1. Katılımcı Bilgilendirme Formu	62
Ek-2. Aydınlatılmış Onam Formu.....	63
Ek-3. Demografik Bilgi Formu	64
Ek-4. Yeme Tutumu Ölçeği (YTÖ)	65
Ek-5. Beden İmajı Ölçeği (BİÖ)	66
Ek-6. Benlik Saygısı Ölçeği (BSÖ)	67
Ek-7. Etik Kurul İzni.....	68
Ek-8. İntihal Raporu.....	69
Özgeçmiş.....	70

Tablolar Listesi

	Sayfa
Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri	23
Tablo 2. Katılımcıların Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Ölçeği Puanları (N=385).....	28
Tablo 3. Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması.....	29
Tablo 4. Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin BKİ Düzeylerine Göre Karşılaştırılması.....	30
Tablo 5. Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması.....	31
Tablo 6. Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması.....	32
Tablo 7. Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	33
Tablo 8. Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Sosyodemografik Değişkenler ile Korelasyonu.....	34
Tablo 9. Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Yeme Bozukluğu Olup Olmamasına Göre Karşılaştırılması.....	35
Tablo 10. Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Arasındaki Korelasyonlar.....	36
Tablo 11. Beden İmajı ve Benlik Saygısı Ölçek puanlarının Yeme Tutumu Ölçek puanlarını Yordaması.....	37
Tablo 12. Yeme Tutumu ve Beden İmajı Ölçek puanlarının Benlik Saygısı Ölçek puanlarını Yordaması.....	38

Kısaltmalar Listesi

AN	: Anoreksiya Nervoza
APA	: Amerikan Psikiyatri Birliği
BIÖ	: Beden İmajı Ölçeği
BKİ	: Beden Kütle İndeksi
BN	: Bulimiya Nervoza
BSÖ	: Benlik Saygısı Ölçeği
DSM	: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatiksel Sınıflandırılması El Kitabı
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
SPSS	: Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı
TDK	: Türk Dil Kurumu
TSSB	: Travma Sonrası Stres Bozukluğu
TYB	: Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu
YB	: Yeme Bozukluğu
YTÖ	: Yeme Tutumu Ölçeği

BÖLÜM I

Giriş

Yemek yemek yaşamak için gerekli bir süreçtir. Canlılar, bedensel ihtiyaçlarını karşılamak için gıdalara ihtiyaç duyar. Sosyal ilişkiler, cinsellik, yemek ve içmek hem ihtiyaç hem de doğal ödüllerdendir ve beyindeki limbik sisteme etki ederler (Uzday, 2016). Bununla birlikte bireylerde yemek yeme ile ilgili patolojiler görülebilmektedir.

Bireylerin yemek yeme davranışına, yeme tutumu etki etmektedir. Yeme tutumu; kişilerin gıda tercihi ve yemek yeme yöntemlerine yönelik oluşturduğu davranışsal yanıtlar bütünü olarak tanımlanmaktadır (Arkonaç, 2008). Yeme tutumu, kişisel, sosyal ve toplumsal nedenlerden etkilendiği gibi bireysel algı, geçmiş tecrübeler ve beslenme koşullarından da etkilenmektedir. Yeme patolojilerinde sıklıkla kişinin beden imajı algısının farklılaştığı görülmektedir. Amerikan Psikiyatri Birliği'nin (APA) anoreksiya nervoza ve bulimiya nervoza tanı kriterlerinde, hastaların düşük benlik saygısı ve çarpıtılmış beden imajı algısının bulunduğu yer almaktadır (APA, 2013). Özellikle ergenler ve genç kadınların yeme patolojilerine daha yatkın olduğu gözlenmektedir (Yılmaz, 2017; Kjelsas ve ark., 2004). Bu sebeple yeme tutumu ve yeme bozukluğu ile ilgili yapılan araştırmaların çoğunlukla ergenler ve kadınlarla yürütüldüğü görülmektedir. Literatürdeki çoğu araştırma, kadınların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasında ilişki olduğunu göstermektedir (Uzun ve ark, 2018).

Problem Durumu

Günümüzde güncelliğini koruyan patolojilerden yeme bozukluklarının genellikle ergenlik ve erken yetişkinlik döneminde çoğunlukla kadınları etkilediği düşünülmektedir (Öztürk, 2002). Buna rağmen, son dönemde ileri yaştaki kadınların da yeme patolojisine sahip olduğuna dair bulgular elde edilmektedir. Parmaksız'ın 2020'de 14-57 yaş aralığındaki bireylerle yaptığı çalışma sonucunda 14-20 yaş aralığındaki bireyler ile 21-57 yaş aralığındaki bireylerin yeme patolojileri ve beden imajı düzeyleri arasında farklılık olmadığı saptanmıştır. Bu durum yeme patolojilerinin süreklilik gösterdiği ve ileriki yaşlardaki bireyler açısından da risk oluşturduğu şeklinde yorumlanmıştır. Midlarsky ve arkadaşlarının 2018'te 60 yaş üzerindeki kadınlarla yürüttüğü çalışma sonucunda, yeme patolojisiyle, depresyon ve

zayıf olmaya dair sosyokültürel baskılar ve mükemmelliyetçilik arasında ilişki olduğu saptanmıştır.

Yapılan araştırmalar beden imajı ve benlik saygısı düşüklüğünün yeme patolojisi geliştirmede önemli etkenler olduğunu göstermektedir (Silverstone, 1992). Beden imajı ile ilgili çalışmalar beden hoşnutsuzluğunun çoğunlukla Batı toplumlarında ve kadınlarda görüldüğüne işaret etmektedir. Kadınların cinsiyet normlarına dayalı olarak sıklıkla bedenleri üzerinden değerlendirilmelerinin bu farka sebep olduğu savunulmaktadır (Swami, 2015). Ülkemizde yeme bozukluğu (YB) tanısı alan ve almayan yaşları 13 ila 31 arasında değişen kadınlar üzerinde yapılan bir araştırmada YB tanısı almış kadınların YB tanısı almayanlara göre depresyon, benlik saygısı ve beden imajı memnuniyet düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha düşük olduğu bulunmuştur (Onar, 2008). YB tanısı alan kadınların, zayıflık ile güzellik kavramlarını eşleştirdikleri, kritisize edilmedikleri halde daha zayıf olmaya uğraştıkları ve beden imajları ile ilgili akranlarından daha çok eleştiri aldıkları tespit edilmiştir Parmaksız'ın 2020'de 14-57 yaş aralığındaki bireylerle yaptığı çalışma sonucunda irrasyonel inanışlar ile yeme patolojisi arasında pozitif yönde; olumlu beden imajı ile yeme patolojisi arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır.

Literatürde düşük benlik saygısı ile yeme bozukluğu arasında pozitif yönde ilişki olduğuna dair çalışmalar bulunmaktadır. Sürekli diyet yapmanın benlik saygısında düşüşe ve yeme bozukluğuna sebep olduğu düşünülmektedir. Baş ve arkadaşlarının 2004'te yaptığı çalışmaya göre yeme bozukluğuna sahip olan kadınların, YB olmayanlara göre benlik saygısının daha düşük olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde Williams ve arkadaşlarının 1993 tarihli çalışması da YB olanlar ve olmayanlar arasında benlik saygısı açısından YB olmayanların lehine fark olduğunu saptamıştır. Silverstone (1992), kuramında yaşam boyu düşük benlik saygısına sahip kişilerin yeme bozukluklarından anoreksiya nervoza (AN) ve bulimiya nervoza (BN) geliştirme risklerinin daha yüksek olduğunu açıklamıştır.

Erişilebilen Türkçe literatürde yeme tutumu ile ilgili yapılan çalışmaların sıklıkla ergenler (Alpaslan ve ark., 2015; Baş ve ark., 2004), üniversite öğrencileri (Altuğ ve ark., 2000; Şanlıer ve ark., 2008), obez bireyler (Sağlam Eryılmaz, 2018; Armağan, 2013; Değirmenci, 2006), YB olan bireyler (Onar, 2008) ve kadınlar (Yılmaz, 2019; Işık, 2018; Çelikel ve ark., 2008) örneklemleri üzerinde yapıldığı görülmüştür. Her yaş aralığındaki kadınların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı

arasındaki ilişkiyi birarada ele alan çalışmanın kısıtlı sayıda olduğu dikkat çekmektedir (Uzun ve ark., 2018). Yeme patolojilerinin her yaşta kadın için risk faktörü oluşturması sebebiyle bu çalışmanın problem cümlesi "Kadınlarda yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi" olarak belirlenmiştir.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın temel amacı, kadınların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çalışmanın araştırma soruları aşağıda sunulmaktadır:

1. Araştırmaya katılan kadınlarda yeme bozukluğu oranı kaçtır?
2. Katılımcıların sosyodemografik özellikleri açısından yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı düzeyleri arasında fark var mıdır?
3. Katılımcıların sosyodemografik özellikleri ile yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasında anlamlı ilişki var mıdır?
4. Yeme bozukluğu olan katılımcılar ile yeme bozukluğu olmayan katılımcıların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı düzeyleri arasında fark var mıdır?
5. Katılımcıların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasında anlamlı ilişki var mıdır?
6. Katılımcıların benlik saygısı, beden imajı ve yeme tutumunu yordamakta mıdır?
7. Katılımcıların beden imajı, yeme tutumu ve benlik saygısını yordamakta mıdır?

Araştırmanın Önemi

Çağımızda bireysel, sosyal, toplumsal ve medya gibi birçok faktörden etkilenen yeme tutumu, beden imajı algısı ve benlik saygısı, yeme bozukluklarının açıklanmasındaki önemli değişkenler olarak yer almaktadır. Bireyin beden imajı algısı, öznel değerlendirmelere dayanmakta ve gerçek fiziki görünümle eşleşmeyebilmektedir. Bu sebeple birey, zihninde yarattığı ideal beden imajına ulaşmak için yeme tutumunu değiştirebilmektedir. Sağlıksız yeme davranışlarına yol açan bir yeme tutumu, yeme bozukluklarının temelini oluşturmaktadır. Yeme bozukluklarına yol açan bir diğer temel faktör ise düşük benlik saygısıdır. Düşük benlik saygısına sahip bir kişi çarpık bir beden imajı algısı oluşturmakta ve kendisini ve bedenini beğenmemektedir. Dolayısı ile yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı faktörlerinin birarada ele alınması, yeme bozukluklarının açıklanmasına ve

tedavilerine yön verilmesine yönelik alanyazın bulgularına katkı sağlayacaktır. Ayrıca bu araştırma ile yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin saptanması klinik fayda sağlayacaktır.

Araştırmanın yeme bozukluğu tanısı almamış kadın katılımcılar ile yürütülmesi tesadüfi bir örnekleme yeme bozukluğu oranını saptamak ve tanı kriterlerini karşılamayan bireylerde var olan değişkenlerin incelenmesi konusunda yarar sağlayacaktır. Yapılan çalışmalar yeme bozukluğu psikopatolojisi tanı kriterlerini karşılamamasına rağmen sağlıklı yeme tutumu ve bozuk beden algısına sahip kişilerin toplumda fark edilmediğini göstermektedir (Hoek ve van Hoeken, 2003). Dolayısı ile yeme bozukluklarını önlemede ve risk kriterlerinin belirlenmesinde tanı almamış katılımcıların yeme tutumlarının, beden imajlarının ve benlik düzeylerinin belirlenmesi oldukça önemlidir. Konuya ilişkin çalışmaların yapılması, psikolojik bozuklukların temellerini açıklamaya yönelik bulgulara ulaşılmasını sağlayacaktır. Elde edilen bulguların ise tedavi konusunda destekleyici verilere ulaşmak ve risklerin önlenmesi açısından yarar sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırmanın sınırlılıkları aşağıdaki maddelerde belirtilmiştir:

1. Bu çalışma internet üzerinden ulaşılan 385 kişi ile sınırlıdır.
2. Araştırma bulguları, araştırmada kullanılan Yeme Tutumu Ölçeği (YTÖ), Beden İmajı Ölçeği (BİÖ), Benlik Saygısı Ölçeği (BSÖ) ve araştırmacı tarafından oluşturulan Demografik Bilgi Formu ile toplanan verilerle sınırlıdır.
3. Araştırma sonuçları kullanılan istatistiksel analizlerin özellikleriyle sınırlıdır.

Tanımlar

Yeme Tutumu: Bireyin gıda alımı ve yemek yeme ile ilgili düşünce, duygu ve davranışlarını barındıran genel eğilim olarak tanımlanmaktadır (Arkonaç, 2008).

Beden İmajı: Bireyin bedeninin çeşitli bölümleri ya da işleyişi ile ilgili memnuniyet ya da memnuniyetsizlik hissinin derecesi olarak tanımlanmaktadır (Secord ve Jourard, 1953).

Benlik Saygısı: Bireyin kendisine yönelik pozitif ya da negatif tutumu olarak tanımlanmaktadır (Rosenberg, 1965).

BÖLÜM II

Kavramsal Çerçeve ve İlgili Araştırmalar

Yeme Tutumu

Yeme tutumunu kişinin besin tüketimi ile ilgili davranış, düşünce ve duygularını içeren eğilim olarak tanımlanmaktadır (Arkonaç, 2008). Yeme tutumu bireyin gıda tüketimi ve beslenmesini belirlemekte ayrıca sosyokültürel, biyolojik ve psikolojik süreçlerden etkilenmektedir (Maner, 2001).

Fairburn'e (2008) göre, bireylerin yeme tutumu ile beden kütle indeksi (BKİ) ve yeme bozukluğu riskleri öngörülebilmektedir. Ünlü (2011) olumlu yeme tutumuna sahip olmak için sağlıklı yeme alışkanlıkları edinmenin, yeterli ve dengeli beslenmenin öneminden bahsetmektedir. Wood ve arkadaşları (1994) olumsuz yeme tutumuna sahip kişilerin ilerleyen zamanda yeme bozukluğu geliştirme riskinin daha yüksek olduğunu vurgular. Bu sebeple olumsuz yeme tutumlarının yeme bozukluğu ya da yeme patolojisi geliştirmekte en önemli faktörlerden biri olduğu öne sürülmektedir (Batıgün ve Utku, 2006).

Yeme Bozuklukları

Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel Sınıflandırılması El Kitabı'nda (DSM-5), yeme bozuklukları "Beslenme ve Yeme Bozuklukları" başlığı altında bulunmaktadır. Yemek yeme ile ilgili rahatsızlıklar; pika, geri çıkarma, kısıtlı yiyecek alımı bozukluğu, anoreksiya nervoza, bulimiya nervoza, tıknırcasına yeme bozukluğu, tanımlanmış diğer bir beslenme ve yeme bozukluğu, tanımlanmamış beslenme ve yeme bozukluğu olarak belirtilmiştir (American Psychiatric Association [APA], 2013).

Anoreksiya nervozada (AN) birey, kilo almaktan belirgin bir biçimde endişe duyar. Vücut ağırlığı düşük olmasına rağmen kendisini kilolu olarak tanımlar ve kilo almayı engelleyen eylemlerle aşırı biçimde uğraşır (APA, 2013). Bulimiya nervoza (BN) rahatsızlığına sahip bireylerde AN ile benzer olarak beden imajı algısının bozulduğu, kendilik değerlendirmesini beden ağırlığı ile belirlediği ve kilo almayı engelleyen eylemlerle aşırı biçimde uğraştığı belirtilmektedir. Bulimik bireyler kilo almamak için kusma, laksatif ve diüretik ilaçlar kullanma gibi yöntemlere başvururlar. AN'den farklı olarak BN'de tıknırcasına yeme dönemleri görülmektedir (APA, 2013). Tıknırcasına yeme bozukluğuna (TYB) sahip bireylerin olağandan

daha fazla ve hızlı yeme, sonrasında suçluluk, utanç ve depresif belirtiler gösterme gibi semptomları olduğu ifade edilmektedir (APA, 2013).

Yeme Bozukluklarında Risk Faktörleri

Yeme bozuklukları epidemiyolojisinde, genetik, biyolojik ve psikososyal risk faktörleri yer almaktadır (Maner, 2001). Çocuklukta fiziksel ve/veya cinsel istismara maruz kalma, stres veren yaşam olayları, ailevi sorunlar ve olumsuz duygulanım gibi etkenlerin yeme bozukluğu ile ilişkili olduğu öne sürülmektedir (Öztürk, 2002). Bununla birlikte, bireylerin beden imajı algısı, kilo almak ile ilgili kaygılar, diyet kısıtlaması ve ailede yeme bozukluğu yaşayan bireyin bulunması da yeme bozukluğunun oluşmasına etki etmektedir (Jacobi ve ark., 2004). Genetik faktörlerin de BN ve AN oluşmasında %50 oranında katkısı olduğu öne sürülmektedir (Sharan ve Sundar, 2015). Kessler ve arkadaşlarına (2013) göre literatürde yeme bozukluğu alanında yapılan hiçbir çalışma AN, BN ve TYB olan bireyler arasında ortak ve spesifik risk faktörleri ve başlangıç örüntülerine ilişkin tam olarak bilgi verememektedir. Bu yüzden, spesifik yeme bozukluğu tanılarına odaklanan bireysel risk faktörü çalışmaları her bir bozukluk için çeşitli risk faktörleri tanımlamıştır. Örneğin, AN için çocuklukta beslenme sorunları ve mükemmeliyetçiliğin belirleyici olduğu ifade edilmektedir (Keel ve Forney, 2013). Sadock ve arkadaşlarına (1999) göre bireyin beden imajına fazla önem vermesi, düşük benlik saygısı ve başarı odaklı ve aşırı koruyucu ebeveyn tutumlarına maruz kalma AN oluşumunda önem arz etmektedir. Fairburn (2008) BN'de çocukluk çağı obezitesi ve kiloyla ilişkili alay etmenin belirleyici olduğunu öne sürmektedir. Ayrıca ebeveynin düzensiz yeme, diyet ve aşırı yeme ile ilgili yaşantılarının BN oluşumunda etkili olduğunu vurgulamaktadır. Cassin ve von Ranson'un 2005 yılında yaptıkları araştırma sonucuna göre BN bireylerde kişilik özelliklerinden; yenilik arayışı ve nörotisizmin daha yüksek olduğu bulgulanmıştır.

Çağımızda özellikle kadınlar için zayıflığın idealleştirilmesi, yeme bozukluğuna etki eden faktörler arasında kabul edilmektedir (Ricciardelli ve McCabe, 2003). Coughlin ve Kalodner (2006) bireylerin yeme patolojisi oluşturmada, güzellik normları sunan medyanın etkisinden bahsetmektedir. Medyanın, zayıf, başarılı ve güzel insnaları göstermesi, bireylerin bedenlerini olduğu haliyle beğenmemesine ve beden imajı algısının bozulmasına yol açmaktadır.

Böylece beden görünümü, bireyin hayatında büyük rol oynamakta ve kişi tüm uğraşını görünümüne odaklamaktadır (Yıldız, 2018).

Kültürel faktörler yeme bozuklukları ile ilişkili bulunmuştur. Kültürel yemek yeme davranışı bireylerin yeme bozukluğu geliştirmesine etki etmektedir. Abrams ve arkadaşlarının 1993 tarihli çalışması sonucunda; Afrika kökenli Amerikalı kadınların, beyaz Amerikalı kadınlardan daha yüksek BKİ oranına sahip olmakla birlikte, beden imajı algılarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Beyaz ırka sahip Amerikalı kadınların ise daha düzensiz beslenme ve diyet davranışında bulundukları ve bedenlerini daha az sevdikleri ortaya konmuştur.

Beden İmajı

Beden İmajı Kavramı

Beden imajı bireyin görünümüne ilişkin pozitif veya negatif duygu ve düşüncelerinin toplamı olarak tanımlanmaktadır (Grogan, 2007). Secord ve Jourard'a (1953) göre beden imajı, kişinin bedeni ve işleyişi hakkında duyduğu mutluluk hissidir. Beden imajı, beden imgesi ve beden algısı kavramlarının birlikte ve çoğu zaman birbiri yerine kullanıldıkları görülmektedir (Aktaş ve ark.,2010). Bu çalışmada da kavramlar birbiri yerine kullanılmıştır.

Beden algısında, bireyin kendi bedenine yönelik algı, duygu ve tutumları ele alınmaktadır (Mussell ve ark., 1996). Beden algısı bireyin nesnel görünümüne değil, sübjektif değerlendirmesine ve sosyal ilişkilerine dayanmaktadır (Schilder, 1950). Bu sebeple kişi nesnel görünümünden bağımsız olarak bedeni hakkında negatif ya da pozitif düşünceye sahip olabilmektedir (Cooper ve ark., 2007). Helman (2001), kişinin bedenine yönelik olumlu düşünce ve duygularının, benlik saygısı ve kendine güveni artırdığını öne sürmektedir. Zanetti ve arkadaşlarının 2013 tarihli çalışmasında, yeme bozukluğu hastalarındaki beden imajı bozulmalarına, kendilik algılarının ve diğerlerinin geribildiriminin yol açtığı görülmüştür. Frank ve Thomas (2003), yeme bozukluğunu anlamada beden imajı algısının öneminden bahsetmiştir. Morrison ve arkadaşları (2004) beden imajının iki basamaklı bir kavram olduğunu belirtmektedir. İlk basamakta bireyin görünümüyle ilgili inanışları ve düşüncelerine dair yorumlamaları bulunmaktadır. İkinci basamakta ise bireyin arzu ettiği bedene sahip olabilmek için gözlenen davranışları yer almaktadır.

Temel'e (2005) göre beden algısı, 3 önemli kavramı içermektedir; var olan beden, idealize edilen beden ve bedeninin sunumu. Var olan beden, kalıtsal faktörlerden oluşup çevresel etkenler ile değişebilen nesnel durumlarla açıklanmaktadır (Labre, 2005). İdealize edilen beden, bireyin ulaşmaya arzu ettiği beden formu olarak tanımlanmaktadır (Temel, 2005). Bedenin sunumunda ise etken olan faktörler; medya, güncel güzellik anlayışı, moda, sosyal etkileşim olarak belirtilmektedir. Morrison ve arkadaşları (2004) beden sunumunun hem idealize edilen bedene hem de var olan bedene etki ettiğini öne sürmektedir. Ayrıca Labre'ye (2005) göre beden imajında öznel algı ve inanışlar kadar çevrenin görüş ve inanışları da önem arz etmektedir.

Beden İmajını Etkileyen Faktörler

Çağımızda beden imajına yüklenen anlamlar artmıştır. Bilhassa medya üzerinden ideal bedene yönelik görsellerin açık veya gizli diktesi beden imajında kişinin inançları, arzuları, kişilik özellikleri ve beklentilerine dair algı oluşturmaktadır (Grogan, 2010).

Beden imajı ile ilgili çalışmalar kültürel faktörlere vurgu yapmaktadır (Uluyol ve Barışkın, 2020). Özellikle Batı toplumunda ve kadınlarda beden imajı ile ilgili memnuniyetsizliğin yoğun yaşandığına dikkat çekilmektedir. Swami (2015) bu durumun sebebini, kadın bedeninin daha çok cinsiyet normları üzerinden değerlendirilmesi olarak yorumlamaktadır.

Nesneleştirme Kuramı'nda kadın bedeni, erkek egemen yerlerde özne olarak değil nesne olarak yer almaktadır (Fredrickson ve Roberts, 1997). Kadın bedeni ile ilgili ideal özelliklerin erkek bakış açısı ve haz amacıyla oluşturulduğu ifade edilmektedir (Uluyol ve Barışkın, 2020). Böylece toplumda yer edinmeye, onay ve takdir almaya çalışan kadının, kendi bedeninin denetçisi durumuna geldiği vurgulanmaktadır (Tiggemann ve Boundy, 2008). Paralel olarak Feminist Kuramda da erkek egemen sistemde, kadınların eşitlik ve olanaklarının artmasıyla, bu sefer ideal beden imajı üzerinden baskı oluşturulduğu öne sürülmektedir (Myers ve Crowther, 2007).

Morrison ve arkadaşlarına (2004) göre beden algısında sosyokültürel mesajlar ve bu mesajların kişi tarafından özümseme derecesi önemlidir. Kadınlarla yürüttükleri araştırma sonucuna göre kadınların bedenle ilgili görüşlerini; zayıf bir bedenin daha güzel ve çekici olduğu, bedenin cinsel bir obje olarak değerlendirildiği,

zayıf olmanın toplumsal olarak olumlu birçok yanının olduğunu keza şişman olmanın toplumsal destekten yoksun olma anlamına geldiği şeklinde açıkladıkları belirtilmiştir. Sonuç olarak zayıf olmak, toplumda ulaşılmaya değer bir özellik olarak algılanmaktadır. Tiggemann’a (2012) göre medya, beden imajı algısını etkilemektedir. Medyada gösterilen ideal kadın bedeni imajı “zayıf” olarak yansıtılmaktadır. Televizyonda yer bulan kadın oyuncuların yaklaşık %70’inin zayıf oldukları vurgulanmaktadır (Tiggemann, 2012).

Trafimov ve arkadaşları (1989) Üçlü Etki Teorisi’nde beden imajını etkileyen 3 faktörün; medya, aile ve arkadaş olduğunu ortaya koymuştur. Özellikle ergenlik dönemindeki bireylerin beden imajı algısı oluşumunda sosyal çevre ve arkadaş etkisinin önemi üzerinde durulmuştur. Bu dönemde gençler kendilerini diğerleri ile kıyaslayıp karşılaştırmaktadır (Doğan ve ark., 2018). Ayrıca sosyal çevresinde bedeniyle ilgili dalga geçilen erkek ve kız ergenlerde beden algısı hoşnutsuzluğunun daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Gelişimin ilk yıllarından itibaren arkadaşlarca dalga geçilme, birey üzerinde önemli bir etkiye yol açmaktadır (Bektaş, 2004). Beden imajı üzerinde ebeveynlerin etkisinin verdikleri sözlü ve fiziki mesajda yer aldığı öne sürülmektedir. Ebeveynlerin, çocukların kilosu ya da kas yoğunluğu ile ilgili olumlu ya da olumsuz yorumlarının beden imajının şekillenmesinde etkili olduğu savunulmuştur. Bu sebeple, ergenin beden imajı oluşturmada, anne ve babalarının verdikleri mesajlardan etkilendikleri bildirilmiştir (Thompson ve ark., 1999). Rheanna ve arkadaşlarına 2006 yılına ait çalışma sonucuna göre kızlar, anneleri tarafından ideal beden imajına sahip olmak için daha çok teşvik edilmektedir. Aynı zamanda kilo ile alakalı hoşnutsuzluğun nedeni olarak da anne ve arkadaşlar tarafından kilo verme ile ilgili verilen negatif mesajlardan kaynaklandığı yorumu yapılmıştır.

Bucchianeri’nin 2013 tarihli araştırma sonucuna göre kadınlarda beden imajını olumlu algılama ile eğitim düzeyi arasında pozitif yönde ilişki olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde obeziteden, sıklıkla düşük eğitim düzeyine sahip kadınların etkilendiği öne sürülmüştür.

Benlik Saygısı

Benlik Saygısı Kavramı

Benlik saygısı; kişinin bireysel yetenek ve kapasitesini tanıması ve kendini gerçekçi olarak değerlendirmesi sonrası kendini olduğu gibi kabullenmesi ve bu

sayede kendisine duyduğu saygı, sevgi ve güven duygularını kapsamaktadır (Çuhadaroglu, 1986). Chrizanowski'ye (1981) göre benlik saygısı, kişinin güç ve becerilerini değerlendirmesi sonucuya ortaya çıkan pozitif kendilik imgesidir.

Yörükoğlu (1985) benlik saygısında etkili faktörleri; değerli hissetmek, kabul görmek, beğenilir olmak, fiziksel özelliklerini kabul etmek ve becerilerini ortaya koymak olarak ifade etmektedir. Rosenberg (1965) benlik saygısını, kişinin kendisi ile ilgili pozitif ya da negatif tutumu olarak tariflemektedir. Rosenberg'e göre kişinin kendisiyle ilgili değerlendirmelerinin pozitif olması benlik saygısının yüksek olduğunu, negatif olması benlik saygısının düşük olduğuna işaret etmektedir.

Benlik saygısı yüksek insanların, beklentilerini ve kapasitelerini gerçekleştirme olasılığı daha yüksektir (Mann ve ark., 2004). Kendilerine olan güvenleri, onların yaratıcılığını ve bağımsızlığını artırır. Bu sayede kişiler hedeflerine ulaşmada daha gayretli hale gelirler. Benlik saygısı yüksek bireyler ayrıca diğerleri tarafından da değerli görülmek isterler. Benlik saygısı düşük kişilerin ise kendine güveni azdır, düşüncelerini ifade etmekten kaygı duyarlar ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri düşüktür. Bu durum sıklıkla sosyal olaylardan geri çekilme ve içe kapanma ile sonuçlanır (Mann ve ark., 2004).

Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler

William James'e (1990) göre benlik saygısına 3 faktör etki etmektedir. İlk faktör kişinin kendi arzu ve değerlerinin benlik saygısının ana bileşenini oluşturmasıdır. Kişi benliğine, yaptıkları ve ideal olarak yapmak istediklerini karşılaştırarak saygı duyar. Başarmak istedikleri arasında başarabildiklerinin derecesi benlik saygısını belirler. Başarabildikleri fazla ise benlik saygısı da yüksek olur. İdeal benliğine yakınlaştıkça saygısı artar. William James (1990) benlik saygısını etkileyen ikinci faktörün toplum standartları tarafından belirlendiğini açıklamaktadır. Kişinin benlik saygısı, toplumun başarı standartlarını karşıladığı ölçüde artar. Üçüncü faktör benliğin uzantıları olarak adlandırılmaktadır. Kişinin ailesi, evi, arabası, çocukları, elbiseleri vb. aitlik hissettiği ya da sahip olduğu değerleri ifade eder.

Karen Horney'e göre kaygıyı önlemede en etkin yollardan biri benlik saygısını güçlendirmektir. İdeal benlik ile gerçek benlik arasındaki fark arttıkça kaygı artmaktadır. Benlik saygısı yüksek kişilerin aşağılık duygusu ile başa çıkabildikleri ve daha olgun kişilerarası ilişkiler kurduklarını ifade etmektedir. Adler

ise, benlik saygısı ile iki önemli ketlenmeden bahseder (Orgler, 1976). İlki, biçim, kuvvet, fonksiyon açısından farklı ya da yetersiz bir organa sahip olmaktır. İkincisi ise bu yetersizliğe sahip bireyin ailesi ve sosyal çevresi tarafından yeterince desteklenmemesidir. Eksiklikleri ile kabul edilmiş ve destek olunmuş bir kişi telafi edebilir ve böylece benlik saygısını koruyabilir. Rogers (1947), benlik saygısında aile ve sosyal çevrenin rolüne vurgu yapmaktadır. Aile ve sosyal çevre kişiyi hoşnut edip destek oluyorsa benlik saygısının yüksek olacağını, aşağılayıp hayal kırıklığına uğratiyorsa benlik saygısının düşük olacağını ifade etmektedir. Böylece kişi benlik saygısını, başkalarının değerlendirmeleri aracılığıyla öğrenerek geliştirir.

Beck ve arkadaşları (1979) depresyonun yordayıcılarından biri olarak düşük benlik saygısından bahsetmektedir. Çuhadaroğlu (1985) benlik saygısına; zeka, beden görünümü/yapısı, yaşanılan toplum, kültür, aile ve çevrenin etki ettiğini ifade etmektedir. Benlik saygısı yaşam boyu sürer. Kişi kendini ve kaynaklarını keşfettikçe, beceri ve kapasitesini kabul ettikçe, kendine duyduğu sevgi, saygı ve güven artar. Aynı zamanda bu süreçte kişinin etkileşimde bulundukları, sosyal çevresi, özel hayatı ve iş hayatı da benlik saygısının gelişmesinde rol oynar.

İlgili Araştırmalar

Yeme Tutumu ve Yeme Bozukluğu ile İlgili Çalışmalar

Alanyazında yeme tutumu ve yeme bozuklukları ile ilgili çok sayıda çalışma yapıldığı görülmektedir. Fairburn ve Harrison'ın 2003'de yaptığı çalışma, klinik grupta yer almasına rağmen yeme bozukluğu tanı kriterlerine karşılamayan bireylerin oranının %50 olduğuna dikkat çekmektedir. Yeme bozuklukları ergenlerde obezite ve astımdan sonra en sık görülen üçüncü rahatsızlık olarak sıralanmaktadır. Yeme bozukluğunun sıklıkla kadınlarda görüldüğü ve hastaların %95'inin genç kızlar olduğu belirtilmektedir (Küey, 2008; Yılmaz, 2017).

Bulik ve arkadaşlarının 2006'da İsveç'te monozigot ikizler ile yürüttüğü çalışma sonucunda erkeklerde AN prevelansının %0,3 kadınlarda ise %1,2 olduğu bulunmuştur. Benzer olarak yeme patolojilerinin kadınlarda görülme sıklığının %3,4, erkeklerde görülme sıklığını %1,5 olduğu belirlemiştir (Kjelsas ve ark., 2004). Yılmaz'ın 2017'de yaptığı çalışma sonucunda genç kızlarda yeme bozukluğu görülme sıklığının %5-10 arasında olduğu bulunmuştur.

Dünya genelinde yeme bozukluğu sıklığı değerlendirildiğinde, Fairburn ve Harrison'ın 2003 tarihli araştırması gelişmiş ülkelerdeki bireylerin yeme bozukluğu riskinin gelişmekte olan ülkelere göre daha yüksek olduğunu vurgulamaktadır. Sharan ve Sundar'ın 2015 yılına ait çalışması gelişmekte olan ülkelere 1970'li ve 1980'li yıllara kadar yeme bozukluğunun nadiren görüldüğünü belirtmektedir. Türkiye'de yapılan bir çalışmada katılımcıların %0,7'sinde obezite, %42,9'unda normalin altı BKİ, %6,3'ünde hafif şişmanlık kriterlerini karşıladığı, kızların %11,5'inde ise yeme bozukluğu olduğu saptanmıştır (Baş ve ark., 2004). Vardar ve Erzengin'in 2011'de geniş örneklemle üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği çalışma sonucunda yeme bozukluğu prevalansının %2,33; AN için %0,034, BN için %0,79, TYB için %0,99 ve başka türlü tanımlanamayan YB için %1,51 olduğu saptanmıştır. Qian ve arkadaşlarının 2013'te büyük örneklem ve 9315 makale üzerinden yaptığı bir metanaliz çalışmasında; AN oranının %0,21, BN oranının %0,81 ve TYB oranının %2,22 olduğu bulunmuştur.

Altuğ ve arkadaşlarının 2000 yılında Türk üniversite öğrencileri örneklemine yapmış oldukları çalışmada, Yeme Tutum Ölçeği (YTÖ) ile ölçülen yeme patolojileri belirli değişkenler aracılığıyla incelenmiştir. Katılımcıların %7,9'unda yeme patolojisi bulunduğu saptanmıştır. Sosyodemografik değişkenler açısından yeme tutumu puanlarının değişmediği, bununla birlikte geleneksel aile yapısı ve olumsuz mükemmeliyetçilik özelliklerinin yeme tutumu ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Şanlıer ve arkadaşlarının 2008'de Ankara'da okuyan 17- 23 yaş aralığındaki 610 üniversite öğrencisi ile YTÖ uygulayarak yaptıkları araştırma sonucunda kadınlarda yeme bozukluğu riskinin daha yüksek olduğu, YTÖ ile orta üst kol ve bel çevresi arasında olumlu yönde, YTÖ ile beden imajı arasında olumsuz yönde korelasyon saptanmıştır.

Çelikel ve arkadaşlarının 2008'de, kız üniversite öğrencileriyle YTÖ uygulayarak yaptığı çalışmada katılımcıların %12'sinde yeme bozukluğu olduğu, YTÖ düzeyleri ile depresyon, OKB ve fobi arasında ilişki olduğu belirlenmiştir. Ayrıca katılımcıların yeme tutumu düzeyleri ile annelerin obsesif kompulsif belirtileri, fobik anksiyete ve genel psikopatoloji ile aile işlevinde “duygusal katılım” arasında olumlu yönde ilişki saptanmıştır. Elde edilen bulgularla, depresyon, aleksitimi, anksiyete ve obsesyon-kompulsiyon düzeylerinin yanı sıra aile içi

işlevsellik ve annelerin psikopatolojisinin bireylerin yeme tutumunda değerlendirilmesi gereken önemli değişkenler olduğu sonucuna varılmıştır.

Kızıltan ve Karabudak tarafından 2008 yılında yürütülen bir diğer çalışmada, Türk beslenme ve diyetetik öğrencilerinde yeme patolojisinin sıklığı ve beslenme eğitimi ile yeme tutumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmada 568 kadın üniversite öğrencisi (248 beslenme ve diyetetik bölümü, 320 diğer bölümlerden olmak üzere) olarak seçilmiştir. Çalışma için- Yeme Tutum Testi (EAT-26) ve Bulimik Araştırma Testi-Edinburg (BİTE) kullanılmıştır. Psikolojik faktörleri ölçmek amacıyla Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RSE) ve Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri (STAI) 11 kullanılmıştır. Her iki grupta yeme tutumları ilk puanlar, bulimik araştırma testi puanları ve Rosenberg benlik saygısı puanları benzer bulunmuştur. Diyetetik öğrencilerde sadece STAI skoru, diyetisyen olmayan öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Diyet yapmayan öğrencilerde kahvaltı atlaması anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Diyetisyen olmayan öğrencilerin sağlıksız kilo verme yöntemlerini, diyetisyen öğrencilerinden daha fazla uyguladıkları görülmüştür. Beslenme eğitiminin BKİ ve yeme tutumu üzerinde etkisi olmadığı saptanmıştır.

Yemek yemenin insanın duygulanımlarına bağlı olarak değiştiğine dair araştırmalar yapılmıştır. Yemek yemenin insanı mutlu ettiğine dair düşünceden yola çıkan Smith ve arkadaşları 2007’de ergenlerle yaptıkları 3 yıllık çalışma sonucunda yemek yemenin olumsuz duygulanımlarını azalttığını ve olumlu duygulanımlarını artırdığını belirten ergenlerin diğerlerine göre TYB’na daha yatkın olduğunu tespit etmiştir. Yemek yemenin olumlu duygulanımlarını artırdığını ifade eden bulimiya nervoza hastalarının TYB göstermeye devam ettiği ifade edilmektedir (Bohon ve ark., 2009). Goossens ve arkadaşları 2009 tarihli çalışmasında da anksiyete ve depresyon yaşayan kilolu bireylerin olumsuz duygular içindeyken yemek yeme üzerindeki kontrollerini kaybettikleri bulunmuştur. Duygu düzenleme aracı olarak yemek yiyen bu kişilerde depresyonun daha yüksek düzeyde seyrettiği görülmüştür. Akdevelioğlu ve Gümüş’ün 2010’da diyetetik okuyan üniversite öğrencileri örneklemini arasında yeme tutumu prevelansını ölçmek amacıyla gerçekleştirdiği çalışma sonucunda öğrencilerin %75,9’unun normal BKİ düzeyinde olduğu, %5,5’inde yeme patolojisi olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte, diyetetik eğitiminin, yeme patolojisi üzerinde etkisi olmadığı saptanmıştır.

Yılmaz ve arkadaşlarının 2013'te kız üniversite öğrencileri ile yeme tutumu ölçeği ile gerçekleştirdikleri çalışma sonucunda katılımcıların %8,8'inde yeme bozukluğu olduğu saptanmıştır. Yeme bozukluğu saptanan katılımcıların BKİ değerlerine göre %13,6'sının zayıf, %68,2'sinin normal, %13,6'sının hafif şişman ve %4,5'inin ise şişman olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların BKİ düzeyleri ve algılanan vücut imajına göre yeme tutumu ölçeği aldıkları puan sağlımları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır.

Alpaslan ve arkadaşlarının 2015'te kız lise öğrencileri üzerinde yeme tutumu, intihar meyli ve aleksitimi arasındaki ilişkiyi ele aldığı çalışma sonucunda katılımcıların %13,6'sında yeme patolojisi olduğu ve yeme patolojisi olan bireylerin olmayanlardan intihar meyli ve aleksitimi düzeylerinin anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Türkiye'deki kadın üniversite öğrencileri ile yeme patolojileri, partner şiddeti ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkinin araştırıldığı bir çalışmada, partner şiddetindeki artışın, kadınlardaki aşırı diyet ve bulimik belirtileri anlamlı olarak artırdığı tespit edilmiştir (Muyan ve ark., 2015). Ayrıca, analize mükemmeliyetçiliğin dahil edilmesiyle, partner şiddetinin yeme bozukluklarını yordadığı saptanmıştır. Belirgin bir biçimde, anne ve baba beklentilerinin diyetin önemli bir yordayıcısı olduğu ve kişisel standartların, eylemlerle ilgili şüphelerin ve ebeveyn eleştirisinin BN'nın anlamlı yordayıcıları olduğu saptanmıştır.

Lübnan'da 18-31 yaş aralığındaki yetişkinlerle yapılan bir çalışmada yeme tutumu ile kişilik özellikleri, medya baskısı, duygusal zekâ ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiler incelenmiştir (Sanchez-Ruiz ve ark., 2017). Analiz sonuçlarına göre medya baskısı, kendini kontrol ve dışadönük kişilik özelliğinin, duygusal yeme aracılığıyla yeme patolojisini yordadığı bulunmuştur. Ayrıca, medya baskısı ve mükemmeliyetçiliğin, kısıtlı beslenme aracılığıyla yeme patolojisini yordadığı açıklamaktadır. Bu çalışmadaki bulgular, gençlerde yeme bozukluklarını, kişilik özellikleri, duygusal zekâ ve sosyal faktörler gibi dinamikler ile birlikte ele alarak bir profil sunmaktadır.

Dakanalis ve arkadaşlarının 2018'de BN olan kişileri, hafif, orta ve ağır şiddete BN olarak üç ayrı kategoride inceledikleri araştırma sonucuna göre BN şiddeti arttıkça, hastaların yeme patolojileri, mükemmeliyetçilik, sosyal görünüş kaygısı, vücut gözetim ve duygudurum intoleransının arttığı, benlik saygısının azaldığı saptanmıştır. Ayrıca, sağlıkla ilişkili yaşam kalitesi ve eşlik eden

duygudurum ve anksiyete bozukluklarının belirti şiddeti ile BN şiddeti arasında anlamlı korelasyon olduğu belirlenmiştir. Gruplar arası demografik özellikler, BKİ veya yaş başlangıcına ilişkin anlamlı farklılık saptanmamıştır. Elde edilen bulgular doğrultusunda, BN şiddetini etkileyen psikososyal faktörlerin mevcudiyetinden bahsedilmiştir.

Haynos ve arkadaşlarının 2018 yılında yaptıkları çalışmada, yeme bozuklukları ile hastanın kendisine yönelik algısı arasında ilişki olduğu ve müdahale açısından kişisel standart ve beklentileri ele almanın önemi vurgulanmaktadır.

Akdevelioğlu ve Yörüsün'ün 2019 yılında üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada katılımcıların BKİ düzeylerine göre %9,7'sinin zayıf, %71,4'ünün normal, %18,9'unun hafif şişman veya obez grupta bulunduğu belirlenmiştir. Yeme tutum ölçeğine göre katılımcıların %26,5'inde yeme bozukluğu saptanmıştır. Araştırma sonucunda yeme tutumu puanlarının BKİ düzeylerine göre farklılık göstermediği saptanmıştır.

Kılıç'ın 2020'de Malatya'da özel bir tıp merkezinin beslenme ve diyetetik bölümüne başvuran bireyler üzerinde yaptığı çalışmada katılımcıların %25,2'sinde YB görüldüğü, kadınların %30,6'sında, erkeklerin %11,4'ünde yeme bozukluğu görüldüğü tespit edilmiştir. Katılımcıların 18-65 yaş aralığındaki bireylerden oluştuğu çalışma sonucunda yeme tutumunun yaş gruplarına (18-29 yaş, 30-39 yaş, 40-49 yaş, 50 yaş ve üstü), medeni duruma, eğitim düzeyine ve aylık gelire göre farklılık göstermediği bulunmuştur.

Yeme Tutumu ve Beden İmajı ile İlgili Çalışmalar

Onar'ın 2008'de 13 ila 31 yaş aralığındaki ergen ve erişkin yeme bozukluğu (YB) tanısı almış ve almamış kadınlarla yeme tutumu, depresyon, aile ortamı, benlik saygısı ve beden imajı düzeylerini karşılaştırmak için yaptığı araştırma sonucuna göre; YB tanısı almış kadınların YB tanısı almayanlara göre benlik saygısı, depresyon ve beden imajı memnuniyet düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha düşük olduğu bulunmuştur. Ayrıca YB tanısı alan kadınların, eleştiriden bağımsız olarak düşük kiloda kalmak için daha çok çaba gösterdikleri, görünimleri ile ilgi sosyal çevreden daha çok eleştiri aldıkları ve zayıf olmayı güzellik ideali olarak benimsedikleri saptanmıştır.

Yılmaz'ın 2014'te İstanbul ilinde okuyan 150 üniversite öğrencisi örneklemini üzerinde benlik saygısı, yeme tutumu, depresyon, beden imajı ve

disosiyatif yaşantılar arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışma sonucunda; yeme tutumu ile olumlu beden imajı arasında negatif, olumlu beden imajı ile depresyon arasında negatif ve benlik saygısı ile beden imajı arasında negatif yönde ilişki olduğu saptanmıştır.

Okumuşoğlu'nun 2017 yılında yaşları 21 ile 63 arasında değişen 110 kadınla BKİ, benlik saygısı ve beden imajı arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışma sonucunda beden imajı varyansının %10,6 oranında BKİ tarafından yordandığı, BKİ ve yaş ile beden imajı hoşnutsuzluğu arasında olumsuz yönde ilişki olduğu belirlenmiştir. Ayrıca obez olan grubun normal kilodaki gruptan daha düşük beden imajı memnuniyeti olduğu tespit edilmiştir.

Işık'ın 2018'de 20 yaş üstü 300 kadın ile beden imajı, yeme tutumu ve özduyarlık arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışma sonucuna göre; öz-duyarlığın, beden imajı ve yeme tutumu ile olumsuz yönde anlamlı ilişkisi olduğu bulunmuştur. Beden imajı algısı ile yeme tutumu arasında olumlu yönde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca kadınların BKİ düzeyleri arttıkça, beden imajı algısı ve yeme patolojilerinin arttığı, yaş arttıkça yeme patolojilerinin arttığı belirlenmiştir. Katılımcıların çalışma durumuna göre yeme tutum puanları farklılık göstermezken, beden imajı algılarının farklılık gösterdiği; çalışmayan katılımcıların çalışanlardan beden imajı puanlarının düşük olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte öğrenim durumuna göre beden imajı ve yeme tutumu puanlarının farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

Kholmogorova ve arkadaşları tarafından 2018 yılında yapılan çalışmada sağlıklı güzellik standartlarının gençlerin ruh sağlığına yönelik olumsuz sonuçları değerlendirilmiştir. Çalışmada, sağlıklı güzellik standartlarının yeme bozuklukları üzerindeki etkisi, medyanın sağlıklı fiziksel güzellik standartlarının oluşumundaki rolü ve aynı zamanda görünüş ve fiziksel hoşnutsuzluk üzerine yapılan araştırmalar üzerine literatür gözden geçirilmiştir. Genç yaşta mükemmeliyetçilik üzerinde incelemeler yapıldığında, Vygotsky'nin kültürel-tarihsel bilişsel gelişim kuramı çerçevesinde gençlerin, bedenlerine yönelik fiziksel çekicilik ve tutum algıları oluşturduğu mekanizmaları tanımlamak için mükemmeliyetçiliğin önemli bir değişken olduğu vurgulanmaktadır. Araştırma, ayrıca daha önce yapılan iki çalışmanın sonuçlarını sunmaktadır. İlk çalışma, okul öncesi yaştaki Rus kızlar arasında sağlıklı güzellik standartlarının içselleştirilmesini, orijinal bir deney yöntemi olan “Bir bebek seç” yöntemini kullanarak değerlendirilmiştir. Diğer

çalışmada ise büyük şehirlerde yaşayan genç erkek ve kadınlarda, ilçelerdeki akranlarına kıyasla, kendi bedenleri ve fiziksel mükemmeliyetçilikten duyulan memnuniyetsizliğin daha yüksek düzeylerde olduğu ve eleştirel ve bozuk iletişim kuran ailelerde beden memnuniyetsizliğinin arttığı ortaya konmuştur. Özetle, sosyal faktörlerin, çocuklar ve gençler arasında sağlıklı fiziksel çekicilik standartlarının oluşmasında önemli bir rol oynadığı sonucuna varmışlardır.

Yılmaz'ın 2019 yılında 18 ila 30 yaş aralığında bulunan 200 kadın ile gerçekleştirdiği çalışmasında beden imajı, benlik saygısı, yeme tutumu ile öfke arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışma sonucunda, düşük benlik saygısı ile düşük beden imajı ve öfke arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Öte yandan yeme tutumu ile beden algısı, beden imajı ve öfke arasında anlamlı ilişki bulunmadığı tespit edilmiştir.

Çavli'nin 2019 yılında lise öğrencileri üzerinde yaptığı çalışma sonucunda BKİ ile yeme tutumu arasında pozitif, beden imajı arasında negatif ilişki olduğu görülürken; BKİ ile benlik saygısı arasında ilişki olmadığı belirlenmiştir.

Parmaksız'ın 2020 tarihli çalışmasında 14-57 yaş aralığındaki 221 İstanbul mukim bireyle irrasyonel inanışlar, yeme tutumu ve beden imajı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışma sonucuna göre irrasyonel inanışlar ile yeme patolojisi arasında pozitif yönde; beden imajı ile negatif yönde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Yeme patolojisi ile beden imajı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca araştırmada kadınların beden imajı algılarının erkeklerden anlamlı olarak daha olumlu olduğu, yeme patoloji düzeyleri açısından cinsiyete göre anlamlı farklılık bulunmadığı görülmüştür. Ayrıca 14-20 yaş aralığındaki bireyler ile 21-57 yaşa aralığındaki bireylerin yeme patolojileri ve beden imajı düzeyleri arasında farklılık olmadığı saptanmıştır.

Yiğitcan'ın 2021'de 18-25 yaş aralığındaki bireyler üzerinde yürüttüğü bir çalışmada yaş boy, kilo, BKİ ve cinsiyet ile yeme tutumu arasında bir ilişkinin olmadığı bulunmuştur. Ayrıca yeme tutumu ile beden imajı arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Yeme Tutumu ve Benlik Saygısı ile İlgili Çalışmalar

Erol ve arkadaşlarının 2000'de üniversite öğrencilerinde yeme patolojisi ile benlik saygısı ve kontrol odağı arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışma sonucunda yeme patolojisini en iyi yordayan değişkenin benlik saygısı olduğu belirlenmiştir.

Araştırma sonucuna göre benlik saygısı yeme tutumuyla ilişkili toplam varyansın %5,5'ini açıklıyordu. Bu sonuçtan yola çıkarak benlik saygısının yeme patolojisini yordamakta dış kontrol değişkeninden daha güçlü olduğu sonucuna varılmıştır.

Baş ve arkadaşlarının 2004'te Türk geç adolesanlarının yeme tutumları ve psikolojik özellikleri incelemiştir. 783 üniversite öğrencisine Yeme Tutumları Testi, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri ve Sosyal Fizik Kaygı Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen bulgular doğrultusunda, erkeklerin %9,2'si ve kadınların %13,1'inde anormal yeme tutum puanları saptanmıştır. Cinsiyete göre anormal yeme davranışlarının sıklığında anlamlı bir farklılık olmadığı ortaya konmuştur. Ayrıca, yeme tutumunun uyumsuz olduğu katılımcıların, normal yeme tutumuna sahip olanlardan daha düşük benlik saygısı, daha yüksek beden imajı kaygısı ve daha yüksek sürekli kaygıları olduğunu görülmüştür. Psikopatolojik yeme tutumlarının yaygınlığı, bu çalışmada Türk örnekleme yüksek bulunmuş ve yeme bozukluğuyla ilgili davranışların birçok psikolojik özellik ile ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Değirmenci'nin 2006'da obez bireyler ve kontrol grubu ile yürüterek yeme patolojisi, depresyon, anksiyete ve benlik saygısını araştırdığı araştırma sonucuna göre obez hastaların %35'inde uyum bozukluğu; %31'inde anksiyete ile birlikte olan uyum bozukluğu ve %4'ünde karma tip uyum bozukluğu tespit edilmiştir. Benlik saygısı düzeyleri açısından obez ve kontrol grubu arasında anlamlı farklılık olmadığı ama obez hastaların BKİ ve eğitim süresi ile benlik saygısı arasında negatif ilişki olduğu bulgusu elde edilmiştir.

Armağan'ın 2013'te BKİ 30'dan büyük olan obez kadınlarla yürüttüğü araştırma sonucunda benlik saygısı ile beden imajı algısı arasında ilişki olduğu, benlik saygısı ve beden imajı algısı arasındaki ilişkide BKİ, sosyokültürel tutumlar ve eğitimin moderatör düzeyde anlamlı etkisi olduğu bulunmuştur.

Obez bireylerde benlik saygısı düzeylerini araştıran bir çalışmada normal bireylere göre obez bireylerin benlik saygısı ve beden algısı düzeylerinin daha düşük olduğu saptanmıştır (Hamurcu ve ark., 2015). Ayrıca çalışma sonucunda; kadınlarda, eğitim düzeyi daha düşük olanlarda, bekarlarda, çalışmayanlarda, obez ve morbid obezlerde benlik saygısının daha düşük olduğu saptanmıştır. Yaş arttıkça beden algısındaki hoşnutsuzluğun arttığı ve benlik saygısının arttığı belirlenmiştir. Katılımcıların beden algılarında hoşnutsuzluk düzeyleri ile BKİ arasında ve benlik

saygısı düşüklüğü ile beden algısı hoşnutsuzluğu arasında olumlu bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Sağlam Eryılmaz'ın 2018'de obez ve kontrol grubu ile benlik saygısı, yeme tutumu ve depresyon düzeylerini karşılaştırmak amacıyla yürüttüğü araştırma sonucunda tüm gruplarda yeme patolojisi prevelansının %9,9 olduğu, obez gruptaki kadın ve erkeklerde daha yüksek olduğu (sırasıyla %17,5 ve %10,8) bulunmuştur. Orta şiddetli depresyon belirtilerinin, normal grupta obez gruba göre daha sık görüldüğü ama şiddetli depresyon belirtilerinin obez kadınlarda daha fazla görüldüğü belirlenmiştir. Obez ve kontrol grubu arasında özsaygı düzeyleri açısından farklılık olmadığı ama cinsiyete göre kadınların özsaygı düzeylerinin anlamlı biçimde daha düşük olduğu saptanmıştır. Çalışmada, özellikle kadınlarda obezite ile yeme patolojisi, benlik saygısı ve depresyon arasında ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Uzun ve arkadaşlarının 2018'de kadın hemşirelik öğrencileri ile beden imajı, benlik saygısı ve yeme tutumları arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışma sonucuna göre kendisini normal kilolu olarak algılayan öğrencilerde yeme patolojisi oranının %14,3, kendisini fazla kilolu olarak algılayanlarda bu oranın %83,3 olduğu saptanmıştır. Katılımcıların %24,3'ünde yeme patolojisi, %31'inin beden algısının düşük olduğu ve %11'inin benlik saygısının düşük olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların BKİ ile beden algısı, günlük aktivite ile yeme patolojisi ve beden algısı, alkol ve sigara kullanımı ile yeme patolojisi arasındaki istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu bulunmuştur. Ayrıca katılımcıların benlik saygısı puanları ile zayıflamak için ilaç kullanma arasındaki istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunduğu saptanmıştır. Anne baba eğitim düzeyi ile kız öğrencilerin yeme patolojisi arasında pozitif yönde ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Ünal'ın 2021'de yaşları 23 ila 60 arasında değişen kadın ile yaptığı çalışma sonucunda kadınların beden imajı memnuniyeti ile benlik saygısı arasında orta düzeyde olumlu yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca kadınların benlik saygısı ve beden imajı düzeyinin eğitim düzeyine göre değişmediği saptanmıştır. Sarı Binler'in (2021) Ordu ilinde yaşayan spor yapan ve yapmayan kadınlar üzerinde yürüttüğü araştırma sonucunda spor yapan kadınların benlik saygısı ve beden imajı düzeylerinin medeni duruma göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Ayrıca beden imajının yaş gruplarına göre değişmediği saptanmıştır.

BÖLÜM III

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Kadınlarda yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi amacı ile yapılan bu çalışma nicel bir araştırma olup ilişkisel tarama yöntemi kullanılarak yürütülmüştür. Bu araştırma modeli iki veya daha çok değişken arasında birlikte değişim varlığını ve /veya bu değişimin derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırmalarda kullanılır (Köklü ve Büyüköztürk, 2000).

Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini internet kullanan 18 yaş ve üzeri en az okuryazar olan kadınlar oluşturmaktadır. Araştırmaya katılmaya gönüllü olan ve bilgilendirilmiş onam formunu dolduran 385 kadın kolayda örnekleme yöntemiyle çalışmaya dahil edilmiştir. Kolayda örnekleme yöntemi ile veri toplayan kişi uygun zaman ve uygun yerdeki bireylerin seçimi ile örnekleme oluşturmaktadır (Büyüköztürk, 2004). Çalışmanın veri toplama araçları Googledocs aracılığıyla oluşturulmuş, sosyal ağ siteleri olan Facebook ve Instagram üzerinden üye olunan gruplara gönderilmiştir.

Tablo 1*Katılımcıların Demografik Özellikleri*

Demografik Değişkenler	Toplam (N=385)	Yüzde %
Yaş Grupları		
18-28	194	50,4
29-39	86	22,3
40-50	75	19,5
51-61	30	7,8
BKİ		
$BKİ \leq 18,49$	54	14
$18,50 \leq BKİ \leq 24,99$	222	57,7
$BKİ \geq 25,00$	109	28,3
Medeni Durumu		
Evli	139	36,1
Bekar	222	57,7
Boşanmış	24	6,2
Eğitim Düzeyi		
Ortaokul Mezunu	14	3,6
Lise Mezunu	96	24,9
Üniversite Mezunu	208	54
Yüksek Lisans/Doktora	67	17,4
Çalışma Durumu		
Çalışıyor	221	57,4
Çalışmıyor	164	42,6
YB var	69	17,9
YB yok	316	82,1

Ankete toplam 385 kadın katılmıştır (Tablo 1). Ankete katılanların yarısının yaşlarının 18 ila 28 arasında olduğu, %22,3'ünün 29 ila 39 yaş aralığında olduğu, %19,5'inin 40 ila 50 yaş aralığında olduğu ve %7,8'inin 51 ila 61 yaş aralığında olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların BKİ düzeyleri Dünya Sağlık Örgütü'nün

(DSÖ) yaptığı sınıflandırmaya göre oluşturulmuştur. Bu sınıflandırmaya göre $BKİ \leq 18,49$ olan bireyler zayıf, $18,50 \leq BKİ \leq 24,99$ olan bireyler normal ve $BKİ \geq 25,00$ olan bireyler fazla kilolu olarak gruplandırılmaktadır (DSÖ, 2000). Ankete katılanların %14'ünün zayıf, %57,7'sinin normal ve %28,3'ünün fazla kilolu olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların yarıdan çoğu bekar (%57,7), %36,1'i evli ve %6,2'si boşanmıştır. Eğitim düzeyine göre katılımcılar incelendiğinde çoğunun üniversite ve üstü mezunu olduğu (%71,4), %24,9'unun lise mezunu olduğu ve %3,6'sının ortaokul mezunu olduğu görülmektedir. Ankete katılanların %57,4'ü çalıştığını, %42,6'sı çalışmadığını ifade etmiştir. Katılımcıların %17,9'unda yeme bozukluğu (YB) olduğu, %82,1'inde YB olmadığı saptanmıştır. Katılımcıların yaşlarının 18 ile 61 arasında değiştiği ($33,59 \pm 11,92$) belirlenmiştir. Katılımcıların boyları 1,50 m ile 1,80 m arasında ($1,64 \pm 0,06$) ve kiloları 40 ile 95 kg arasında ($62,58 \pm 12,37$) değişmektedir. Beden kitle endeksinin (BKİ) 13,36 ile 37,11 arasında değiştiği ($23,11 \pm 4,62$) bulunmuştur.

Veri Toplama Araçları

Araştırma, 02 Kasım 2021 ile 22 Kasım 2021 tarihleri arasında internet üzerinden 385 gönüllü kişiyle Demografik Bilgi Formu, Yeme Tutumu Ölçeği (YTÖ), Beden İmajı Ölçeği (BİÖ) ve Benlik Saygısı Ölçeği (BSÖ) kullanılarak yapılmıştır.

Demografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından oluşturulan Demografik Bilgi Formu katılımcıların yaşı, boyu, kilosu, medeni durumu, eğitim düzeyi ve çalışma durumu gibi kişisel bilgilerin toplanması amacıyla hazırlanmıştır. Demografik Bilgi Formu toplam 6 sorudan oluşmaktadır.

Yeme Tutumu Ölçeği (YTÖ)

Yeme Tutumu Ölçeği bireylerin yeme psikopatolojini anlamak ve olası yeme bozukluğunu tespit etmek amacıyla verilen bir öz bildirim formudur. Ölçek hem yeme bozukluğu olan kişilere hem de normal yeme davranışı olan kişilere uygulanabilmektedir. Garner ve Garfinkel (1979) tarafından geliştirilen ölçek, tüm dünyada uyarlama çalışması yapılan ve 40 maddeden oluşan likert tipi bir öz bildirim formudur. Orijinal ölçeğin anoreksik hastalar örneklemindeki iç tutarlılık katsayısı 0,79, anoreksik ve normal grup örneklemindeki iç tutarlılık katsayısı ise 0,94 olarak

bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması Savaşır ve Erol (1989) tarafından yapılmış ve iç tutarlılık katsayısı 0,70 olarak bulunmuştur. Türkçe uyarlamada örneklem grubunu, yaşları 11 ila 70 arasında değişen, Ankara'da yaşayan öğrenci, memur, işçi ve ev hanımı kadınlar oluşturmaktadır. YTÖ için kesme puanı 30 puan olarak belirlenmiştir. YTÖ'de 30 puan ve üzeri bozulmuş yeme davranışını göstermektedir. Toplam puan arttıkça bireydeki yeme patolojisi de artmaktadır. YTÖ klinik düzeyde “hasta” kabul edilebilecek bireyleri saptayabileceği gibi, kişinin bu bozukluğa ne kadar yatkın olduğunun da bir göstergesi olabilmektedir. Ölçeğin kadınlarda yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi araştıran bu çalışmada ölçeğin uygulanması sonrası iç tutarlılık katsayısı 0,86 olarak bulunmuştur.

Beden İmajı Ölçeği (BİÖ)

Ölçek 1953 yılında Secord ve Jourand tarafından, 70 erkek ve 56 kadın üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiş araştırma sonucu oluşturulmuştur. BİÖ, kişinin ayrı vücut bölümlerinden ya da işlevinden memnuniyetini belirleme amacıyla geliştirilmiş 55 soruluk bir ölçektir. Jourand ve Secord 1955 yılında üniversite öğrencisi 60 kadın örneklemini üzerinde ölçek maddelerini 40 olarak düzenlemişlerdir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Hovardaoğlu (1990) tarafından yapılmıştır. Vücut Algısı Ölçeği olarak da isimlendirilen ölçekte 40 madde bulunmaktadır ve her bir madde bir organ ya da vücudun bir bölümünü veya vücudun bir işlevini kapsayan maddelerden oluşmaktadır. Her madde için 1'den 5'e kadar olmak üzere likert yanıtlama sistemi oluşturulmuştur (1= Çok beğeniyorum, 2= Oldukça beğeniyorum, 3= Kararsızım, 4=Pek beğenmiyorum, 5= Hiç beğenmiyorum). Ölçekten alınabilecek puanlar 40 ile 200 arasındadır ve yüksek puanlar memnuniyetsizlik ifade etmektedir. Üniversite öğrencileri arasında yapılan uyarlama çalışmasında ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı 0,91 olarak belirlenmiştir. BİÖ ülkemizde yaygın olarak kullanılan, geçerliği ve güvenirliği bulunan bir ölçektir. Kadınlarda yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi araştıran bu çalışmada ölçeğin uygulanması sonrası iç tutarlılık katsayısı 0,89 olarak bulunmuştur.

Benlik Saygısı Ölçeği (BSÖ)

Orijinal ölçek Rosenberg (1965) tarafından ergenlerin benlik saygısı seviyesini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Rosenberg A.B.D.'deki ergenler üzerinde yaptığı

çalışmada benlik saygısını çeşitli başka özelliklerle birlikte değerlendirmek amacıyla 63 sorudan oluşan 12 alt ölçekten yararlanmıştır. Bunlardan biri de 10 sorudan oluşan ve benlik saygısını ölçen benlik saygısı ölçeğidir. BSÖ münferit olarak da uygulanmaktadır. BSÖ 4'lü likert tipi (1: Çok Yanlış 4: Çok Doğru) ve öz bildirime dayalı, 10 sorudan oluşan bir ölçektir. Rosenberg tarafından yapılan güvenilirlik çalışmasında, BSÖ'nin iç tutarlık katsayısının 0,77- 0,88 arasında değiştiği saptanmıştır. Ölçekten alınan puanlar 10 ila 40 arasında değişmekte olup, alınan puan arttıkça benlik saygısının da arttığı ifade edilmektedir. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması lise öğrencileri üzerinde Füsun Çuhadaroglu (1986) tarafından yapılmış ve iç tutarlılık katsayısı 0,76 olarak bulunmuştur. BSÖ ergenlerdeki benlik saygısını ölçmek için kullanılmakla birlikte yetişkinlerdeki benlik saygısını da ölçme amacıyla kullanılabilir. Hamurcu ve arkadaşlarının 2015 yılında obez ve normal ağırlıktaki, yaş ortalaması $25,3 \pm 7,4$ yıl olan bireylerin benlik saygısını ölçmek için BSÖ'yü kullandığı görülmektedir. Ünal'ın 2021'de yaşları 23 ila 60 arasında değişen kadın ile yaptığı çalışmada kadınların benlik saygısı düzeylerini ölçmek için BSÖ'yü kullandığı belirlenmiştir. Benzer şekilde Sarı Binler'in (2021) Ordu ilinde yaşayan spor yapan ve yapmayan kadınlar üzerinde yürüttüğü araştırmada da kadınların benlik saygısı seviyelerinin BSÖ ile ölçüldüğü görülmektedir.

Verilerin Toplanması

Yakındoğu Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 02.11.2021 tarih YDÜ/SB/2021/1133 numaralı izin kararının alınmasından sonra, ölçüm araçları 02 Kasım 2021 ile 22 Kasım 2021 tarihleri arasında bireylere uygulanmıştır. İnternet üzerinden çevrimiçi yapılan anket Facebook ve Instagram platformundan katılımcılara ulaştırılmıştır. Öncelikle araştırma hakkında bilgi verilip katılımcılardan çevrimiçi onam formunun doldurulması istenmiştir. Onam formu katılımcının araştırmaya gönüllü olduğunu belirtir. Onam formunu doldurmuş olan katılımcı anketi doldurmaya başlamış ve araştırmada kullanılacak her bir ölçeğin doldurulması hakkında ölçek öncesi çevrimiçi bilgi verilmiştir.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı'nın (SPSS) 21. sürümü ile yapılmıştır. Çalışmada kullanılan analiz yöntemini belirlemek için

öncelikle verilerin normal dağılıma uygunluğu araştırılmıştır. Normal dağılıma uygunluk Kolmogorov-Smirnov Testi ile belirlenmiştir. Verilerin dağılımının %5 anlamlılık düzeyinde normal dağılıma uygunluk göstermediği saptanmıştır (Tablo 2). Bu sebeple iki gruptan oluşan verilerin analizinde parametrik olmayan analiz yöntemlerinden Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır. İkiiden fazla grup ölçümlerinin karşılaştırılmasında ise Kruskal-Wallis-H Testi kullanılmıştır. Yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkilerin ortaya konulabilmesi için Spearman korelasyon analizinden faydalanılmıştır. Katılımcıların beden imajının, yeme tutumu ve benlik saygısını yordayıp yordamadığı basit doğrusal regresyon analizi ile değerlendirilmiştir. Betimleyici istatistik yöntemlerinden ise aritmetik ortalama, frekans ve standart sapma kullanılmıştır.

Tablo 2.

Katılımcıların Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Ölçeği Puanları (N=385)

						K-S			
	n	$\bar{x}$	ss.	Min.	Max.	sd	p	Çarp.	Bas
Yeme Tutumu	385	19,91	13,79	3	78	385	0,00	1,50	2,25
									-
Beden İmajı	385	106,02	21,17	50	154	385	0,03	-0,22	0,39
Benlik Saygısı	385	31,01	7,34	10	40	385	0,00	-0,87	0,22

Tablo 2’de araştırmaya dahil edilen katılımcıların Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Ölçeği puanlarına dair ortalama, standart sapma, en küçük ve en büyük değer gibi tanımlayıcı istatistikler verilmiştir. Tablo 2’de katılımcıların Yeme Tutumu Ölçeği puan ortalamasının $\bar{x}=19,91\pm13,79$ olduğu, Beden İmajı Ölçeği puan ortalamasının $\bar{x}=106,02\pm21,17$ ve Benlik Saygısı Ölçeği puan ortalamasının $\bar{x}=31,01\pm7,34$ olduğu bulunmuştur.

BÖLÜM IV

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı ölçek puan farklılıklarını belirlemek üzere kullanılan analiz sonuçları yer almıştır.

Katılımcıların Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırılmasına Ait Bulgular

Tablo 3'te yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı puanları sıra ortalamalarının yaş gruplarına göre karşılaştırılmasına ait Kruskal-Wallis-H Testi sonuçlarına yer verilmiştir. Veriler normal dağılıma uygunluk göstermediği için ikiden fazla gruptan oluşan verilerin analizinde parametrik olmayan analiz yöntemlerinden Kruskal-Wallis-H Testi kullanılmıştır.

Tablo 3.

Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması

Ölçek	Yaş Grupları	N	Sıra Ort.	χ^2	p	Fark
Yeme Tutumu	18-28	194	200,61	6,365	0,09	
	29-39	86	190,31			
	40-50	75	167,06			
	51-61	30	216,33			
Beden İmajı	18-28	194	191,14	3,107	0,38	
	29-39	86	210,07			
	40-50	75	180,46			
	51-61	30	187,42			
Benlik Saygısı	A.18-28	194	175,32	13,474	0,004	A-D
	B.29-39	86	201,63			
	C. 40-50	75	207,83			
	D. 51-61	30	245,50			

Tablo 3'te katılımcıların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı puanları sıra ortalamalarının yaş gruplarına göre karşılaştırılması Kruskal-Wallis-H Testi ile analiz edilmiştir. Analiz sonucuna göre; katılımcıların yeme tutumu ve beden imajı sıra ortalamalarının yaş gruplarına göre farklılık göstermediği bulunmuştur (Tablo 3, $p \geq 0,05$). Bununla birlikte katılımcıların benlik saygısı puanlarının yaş gruplarına göre farklılık gösterdiği saptanmıştır. Farkın hangi gruplardan kaynaklandığını bulmak için Post-hoc testi yapılmıştır. Test sonucuna göre; 18 ila 28 yaş aralığına dahil olan kadınların benlik saygısı düzeylerinin 51 ila 61 yaş aralığına dahil olan kadınlardan istatistiksel olarak anlamlı biçimde daha düşük olduğu belirlenmiştir (Tablo 3, $p \leq 0,05$).

Tablo 4.

Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin BKİ Düzeylerine Göre Karşılaştırılması

Ölçek	BKİ	N	Sıra Ort.	χ^2	p
Yeme Tutumu	$BKİ \leq 18,49$	54	180,48	0,823	0,66
	$18,50 \leq BKİ \leq 24,99$	222	194,34		
	$BKİ \geq 25,00$	109	196,46		
Beden İmajı	$BKİ \leq 18,49$	54	174,31	2,962	0,23
	$18,50 \leq BKİ \leq 24,99$	222	200,72		
	$BKİ \geq 25,00$	109	186,53		
Benlik Saygısı	A. $BKİ \leq 18,49$	54	215,54	0,925	0,59
	B. $18,50 \leq BKİ \leq 24,99$	222	205,33		
	C. $BKİ \geq 25,00$	109	217,83		

Tablo 4'te katılımcıların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı puanları sıra ortalamalarının BKİ düzeylerine göre karşılaştırılması Kruskal-Wallis-H Testi ile analiz edilmiştir. Analiz sonucuna göre; katılımcıların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı puanları sıra ortalamalarının BKİ düzeylerine göre farklılık göstermediği bulunmuştur (Tablo 4, $p \geq 0,05$).

Tablo 5.

Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması

Ölçek	Medeni Durum	N	Sıra Ort.	χ^2	p
Yeme Tutumu	Evli	139	192,56	0,50	0,98
	Bekar	222	193,75		
	Boşanmış	24	188,58		
Beden İmajı	Evli	139	205,15	2,739	0,25
	Bekar	222	185,25		
	Boşanmış	24	194,31		
Benlik Saygısı	Evli	139	197,37	4,604	0,10
	Bekar	222	185,72		
	Boşanmış	24	235,02		

Tablo 5’te katılımcıların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı puanları sıra ortalamalarının medeni duruma göre karşılaştırılması Kruskal-Wallis-H Testi ile analiz edilmiştir. Analiz sonucuna göre; katılımcıların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı puanları sıra ortalamalarının medeni duruma göre farklılık göstermediği bulunmuştur (Tablo 5, $p \geq 0,05$).

Tablo 6.

Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Ölçek	Eğitim Düzeyi	N	Sıra Ort.	χ^2	p	Fark
Yeme						
Tutumu	A. Ortaokul	243	159,04	20,499	0,000	
	B. Lise Mezunu	68	208,61			B-D
	C.Üniversite	51	204,96			C-D
	D.Yüksek					D-
	Lisans/Doktora	23	140,59			B,C
Beden İmajı	A. Ortaokul Mezunu	243	183,36	11,702	0,008	

Tablo 6 (Devamı).

	B. Lise Mezunu	68	219,03			B-D
	C.Üniversite Mezunu	51	192,66			
	D.Yüksek					
	Lisans/Doktora	23	158,78			D-B
Benlik						
Saygısı	Ortaokul Mezunu	243	232,82	6,449	0,09	
	Lise Mezunu	68	183,77			
	Üniversite Mezunu	51	186,63			
	Yüksek Lisans/Doktora	23	217,66			

Tablo 6’da katılımcıların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı puanları sıra ortalamalarının eğitim düzeyine göre karşılaştırılması Kruskal-Wallis-H Testi ile analiz edilmiştir. Analiz sonucuna göre; katılımcıların benlik saygısı sıra ortalamalarının eğitim düzeyine göre farklılık göstermediği bulunmuştur (Tablo 6, $p \geq 0,05$). Bununla birlikte katılımcıların yeme tutumu ve beden imajı puanlarının eğitim düzeyine göre farklılık gösterdiği saptanmıştır. Farkın hangi gruplardan kaynaklandığını bulmak için Post-hoc testi yapılmıştır. Test sonucuna göre; yüksek lisans/doktora mezunlarının yeme bozukluğu düzeyinin lise ve üniversite mezunlarından anlamlı olarak daha düşük olduğu bulunmuştur. Katılımcıların beden imajı düzeyi değerlendirildiğinde lise mezunlarının beden imajı hoşnutsuzluğunun

yüksek lisans/üniversite mezunlarından anlamlı olarak daha yüksek olduğu saptanmıştır. (Tablo 6, $p \leq 0,05$).

Tablo 7.

Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Ölçek	Çalışma Durumu	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Yeme Tutumu	Çalışıyor	221	188,44	41645	-0,934	0,35
	Çalışmıyor	164	199,14	32659		
Beden İmajı	Çalışıyor	221	183,27	40503	-1,992	0,046
	Çalışmıyor	164	206,11	33802		
Benlik Saygısı	Çalışıyor	221	208,26	46026	-3,130	0,002
	Çalışmıyor	164	172,43	28279		

Tablo 7’de yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı puanları sıra ortalamalarının katılımcıların çalışma durumuna göre karşılaştırılmasına ait Man Whitney-U testi sonuçlarına yer verilmiştir. Veriler normal dağılıma uygunluk göstermediği için iki gruptan oluşan verilerin analizinde parametrik olmayan analiz yöntemlerinden Mann Whitney-U testi kullanılmıştır. Analiz sonucuna göre çalışma durumuna göre katılımcıların yeme tutumu sıra ortalamalarının farklılık göstermediği saptanmıştır (Tablo 7, $p \geq 0,05$). Bununla birlikte çalışmayanların beden imajı hoşnutsuzluğunun çalışanlardan anlamlı olarak yüksek olduğu, çalışanların benlik saygısı düzeylerinin çalışmayanlardan anlamlı olarak yüksek olduğu bulunmuştur (Tablo 7, $p \leq 0,05$).

Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Sosyodemografik Özellikler ile Korelasyonuna Ait Bulgular

Katılımcılardan elde edilen sosyo-demografik değişkenler ve yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla Spearman korelasyon analizi yapılmıştır. Analizden elde edilen sonuçlar Tablo 8’de gösterilmiştir ($p \leq 0,05$).

Tablo 8.

Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Sosyodemografik Değişkenler ile Korelasyonu

Ölçek		Yaş	Boy	Kilo	BKİ	Eğitim Düzeyi
Yeme Tutumu	r	-0,11*	0,02	0,06	0,06	-0,14**
	p	0,04	0,71	0,21	0,28	0,005
Beden İmajı	r	-0,05	0,004	0,03	0,05	-0,16**
	p	0,31	0,94	0,52	0,33	0,002
Benlik Saygısı	r	0,21**	0,07	0,06	0,03	0,06
	p	0,00	0,19	0,23	0,53	0,26

* $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$

Katılımcıların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı düzeyleri ile sosyodemografik değişkenler arasındaki korelasyon analizine göre; katılımcıların yeme tutumu ile yaşı ($r = -0,11$) arasında düşük düzeyde, olumsuz ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmektedir ($p \leq 0,05$). Bu bulgu, katılımcıların yaşı arttıkça yeme bozukluğu düzeylerinin azaldığını göstermektedir. Katılımcıların yeme tutumu ile eğitim düzeyi ($r = -0,14$) arasında düşük düzeyde, olumsuz ve anlamlı bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir ($p \leq 0,05$). Bu bulgu, katılımcıların eğitim düzeyi arttıkça yeme bozukluğu düzeylerinin azaldığını göstermektedir.

Katılımcıların beden imajı ile eğitim düzeyi ($r = -0,16$) arasında düşük düzeyde, olumsuz ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğu saptanmıştır ($p \leq 0,05$). Bu bulgu, katılımcıların eğitim düzeyi arttıkça beden imajı hoşnutsuzluğunun azaldığını göstermektedir.

Katılımcıların benlik saygısı ile yaşı ($r = 0,21$) arasında düşük düzeyde, olumlu ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmektedir ($p \leq 0,05$). Bu bulgu, katılımcıların yaşı arttıkça benlik saygısının arttığını göstermektedir.

Bununla birlikte katılımcıların boy, kilo ve BKİ değerleri ile yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasında anlamlı ilişki bulunmadığı görülmüştür.

Katılımcıların Yeme Bozukluğuna Sahip Olup Olmamasına Göre Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerine Ait Bulgular

Katılımcıların yeme bozukluğuna sahip olup olmamasına göre yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Man Whitney-U testi yapılmıştır. Analizden elde edilen sonuçlar Tablo 9’da gösterilmiştir ($p \leq 0,05$).

Tablo 9.

Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Yeme Bozukluğu Olup Olmamasına Göre Karşılaştırılması

Ölçek	Yeme Bozukluğu	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Yeme Tutumu	Var	69	351	24219	-13,0,31	0,000
	Yok	316	158,5	50086		
Beden İmajı	Var	69	226,32	15616	-2,746	0,006
	Yok	316	185,72	58689		
Benlik Saygısı	Var	69	135,19	9328	-4,772	0,000
	Yok	316	205,62	64977		

Tablo 9’da yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı puanları sıra ortalamalarının katılımcıların yeme bozukluğunun olup olmamasına göre karşılaştırılmasına ait Man Whitney-U testi sonuçlarına yer verilmiştir. Analiz sonucuna göre yeme bozukluğuna sahip olmasına göre katılımcıların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı sıra ortalamalarının farklılık gösterdiği saptanmıştır (Tablo 9, $p \leq 0,05$). Yeme bozukluğu olanların yeme tutumu sıra ortalamalarının YB olmayanlardan istatistiksel olarak anlamlı biçimde daha yüksek olduğu, benlik saygısı düzeylerinin daha düşük olduğu ve beden imajı hoşnutsuzluğunun daha yüksek olduğu bulunmuştur (Tablo 9, $p \leq 0,05$).

Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Ölçeklerinin Korelasyon Analizine Ait Bulgular

Katılımcılardan yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı ölçekleri puanları arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla Spearman korelasyon analizi yapılmıştır. Analizden elde edilen sonuçlar Tablo 10'da gösterilmiştir ($p \leq 0,05$).

Tablo 10.

Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Arasındaki Korelasyonlar

Ölçek		Yeme Tutumu	Beden İmajı	Benlik Saygısı
	r	1		
Yeme Tutumu	p			
	r	0,11*	1	
Beden İmajı	p	0,025		
	r	-0,16**	-0,29**	1
Benlik Saygısı	p	0,002	0,000	

* $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$

Yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki korelasyon analizine göre; katılımcıların yeme tutumu ile beden imajı hoşnutsuzluğu ($r = 0,11$) arasında düşük düzeyde, olumlu ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmektedir ($p \leq 0,05$). Bu bulgu, katılımcıların yeme bozukluğu düzeyleri arttıkça beden imajı hoşnutsuzluğunun da arttığını göstermektedir.

Katılımcıların yeme tutumu ile benlik saygısı ($r = -0,16$) arasında düşük düzeyde, olumsuz ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğu saptanmıştır ($p \leq 0,05$). Bu bulgu, katılımcıların yeme bozukluğu düzeyleri arttıkça benlik saygılarının azaldığını göstermektedir.

Katılımcıların beden imajı hoşnutsuzluğu ile benlik saygısı ($r = -0,29$) arasında düşük düzeyde, olumsuz ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğu tespit edilmiştir ($p \leq 0,05$). Bu bulgu, katılımcıların beden imajı hoşnutsuzluğu arttıkça benlik saygılarının azaldığını göstermektedir.

Yeme Tutumu, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Ölçeklerinin Regresyon Analizine Ait Bulgular

Tablo 11

Beden İmajı ve Benlik Saygısı Ölçek puanlarının Yeme Tutumu Ölçek puanlarını Yordaması

Değişkenler	Standart		β	t	p	Düzeltilmiş
	B	Hata				R ²
Sabit	27,207	5,269	-	5,163	0,000**	0,03
Beden İmajı	0,029	0,034	0,045	0,861	0,39	
Benlik Saygısı	-0,335	0,097	-0,18	-3,436	0,001**	

**p≤0,01, *p≤0,05

Tablo 11'de bağımlı değişkenin yeme tutumu olduğu ve bağımsız değişkenlerin beden imajı ve benlik saygısı olarak ele alındığı basit regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizi sonucunda benlik saygısının ($\beta = -0,18$, $p \leq 0,01$) yeme tutumunu istatistiksel olarak anlamlı biçimde negatif yönde yordadığı, beden imajının ise %5 anlamlılık düzeyinde yeme tutumunu yordamadığı bulunmuştur. Bağımsız değişkenlerden benlik saygısının modeli açıklama yüzdesi olan açıklayıcılık katsayısı (R^2) 0,03 bulunmuştur. Benlik saygısı puanlarının yeme tutumu puanlarındaki değişimi %3 oranında yordadığı belirlenmiştir. İstatistiksel olarak anlamlı bulunan regresyon denklemi aşağıdaki gibidir.

Yeme Tutumu = $27,207 - 0,18(\text{Benlik Saygısı})$

Bu denkleme göre benlik saygısı puanlarındaki artma, yeme tutumu puanlarında azalmaya yol açmaktayken, beden imajı hoşnutsuzluğu puanlarındaki artış ya da azalış yeme tutumuna etki etmemektedir.

Tablo 12.

Yeme Tutumu ve Beden İmajı Ölçek puanlarının Benlik Saygısı Ölçek puanlarını Yordaması

Değişkenler	Standart		β	t	p	Düzeltilmiş
	B	Hata				R ²
Sabit	41,386	1,863	-	22,211	0,000**	0,085
Yeme Tutumu	-0,090	0,026	-0,168	-3,436	0,001**	
Beden İmajı	-0,081	0,017	-0,234	-4,773	0,000**	

**p≤0,01, *p≤0,05

Tablo 12'de bağımlı değişkenin benlik saygısı olduğu ve bağımsız değişkenlerin yeme tutumu ve beden imajı olarak ele alındığı basit regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizi sonucunda yeme tutumunun ($\beta = -0,17$, $p \leq 0,01$) ve beden imajının ($\beta = -0,23$, $p \leq 0,01$) benlik saygısını istatistiksel olarak anlamlı biçimde negatif yönde yordadığı bulunmuştur. Bağımsız değişkenlerden yeme tutumu ve beden imajının modeli açıklama yüzdesi olan açıklayıcılık katsayısı (R^2) 0,085 bulunmuştur. Yeme tutumu ve beden imajının puanlarının benlik saygısı puanlarındaki değişimi %8,5 oranında yordadığı belirlenmiştir. İstatistiksel olarak anlamlı bulunan regresyon denklemi aşağıdaki gibidir.

$$\text{Benlik Saygısı} = 41,386 - [0,17(\text{Yeme Tutumu}) + 0,23(\text{Beden İmajı})]$$

Bu denkleme göre yeme tutumu ve beden imajı hoşnutsuzluğu puanlarındaki artma benlik saygısı puanlarında azalmaya yol açmaktadır.

BÖLÜM V

Tartışma

Kadınların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi araştırma amacıyla yapılan bu çalışmada katılımcıların %17,9'unda yeme bozukluğu (YB) olduğu, %82,1'inde YB olmadığı saptanmıştır. Türkiye'de kız üniversite öğrencileri ile yapılan bir araştırmada katılımcıların %8,8'inde yeme bozukluğu olduğu bulunmuştur (Yılmaz ve ark., 2013). Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada katılımcıların %26,5'inde YB tespit edilmiştir (Akdevelioğlu ve Yörüşün, 2019). Kılıç'ın 2020'de bir tıp merkezinin beslenme ve diyetetik bölümüne başvuran bireyler üzerinde yaptığı çalışmada katılımcıların %25,2'sinde YB görüldüğü, kadınların %30,6'sında, erkeklerin %11,4'ünde YB saptanmıştır. Literatürde YB görülme oranı ile ilgili farklı bulgular mevcuttur (Kılıç, 2020). Bu çalışmada YB oranı literatürdeki çalışmalara göre orta düzeyde çıkmıştır. Bu oranın orta düzeyde çıkması, araştırmanın AN, BN ya da obezite gibi sepesifik tanı almamış genel bir örneklem üzerinde yapılmasına bağlanabilir.

Araştırmada yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı puanları sosyodemografik değişkenler açısından karşılaştırılmıştır. Yaş gruplarına göre yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı düzeyleri karşılaştırıldığında katılımcıların yeme tutumu ve beden imajı düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılık göstermediği ama benlik saygısı puanlarının yaş gruplarına göre farklılık gösterdiği saptanmıştır. Literatürde yaş grupları ve yeme tutumu üzerinde yapılan çalışmalarda farklı sonuçlar elde edildiği görülmektedir. Kadioğlu ve Ergün'ün 2015 yılında 18-24 yaşları arasındaki bireylerle yürüttüğü çalışmada 22-24 yaş aralığındaki bireylerdeki YB oranının 18-19 yaş aralığındakilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Akdevelioğlu ve Yörüşün'ün 2019 tarihli çalışma sonucunda ise 18-19 yaş aralığındaki öğrencilerin YB oranının 22-24 yaş aralığındakilerden daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Kılıç'ın 2020 tarihli 18-65 yaş aralığındaki bireylerle yürüttüğü çalışmasına göre yeme tutumunun yaş gruplarına (18-29 yaş, 30-39 yaş, 40-49 yaş, 50 yaş ve üstü) göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Literatürdeki çalışmalardaki bu tutarsızlık yeme bozukluğu etiyolojisinde sosyokültürel, ekonomik vb. birçok faktörün etken olması ile açıklanabilir. Yaş gruplarına göre beden imajı düzeylerinin farklılık gösterip göstermediği değerlendirildiğinde Öngören'in 2015 yılındaki çalışmasında yaş grupları (18-32 yaş, 33-47 yaş, 48-64 yaş) arasında beden

imajı farkı olmadığı tespit edilmiştir. Ayrıca spor yapan kadınlar üzerinde yapılan bir çalışmada beden imajının yaş gruplarına göre değişmediği bulunmuştur (Sarı Binler, 2021). Çalışma bulguları literatürle tutarlıdır.

Araştırma sonucuna göre kadınların yaş gruplarına göre benlik saygılarının farklılık gösterdiği; 18 ila 28 yaş aralığına dahil olan kadınların benlik saygısı düzeylerinin, 51 ila 61 yaş aralığına dahil olan kadınlardan istatistiksel olarak anlamlı biçimde daha düşük olduğu belirlenmiştir. Literatürde kadınların yaşı ile benlik saygısı arasındaki ilişki incelendiğinde; yaş gruplarına göre benlik saygısının farklılaşmadığına dair çalışmalar görülmektedir (Tiryaki ve Bulut, 2020). Literatürdeki bazı çalışmalarda ise yaş arttıkça benlik saygısının arttığını ifade eder (Hamurcu ve ark., 2015; Kılıçlar, 2018; Karademir ve ark., 2010; Mullis ve ark., 1992). Bu bulgular çalışma bulgumuzu destekler niteliktedir. 18 ile 28 yaş aralığındaki gençlerin 51-61 yaş aralığındaki gruptan benlik saygısının daha düşük olması, 18-28 yaş aralığının gelişimsel dönem olarak ileri ergenliğe denk gelmesi ve bireyin kendisini, mesleğini, işini, ilişkilerini, benliğini henüz keşif aşamasında olması ile açıklanabilir.

Araştırma sonucunda katılımcıların BKİ düzeylerine (zayıf, normal ve fazla kilolu) göre yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı düzeylerinin değişmediği bulunmuştur. Çalışma bulgumuza benzer olarak Akdevelioğlu ve Yörüsün'ün 2019 yılında üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışma sonucunda yeme tutumu puanlarının öğrencilerin BKİ düzeylerine göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Okumuşoğlu'nun 2017 yılında yaşları 21 ile 63 arasında değişen 110 kadınla gerçekleştirdiği çalışma sonucunda obez olan grubun normal kilodaki gruptan daha düşük beden imajı memnuniyeti olduğu tespit edilmiştir. Literatürdeki bazı çalışmalarda BKİ düzeylerine göre benlik saygısının değişmediği rapor edilmiştir (Sağlam Eryılmaz, 2018; Deveci ve ark., 2005; Değirmenci, 2006). Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada katılımcıların ideal kilolarında olduklarını düşünmelerinin BKİ'den bağımsız olarak, yeme bozukluğu ve beden imajı derecesini etkilediği bulunmuştur (Oruçlular, 2013). Literatürdeki beden imajı, benlik saygısı ve yeme tutumu ile BKİ arasındaki ilişkiyi ele alan çoğu çalışmanın obez bireylerle yapıldığı görülmektedir. Literatürdeki çalışmalardaki çelişkili sonuçların sebebinin örneklemin farklı gruplardan oluşması ve kesitsel olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Çalışma bulgumuz olarak BKİ düzeylerine göre katılımcıların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı düzeylerinin değişmemesi, BKİ'nin

yeme tutumu, beden imajı hoşnutluğu ve benlik saygısı için belirleyici bir faktör olmadığı olarak yorumlanabilir.

Araştırma sonucuna göre, katılımcıların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı düzeylerinin medeni durumlarına göre değişmediği saptanmıştır. Benzer olarak Kılıç'ın 2019 tarihli çalışmasında da evli ve bekarlar arasında yeme tutumu açısından bir fark olmadığı saptanmıştır. Sivas ilinde yapılan bir çalışmada da evlilerde YB olanlar daha fazla olmakla birlikte farkın anlamlı olmadığı sonucuna varılmıştır (Semiz ve ark., 2013). Özyazgan'ın 2016'da Elazığ ilinde yürüttüğü çalışmada evli ve bekârların YB oranının farklılık göstermediği belirlenmiştir. Beden imajı ve benlik saygısının medeni durumu göre değişip değişmediği incelendiğinde, çalışma bulgumuz ile paralel olarak, Sarı Binler'in 2021 yılında spor yapan ve yapmayan kadınlar ile yaptığı çalışmada spor yapan kadınların benlik saygısı ve beden imajı düzeylerinin medeni duruma göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Çalışma bulguları literatürle uyumludur.

Katılımcıların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı düzeyleri eğitim düzeyine göre karşılaştırıldığında yeme tutumu ve beden imajı düzeylerinin eğitim düzeyine göre farklılık gösterdiği, benlik saygısı düzeylerinin farklılık göstermediği bulunmuştur. Araştırma sonucuna göre yüksek lisans/doktora mezunlarının yeme bozukluğu düzeyinin lise ve üniversite mezunlarından anlamlı olarak daha düşük olduğu bulunmuştur. Öte yandan Kılıç'ın 2019 tarihli çalışmasında yeme tutumunun eğitim düzeyine göre değişmediği saptanmıştır. Yapılan başka bir çalışmada ise lise ve öncesi eğitimi almış katılımcıların üniversite ve üstü mezunlarından anlamlı olarak daha fazla yeme bozukluğu gösterdiği belirlenmiştir (Tepe, 2019). Bu bulgular eğitim düzeyi arttıkça bireylerin yeme bozukluğu riskinin azaldığını göstermektedir. Bireylerin bilinçlendikçe, doğru yeme alışkanlıklarına yöneldikleri düşünülebilir.

Katılımcıların beden imajı, eğitim düzeyine göre değerlendirildiğinde araştırma sonucuna göre lise mezunlarının beden imajı hoşnutsuzluğunun yüksek lisans/üniversite mezunlarından anlamlı olarak daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ünal'ın 2021'deki çalışmasında ise kadınların beden imajının eğitim düzeyine göre değişmediği belirlenmiştir. Hamurcu ve arkadaşlarının 2015 tarihli çalışmasında eğitim düzeyine göre beden imajının farklılık gösterdiği bulunmuştur. Literatürdeki çelişkili bulguların araştırmaların kesitsel özellikte ve farklı örneklem gruplarıyla yapılmış olması ile açıklanabilir.

Araştırma sonucunda katılımcıların benlik saygısı düzeyinin eğitim durumuna göre değişmediği saptanmıştır. Benzer şekilde Tiryaki ve Bulut'un 2020 yılında Düzce'de zumba yapan kadınlar üzerinde gerçekleştirdiği çalışmada da kadınların benlik saygısının eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Ünal'ın 2021'de kadınlar üzerindeki çalışma sonucunda da benlik saygısının eğitim düzeyine göre değişmediği saptanmıştır. Çalışma bulguları literatürle uyumludur.

Katılımcıların çalışma durumuna göre yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı puanları değerlendirildiğinde, yeme tutumu düzeylerinin çalışma durumuna göre farklılık göstermediği, bununla birlikte çalışmayanların beden imajı hoşnutsuzluğunun çalışanlardan anlamlı olarak yüksek olduğu ve çalışanların benlik saygısı düzeylerinin çalışmayanlardan anlamlı olarak yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırma verilerine göre beden imajı hoşnutsuzluğunun çalışmayanlarda çalışanlara nazaran daha yüksek bulunduğu görülmüştür. Beden imajı hoşnutsuzluğu yüksek olan bireylerin, kişilerarası ilişkilerinde reddedilme korkusu yaşayabildiği bu yüzden sosyal ortamlardan kaçındığı düşünülmektedir (Kara, 2016). Görker ve arkadaşlarının 2004 yılındaki çalışma sonucunda beden imajı hoşnutsuzluğu yüksek bireylerin içine kapanık olduğu ve insanlarla etkileşimden kaçındığı saptanmıştır. Kendilerine yönelik irrasyonel düşünceler geliştiren bu bireylerin benlik yapılarını da değersiz ve olumsuz olarak algıladıkları düşünülmektedir. Bu bulgulardan hareketle beden imajı algısı olumsuz bireylerin toplumsal etkileşimden kaçındığı ve çalışma hayatında daha az yer aldığı düşünülmektedir. Hamurcu ve arkadaşlarının 2015'de yaptığı çalışma sonucunda çalışmayanların benlik saygısı düzeylerinin çalışanlardan daha düşük olduğu belirlenmiştir. Kılıçlar'ın 2018'deki araştırma sonucunda da çalışanların, çalışmayanlara göre benlik saygısının daha yüksek olduğu görülmektedir. İçmeli ve arkadaşlarının 2007'de çalışan ve çalışmayan kadınların benlik saygısı düzeylerini incelediği çalışma sonucunda çalışan kadınların benlik saygısı düzeyinin çalışmayanlardan anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Benlik saygısı yüksek olanların, yüksek motivasyonlu, sorumluluk sahibi ve davranışlarını kontrol eden bireyler olduğu düşünüldüğünde (Enejoh ve ark., 2016), çalışma hayatında yer almanın kişinin benlik saygısını artıracığı düşünülmektedir. Birey çalışma hayatı sayesinde, üretimde bulunmakta, değer yaratmakta ve kendini faydalı ve işe yarar hissedebilmektedir. Bu sebeple çalışanların çalışmayanlara göre benlik saygısının daha yüksek olduğu düşünülmektedir.

Araştırmada sosyo-demografik değişkenler ile yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda katılımcıların yeme tutumu ile katılımcıların yaşı arasında düşük düzeyde, olumsuz ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmüştür. Bununla birlikte 18-25 yaş aralığındaki bireylerle yapılan bir çalışmada yaş ile yeme tutumu arasında bir ilişkinin olmadığı görülmüştür (Yiğitcan, 2021). Bun Lam ve McHale'nin 2012 yılındaki çalışmasında kızlarda kilo alma ile ilgili endişelerin ergenlik döneminde arttığı ve sonrasında dengelendiği, erkeklerde ise bu durumun sabit kaldığı belirtilmiştir. Çalışma bulgumuzda yaş arttıkça yeme bozukluğunun azalması, kadınların diyetleri ile ilgili bilgilerinin daha çok olması ve yaşla birlikte vücutlarını daha iyi tanımları olarak düşünülmektedir.

Araştırmada yeme tutumu ile eğitim düzeyi arasında düşük düzeyde olumsuz ve anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Tepe'nin 2019'daki çalışmasında da araştırma bulgusuna benzer biçimde eğitim düzeyi arttıkça katılımcıların yeme bozukluğu oranının azaldığı görülmüştür. Bireyin eğitim düzeyi arttıkça doğru beslenme alışkanları geliştirmesi ve yeme patolojisi geliştirme riskinin düşmesi beklenir. Bu çalışmanın bulguları literatürdeki çalışmalarla tutarlıdır. Araştırmada beden imajı hoşnutsuzluğu ile eğitim düzeyi arasında düşük düzeyde olumsuz ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğu saptanmıştır. Bu bulguya göre kadınların eğitim düzeyi arttıkça, beden imajı hoşnutsuzluk seviyesi azalmaktadır. Çalışma bulgusu ile benzer şekilde Purutçuoğlu ve arkadaşlarının 2018 yılında kadınlar üzerinde gerçekleştirdiği araştırmada da eğitim düzeyi ile beden imajı hoşnutsuzluğu arasında olumsuz yönde ilişki olduğu bulunmuştur. Çalışma bulguları literatürle paralellik göstermektedir.

Araştırma sonucunda benlik saygısı ile eğitim düzeyi arasında anlamlı ilişki olmadığı saptanmıştır. Benzer şekilde Kılıçlar'ın 2018 tarihli çalışmasında eğitim düzeyi ile benlik saygısı arasında ilişki tespit edilmemiştir. Literatürde eğitim seviyesinin artmasının benlik saygısını arttıracak bulgusuna ulaşan çalışmalar da mevcuttur (Saygılı ve ark., 2015). Erol ve Orth'un 2011 yılında yaptıkları çalışmada yüksek gelir ve eğitime sahip olmanın bireylerin benlik saygısını artıran faktörler olduğu, bu sayede sosyal olarak daha atılgan oldukları bildirilmiştir. Araştırmada eğitim düzeyi ve benlik saygısı arasında anlamlı ilişki olmamasının sebebi katılımcıların çoğunun yüksek eğitim düzeyine sahip olmasıyla açıklanabilir.

Araştırmada katılımcıların benlik saygısı ile yaşları arasında düşük düzeyde, olumlu ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Obez bireylerle yapılan bir çalışmada, benzer şekilde yaş arttıkça benlik saygısının arttığı saptanmıştır (Hamurcu ve ark., 2015). Kılıçlar'ın 2018'de 266 kadın ile yürüttüğü çalışmasında da yaş ile benlik saygısı arasında düşük düzeyde olumlu yönde ilişki olduğu bulunmuştur. Literatürdeki bulgular yaş arttıkça benlik saygısının da arttığını göstermektedir (Karademir ve ark., 2010; Mullis ve ark., 1992). Bu durumun, bireylerin yaş aldıkça geçmiş deneyimleri ve başarıları ile kendine güvenlerinin artmasından ve kendilerini ve hedeflerini daha iyi tanıyıp bilmelerinden kaynaklandığı düşünülebilir.

Araştırma sonucunda katılımcıların boy, kilo ve BKİ değerleri ile yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasında anlamlı ilişki bulunmadığı görülmüştür. Yiğitcan'ın 2021'deki çalışma sonucunda da yeme tutumu ile boy, kilo ve BKİ arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Kılıçlar'ın 2018 tarihli çalışmasında ise BKİ ile beden imajı hoşnutsuzluğu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Çavli'nin 2019 yılında lise öğrencileri üzerinde yaptığı çalışma sonucunda BKİ ile yeme tutumu arasında pozitif, beden imajı arasında negatif ilişki olduğu görülürken; BKİ ile benlik saygısı arasında ilişki olmadığı belirlenmiştir. Okumuşoğlu'nun 2017 yılında yaşları 21 ile 63 arasında değişen 110 kadınla gerçekleştirdiği çalışma sonucunda, BKİ ile beden imajı hoşnutsuzluğu arasında olumsuz yönde ilişki olduğu belirlenmiştir. Obez bireylerle yürütülen çoğu çalışmada BKİ ile benlik saygısı arasında negatif yönde ilişki olduğu açıklanmıştır (Hamurcu ve ark., 2015; Ogden ve Evans, 1996; Mond ve ark., 2011). Bazı çalışmalarda ise BKİ ile benlik saygısı arasında ilişki olmadığı ifade edilmiştir (Çavli, 2019; Değirmenci, 2006). Literatürdeki çalışmalar gerçek beden ağırlığından ziyade algılanan beden imajı ve beklentilerin bireyin yeme davranışı, beden imajı memnuniyeti ve benlik saygısı ile ilişkili olduğunu açıklamaktadır (Özmen ve ark., 2007; Haynos ve ark., 2018). Alanyazındaki araştırmalar, bedeni ile ilgili pozitif görüşlere sahip olan, kusurları ile bedenini kabul eden, gerçekçi bir ideal beden imajına sahip olan ve beden farkındalığı yüksek olan bireylerin beden memnuniyetinin yüksek olduğunu göstermektedir (Lee ve ark., 2014; Swami ve ark., 2015). Çalışmamızda BKİ düzeyi ile yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasında ilişki olmaması bireylerin gerçek BKİ düzeylerinden bağımsız olarak bedenlerine olan olumlu algı ve farkındalıktan kaynaklandığı düşünülmektedir.

Yeme bozukluğu olan ve olmayan kadınlar arasında yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı düzeyleri açısından fark olup olmadığı incelendiğinde, araştırma verilerine göre yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı sıra ortalamalarının yeme bozukluğuna sahip olup olmamaya göre farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Yeme bozukluğu olanların yeme tutumu sıra ortalamalarının YB olmayanlardan istatistiksel olarak anlamlı biçimde daha yüksek olduğu, benlik saygısı düzeylerinin daha düşük olduğu ve beden imajı hoşnutsuzluğunun daha yüksek olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde Onar'ın 2008 yılındaki çalışmasında YB tanısı almış kadınların YB tanısı almayanlara göre benlik saygısı ve beden imajı memnuniyet düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha düşük olduğu bulunmuştur. Baş ve arkadaşlarının 2004'te üniversite öğrencisi örneklemini üzerinde yürüttüğü araştırma sonucunda YB olan öğrencilerin YB olmayanlardan daha düşük benlik saygısı ve daha yüksek beden imajı kaygısına sahip oldukları görülmüştür. Çalışma bulguları literatürle tutarlılık göstermektedir.

Araştırmada ölçekler arası ilişkilerin tespiti için yapılan korelasyon analizi sonucuna göre yeme tutumu ile beden imajı hoşnutsuzluğu arasında düşük düzeyde, olumlu ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğu tespit edilmiştir. Bu bulguya göre katılımcılardaki YB düzey arttıkça, beden hoşnutsuzlukları da artmaktadır. Literatürde yeme tutumu ile beden imajı arasındaki ilişki incelendiğinde yeme bozukluğu ile beden imajı hoşnutsuzluğu arasında pozitif yönde ilişki olduğuna dair çalışmalar mevcuttur (Şanlıer ve ark., 2008; Yılmaz, 2014; Işık, 2018; Parmaksız, 2020). Yılmaz'ın 2019'da 18-30 yaş arasındaki kadınlarla yürüttüğü araştırma sonucunda ise yeme bozukluğu ile beden imajı hoşnutsuzluğu arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Toplumda arzu edilen beden imajına ulaşmak isteyen bireyler sağlıklı yeme tutum/davranışları geliştirebilmekte ve bu yüzden yaşam tarzında değişiklikler yapabilmektedir. Bu nedenle, bedeni bir nesne olarak algılayan bireyde beden algısında bozulma görülebilmektedir. Beden algısındaki bozulma ise yeme patolojilerinin oluşmasına yol açabilir (Çavli, 2019). Erdoğan ve Tütüncü'nün 2015 tarihli çalışma sonucunda olumsuz beden algısı olanlarda yeme bozukluğu oranının %10 - %29 olarak görüldüğü belirlenmiştir. Bireylerde beden algısı bozuldukça ortaya çıkan olumsuz yeme tutumları ayrıca kilo kontrolü için sağlıklı ve uygun olmayan çabalara yönelik risk yaratabilir. Özetle çalışma bulgularının literatürle uyumlu olduğu görülmektedir.

Araştırma sonucuna göre katılımcıların yeme tutumu ile benlik saygısı arasında düşük düzeyde, olumsuz ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğu saptanmıştır. Bu bulgu; bireylerin benlik saygısı düzeyi arttıkça yeme bozukluğu düzeyinin azaldığını ifade etmektedir. Bu sonuç literatür ile uyumludur (Oktan 2014, Teixeira ve ark. 2016 Çavli, 2019). Literatürde, yeme bozukluğu belirtilerindeki azalmanın en belirgin etkeninin benlik saygısında yükselme olduğu açıklanmaktadır (Tanrıverdi ve ark. 2011; Erol ve ark., 2000). Bu bulgulara göre çalışma sonucu literatürle uyumludur.

Yapılan korelasyon analizi sonucunda, beden imajı hoşnutsuzluğu ile benlik saygısı arasında düşük düzeyde, olumsuz ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğu tespit edilmiştir. Benzer olarak obezite hastalığı olan ve olmayan bireylerle yürütülen bir araştırma sonucunda benlik saygısı ile beden imajı hoşnutsuzluğu arasında negatif yönde ilişki olduğu saptanmıştır (Yılmaz, 2015). Ünal'ın 2021 yılında yaşları 23 ila 60 arasında değişen kadın ile yaptığı çalışma sonucunda kadınların beden imajı memnuniyeti ile benlik saygısı arasında orta düzeyde olumlu yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Normal, kilolu, obez ve morbid obez katılımcılarla yapılan bir çalışmada ise tüm gruplarda benlik saygısı ile beden imajı memnuniyeti arasında orta düzeyde pozitif yönde ilişki olduğu belirlenmiştir (Hamurcu ve ark., 2015). Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada beden imajından memnuniyet azaldıkça, benlik saygısının düştüğü belirlenmiştir (Haspolat ve Kağan, 2017). Kılıçlar'ın 2018 tarihinde kadın katılımcılarla yaptığı çalışmada benlik saygısı ile beden imajı hoşnutsuzluğu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Armağan'ın 2013'te BKİ 30'dan büyük olan obez kadınlarla yürüttüğü araştırma sonucunda benlik saygısı ile olumlu beden imajı arasında pozitif yönde ilişki olduğu belirlenmiştir. Atik ve Örtten'in 2008 tarihli çalışmasına göre de beden imajından hoşnut olmamak bireyin kendine olan güveninin azalmasında etkili olmaktadır. Bu bulgulara göre, kadınların bedenlerinden duydukları hoşnutsuzluk arttıkça, benlik saygıları azalmaktadır. Çalışma bulguları literatürle uyumludur.

Araştırmada bağımlı değişkenin yeme tutumu olduğu ve bağımsız değişkenlerin beden imajı ve benlik saygısı olarak ele alındığı basit regresyon analizi sonucunda benlik saygısının yeme tutumunu istatistiksel olarak anlamlı biçimde negatif yönde yordadığı, beden imajının ise %5 anlamlılık düzeyinde yeme tutumunu yordamadığı bulunmuştur. Benlik saygısı puanlarının yeme tutumu puanlarındaki değişimi %3 oranında yordadığı belirlenmiştir. Buna göre benlik saygısı

puanlarındaki artma, yeme tutumu puanlarında azalmaya yol açmaktayken, beden imajı hoşnutsuzluğu puanlarındaki artış ya da azalış yeme tutumuna etki etmemektedir. Erol ve arkadaşlarının 2000'de üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği yeme patolojisi ile benlik saygısı ve kontrol odağı arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışma sonucunda yeme patolojisini en iyi yordayan değişkenin benlik saygısı olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçtan yola çıkarak benlik saygısının yeme patolojisini yordamakta dış kontrol değişkeninden daha güçlü olduğu sonucuna varılmıştır. Çalışma bulgularımıza göre benlik saygısının yeme bozukluğunu yordamada beden imajından daha güçlü bir değişken olduğu ortaya konmuştur.

Araştırmada bağımlı değişkenin benlik saygısı olduğu ve bağımsız değişkenlerin yeme tutumu ve beden imajı olarak ele alındığı regresyon analizi sonucunda yeme tutumunun ve beden imajının benlik saygısını istatistiksel olarak anlamlı biçimde negatif yönde yordadığı bulunmuştur. Yeme tutumu ve beden imajı puanlarının benlik saygısı puanlarındaki değişimi %8,5 oranında yordadığı belirlenmiştir. Buna göre yeme tutumu ve beden imajı hoşnutsuzluğu puanlarındaki artma benlik saygısı puanlarında azalmaya yol açmaktadır. Webster ve Tiggemann (2003) benlik saygısı düşük olan özellikle genç yaştaki kadınların beden imajı hoşnutsuzluğu yaşayabileceğini belirtmektedir. Pesa ve arkadaşlarına (2000) göre bireyin benlik saygısını etkileyen önemli faktörlerden biri beden imajıdır. Allgood-Merten ve arkadaşları (1990) beden imajı ile benlik saygısı arasında güçlü bir ilişki olduğunu vurgulayarak beden imajını bireyin benlik saygısının vazgeçilmez bir unsuru olarak ele almışlardır. Çalışma bulguları literatürle uyumludur.

BÖLÜM VI

Sonuç ve Öneriler

Sonuç

Araştırmada Yeme Tutumu Ölçeği ile ölçülen yeme bozukluğu oranı %17,9 olarak hesaplanmıştır.

Araştırmada yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı puanları sosyodemografik değişkenler aracılığıyla karşılaştırılmıştır. Yaş gruplarına göre yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı düzeyleri karşılaştırıldığında katılımcıların yeme tutumu ve beden imajı düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılık göstermediği ama benlik saygısı puanlarının yaş gruplarına göre farklılık gösterdiği saptanmıştır. Analiz sonucuna göre 18 ila 28 yaş aralığına dahil olan kadınların benlik saygısı düzeylerinin, 51 ila 61 yaş aralığına dahil olan kadınlardan istatistiksel olarak anlamlı biçimde daha düşük olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların BKİ ve medeni durumlarına göre yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı düzeylerinin değişmediği bulunmuştur. Katılımcıların yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı düzeyleri eğitim düzeyine göre karşılaştırıldığında benlik saygısı düzeylerinin farklılık göstermediği ama yeme tutumu ve beden imajı puanlarının eğitim düzeyine göre farklılık gösterdiği saptanmıştır. Yüksek lisans/doktora mezunlarının yeme bozukluğu düzeyinin lise ve üniversite mezunlarından anlamlı olarak daha düşük olduğu bulunmuştur. Katılımcıların beden imajı düzeyi değerlendirildiğinde lise mezunlarının beden imajı hoşnutsuzluğunun yüksek lisans/üniversite mezunlarından anlamlı olarak daha yüksek olduğu saptanmıştır. Katılımcıların çalışma durumuna göre yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı puanları değerlendirildiğinde, yeme tutumu düzeylerinin çalışma durumuna göre farklılık göstermediği, bununla birlikte çalışmayanların beden imajı hoşnutsuzluğunun çalışanlardan anlamlı olarak yüksek olduğu ve çalışanların benlik saygısı düzeylerinin çalışmayanlardan anlamlı olarak yüksek olduğu bulunmuştur.

Araştırmada sosyo-demografik değişkenler ile yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda katılımcıların yeme tutumu ile yaşı arasında düşük düzeyde, olumsuz ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğu, yeme tutumu ile eğitim düzeyi arasında düşük düzeyde olumsuz ve anlamlı bir ilişkinin olduğu, beden imajı hoşnutsuzluğu ile eğitim düzeyi arasında düşük düzeyde olumsuz ve anlamlı bir

ilişkinin bulunduğu saptanmıştır. Ayrıca katılımcıların benlik saygısı ile yaşı arasında düşük düzeyde, olumlu ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte katılımcıların boy, kilo ve BKİ değerleri ile yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasında anlamlı ilişki bulunmadığı görülmüştür.

Yeme bozukluğu olan ve olmayan kadınlar arasında yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı düzeyleri açısından fark olup olmadığı incelendiğinde, araştırma verilerine göre yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı sıra ortalamalarının yeme bozukluğuna sahip olup olmamaya göre farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Yeme bozukluğu olanların yeme tutumu sıra ortalamalarının YB olmayanlardan istatistiksel olarak anlamlı biçimde daha yüksek olduğu, benlik saygısı düzeylerinin daha düşük olduğu ve beden imajı hoşnutsuzluğunun daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Araştırmada ölçekler arası ilişkilerin tespiti için yapılan korelasyon analizi sonucuna göre yeme tutumu ile beden imajı hoşnutsuzluğu arasında düşük düzeyde, olumlu ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların yeme tutumu ile benlik saygısı arasında düşük düzeyde, olumsuz ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğu saptanmıştır. Ayrıca beden imajı hoşnutsuzluğu ile benlik saygısı arasında düşük düzeyde, olumsuz ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğu tespit edilmiştir.

Araştırmada bağımlı değişkenin yeme tutumu olduğu ve bağımsız değişkenlerin beden imajı ve benlik saygısı olarak ele alındığı basit regresyon analizi sonucunda benlik saygısının yeme tutumunu istatistiksel olarak anlamlı biçimde negatif yönde yordadığı, beden imajının ise %5 anlamlılık düzeyinde yeme tutumunu yordamadığı bulunmuştur. Benlik saygısı puanlarının yeme tutumu puanlarındaki değişimi %3 oranında yordadığı belirlenmiştir. Bu denkleme göre benlik saygısı puanlarındaki artma, yeme tutumu puanlarında azalmaya yol açmaktayken, beden imajı hoşnutsuzluğu puanlarındaki artış ya da azalış yeme tutumuna etki etmemektedir.

Araştırmada bağımlı değişkenin benlik saygısı olduğu ve bağımsız değişkenlerin yeme tutumu ve beden imajı olarak ele alındığı regresyon analizi sonucunda yeme tutumunun ve beden imajının benlik saygısını istatistiksel olarak anlamlı biçimde negatif yönde yordadığı bulunmuştur. Yeme tutumu ve beden imajı puanlarının benlik saygısı puanlarındaki değişimi %8,5 oranında yordadığı belirlenmiştir. Buna göre yeme tutumu ve beden imajı hoşnutsuzluğu puanlarındaki artma benlik saygısı puanlarında azalmaya yol açmaktadır.

Öneriler

Akademisyenlere Öneriler

Araştırma, internet üzerinden ulaşılan 385 kadın ile gerçekleştirilmiştir. Bu araştırmanın örnekleminin artırılarak daha geniş bir örneklem ile çalışması önerilmektedir.

Araştırma sonucunda yeme tutumunun yaş gruplarına göre farklılık göstermediği ama YB ile yaş arasında negatif yönde ilişki olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu yeme davranışlarının yaş grupları nezdinde farklılık göstermemekle birlikte birey yaş aldıkça, YB'nin azaldığını göstermektedir. Bu sebeple yeme bozukluğu ile ilgili yapılacak boylamsal çalışmaların literatüre ve tedavi yöntemlerine katkı sunacağı beklenmektedir.

Araştırma sonucuna göre yeme bozukluğu, beden imajı hoşnutsuzluğu ve benlik saygısı düzeylerinin BKİ düzeylerine göre farklılık göstermediği belirlenmiştir. Katılımcıların BKİ düzeylerine göre zayıf, normal veya kilolu olmasının yeme bozukluğu, beden imajı ve benlik saygısında etkili olmaması bireylerin bedenleri gerçek BKİ'lerinden bağımsız olarak algılamaları ile ilgili olduğu düşünülmektedir. Bu sebeple gelecek araştırmalarda kişilerin kendilerini zayıf, normal ya da kilolu olarak algılamaları ile ilgili çalışma yapmanın fayda sağlayacağı beklenmektedir.

Araştırma sonucunda katılımcıların sosyodemografik değişkenler açısından yeme tutumları arasında farklılık olmadığı görülmüştür. Bu bulgu her sosyodemografik düzeydeki bireyin yeme bozukluğundan etkilenmesi olarak yorumlanmıştır. Bireylerin fiziksel ve ruhsal sağlığını, sosyal, iş ve toplumsal yaşantısını negatif yönde etki eden yeme davranışlarının azaltılması ve önlenbilmesine ihtiyaç duyulmaktadır. Bu doğrultuda her yaştan, her bölgeden, meslekten vb. insanların yeme bozukluğu düzeylerini, etkilerini ve sonuçlarını değerlendiren araştırmaların yapılması gerekmektedir.

Klinisyenlere Öneriler

Araştırma sonucunda yeme bozukluğu ile benlik saygısı arasında negatif yönde ilişki olduğu ve yeme bozukluğunda beden imajı algısından ziyade benlik saygısının etken olduğu görülmüştür. Bu sebeple YB yaşayan bireylerin benlik saygısını artırmaya yönelik terapilerin yapılması önerilir.

Araştırma sonucunda benlik saygısı ile beden imajı hoşnutsuzluğu arasında negatif yönde ilişki olduğu saptanmıştır. Bu bulguya göre benlik saygısı arttıkça bireylerin beden imajı hoşnutsuzluğu azalmaktadır. Bu sebeple beden imajı hoşnutsuzluğu yaşayan bireyler için klinikte benlik saygısını artıran terapilerin yapılması önerilir.

Araştırma verilerine göre benlik saygısını hem beden imajı hoşnutsuzluğunun hem de yeme bozukluğunun yordadığı belirlenmiştir. Klinikte yeme bozukluğu tedavisi için gelen bireylerin takip ve tedavisinde, birey özelinde multidisipliner bir yaklaşım uygulamanın tedavinin olumlu sonuçlanmasına katkı sağlayabileceği beklenmektedir.

Araştırma sonucunda yaş ile birlikte yeme bozukluğunun azaldığı görülmektedir. Bu sebeple erken yaşlarda bireylere sağlıklı beslenme ile ilgili bilgi vermenin yeme bozukluğu ile ilgili farkındalığın artırılması ve yeme bozukluğunu önlemede etken bir faktör olacağı önerilir. Bu sebeple bireylerin doğru yeme davranışları hakkında bilgilendirilmeleri ve bilinçlendirilmeleri için kamu spotu hazırlanmasının uygun olduğu düşünülmektedir.

Kaynakça

- Abrams, K.K., Allen, L.R., Gray, J.J. (1993). Disordered eating attitudes and behaviors, psychological adjustment, and ethnic identity: A comparison of black and white female college students. *International Journal of Eating Disorders*, 14(1), 49-57.
- Akdevelioglu, Y., Gümüs, H. (2010). Eating disorders and body image perception among university students. *Pakistan Journal of Nutrition* 9(12),1187- 1191.
- Akdevelioğlu, Y., Yörüsün, T.Ö. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Yeme Tutum Ve Davranışlarına İlişkin Bazı Faktörlerin İncelenmesi. *Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 19-28.
- Aktaş, A., Aştı, T.A., Bakanoğlu, E., Çelebioğlu, M. (2010). Bir hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin beden imgesi algısının belirlenmesi. *İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 18(2), 63-71.
- Allgood-Merten B, Lewinson P, & Hops, H. (1990), Sex differences and adolescent depression. *Abnormal Psychology Jjournal*, 99, 55-63.
- Alpaslan, A.H., Soylu, N., Avcı, K.,Coşkun, K.Ş., Kocak, U.,Taş, H.U. (2015). Disordered eating attitudes, alexithymia and suicide probability among turkish high school girls. *Psychiatry Research*, 226(1), 224-229.
- Altug, A., Elal, G., Slade, P., Tekcan, A. (2000). The Eating Attitudes Test (EAT) in Turkish university students: relationship with sociodemographic, social and individual variables. *Eating and Weight Disorders*, 5(3), 152-160.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). *Dsm-5 tanı ölçütleri başvuru el kitabı*. E. Köroğlu (Çev.Ed). Hekimler Yayın Birliği Yayıncılık.
- APA (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, fourth edition text revision (DSM-IV-TR)*.:American Psychiatric Association.
- Arkonaç, S. (2008). *Sosyal psikolojide insanları anlamak: deneysel ve eleştirel yaklaşımlar* (1. Baskı). Nobel Yayın Dağıtım.
- Armağan, A. (2013). *Obez kadınlarda benlik saygısının beden imgesi üzerindeki etkisinde biçimleyici değişkenlerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Okan Üniversitesi Psikoloji Anabilim Dalı.
- Atik, D., Örtten, T. (2008). İdeal beden imgesini oluşturan sosyal ve kurumsal faktörler ve bu idealin bireyler üzerindeki etkileri. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 25, 17- 35.

- Baş, M., Aşçı, F.H., Karabudak, E., Kızıltan, G. (2004). Eating attitudes and their psychological correlates among Turkish adolescents. *Adolescence* 39(155), 593-599.
- Batıgün, A.D., Utku, Ç. (2006). Bir grup gençte yeme tutumu ve öfke arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 65.
- Beck, A.T., Rush, A.J., Shaw, B.F., Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. The Guilton Press.
- Bektaş, D.Y. (2004). Ergenlerde beden imgesi üzerine bir çalışma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(22), 67-75.
- Bohon, C., Stice, E., Burton, E. (2009). Maintenance factors for persistence of bulimic pathology: A community-based natural history study. *Int J Eat Disord*, 42:173-178.
- Bucchianeri, M.M., Arikian, A.J., Hannan, P.J., Eisenberg, M.E., Neumark-Sztainer, D. (2013). Body dissatisfaction from adolescence to young adulthood: findings from a 10-year longitudinal study. *Body Image*, 10(1), 1-1
- Bulik, C.M., Wade, T.D., Kendler, K.S. (2001). Characteristics of monozygotic twins discordant for bulimia nervosa. *International Journal of Eating Disorders*, 29(1), 1-10.
- Bun Lam, C., McHale, S.M. (2012). Developmental patterns and family predictors of adolescent weight concerns: a replication and extension. *International Journal of Eating Disorders*, 45(4), 524-530
- Büyüköztürk, Ş. (2004). *Veri analizi el kitabı*. Pegem Akademi.
- Cassin, S.E., ve von Ranson, K.M. (2005). Personality and eating disorders: a decade in review. *Clinical Psychology Review*, 25(7), 895–916. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2005.04.012>.
- Chrzanowski, G. (1981). The genesis and nature of self-esteem. *Am J of Psychiatr*, 35(1), 35- 46.
- Cooper, Z., Fairburn, C., Hawker, D. M. (2007). *Obezitenin bilişsel davranışçı tedavisi*. Çeviri ed: Çetin M, Çeviri: Sabancıoğlu F.. Yıltan Matbaası.
- Coughlin, J.W., Kalodner, C. (2006). Media literacy as a prevention intervention for college women at low or high-risk for eating disorders. *Body Image*, 3(1), 35-43.

- Çavli, G. (2019). *Lise Öğrencilerinde Beden Kitle İndeksinin Yeme Tutumu, Beden İmgesi, Benlik Saygısı ve Depresif Belirtiler Üzerine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Kafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Çelikel, F.C., Cumurcu, B.E., Koc, M., Etikan, İ., Yucel, B. (2008). Psychologic correlates of eating attitudes in Turkish female college students. *Comprehensive Psychiatry*, 49(2), 188-194.
- Çuhadaroglu, F. (1986). *Adolesanlarda benlik saygısı*. Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı.
- Dakanalis, A., Colmegna, F., Zanetti, M.A., Giacomo, E.D., Riva, G., Clerici, M. (2018). Evaluation of the DSM-5 severity specifier for bulimia nervosa in treatment-seeking youth. *Child Psychiatry and Human Development*, 49(1): 137-145.
- Değirmenci, T. (2006). *Obez erişkinlerde benlik saygısı, yaşam kalitesi, yeme tutumu, depresyon ve anksiyete*. Tıpta Uzmanlık Tezi. Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı.
- Deveci, A., Demet, M.M., Özmen, B., Özmen, E., Hekimsoy, Z. (2005). Obez Hastalarda Psikopatoloji, Aleksitimi ve Benlik Saygısı. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 6, 84-91
- Doğan Ö. vd. (2018). Body Image in Adolescents and It's Relationship to Socio-Cultural Factors. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 18(3): 561–577.
- Dünya Sağlık Örgütü, (2000). *Obesity: Preventing and managing the global epidemic*. Geneva: World Health Organization.
- Enejoh, V., Pharr, J., Mavegam, B.O., Olutola, A., Karick, H., Ezeanolue, E.E. (2016). Impact of self esteem on risky sexual behaviors among Nigerian adolescents. *AIDS Care*, 28(Suppl.5), 672-676.
- Erdoğan, Ö., Tütüncü, İ. (2015). Üniversite öğrencilerinin beden algısı, yeme tutumu yakın ilişki kurma düzeyleri arasındaki ilişki. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi*, 17, 89-115.
- Erol, A., Toprak, G., Yazıcı, F., Erol, S. (2000). Üniversite öğrencilerinde yeme bozukluğu belirtilerini yordayıcı olarak kontrol odağı ve benlik saygısının karşılaştırılması. *Klinik Psikiyatri*, 3, 147-152.
- Erol, R.Y., Orth, U. (2011). Self-Esteem Development from Age 14 to 30 Years: A Longitudinal Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(3), 607.

- Fairburn, C.G. (2008). *Cognitive behavior therapy and eating disorders*. Guilford Publication.
- Fairburn, C.G. (2013). *Overcoming binge eating*. The Guilford Press.
- Fairburn, C.G., Harrison, P.J. (2003). Eating disorders. *The Lancet*, 361(9355), 407-416.
- Frank, J.B., Thomas, C.D. (2003). Externalized self-perceptions, self-silencing, and the prediction of eating pathology. *Canadian Journal Of Behavioural Science*, 35 (3), 219-228.
- Fredrickson, B.L., Roberts, T. A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 173–206
- Garner, D.M., Garfinkel, P. E. (1979). The eating attitudes test: an index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychological medicine*, 9(2), 273-279.
- Goossens, L., Braet, C., Van Vlierberghe, L., Mels, S. (2009). Loss of control over eating in overweight youngsters: the role of anxiety, depression and emotional eating. *Eur Eat Disord Rev*, 17:68-78.
- Grogan, S. (2010). Promoting positive body image in males and females: contemporary issues and future directions. *Sex Roles*, 63(9-10), 757-765.
- Grogan, S. (2007). Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children. *Routledge Psychology Press*, 1(2).
- Görker, I., Korkmazlar, Ü., Durukan, M., Aydoğdu, A. (2004). Çocuk ve ergen psikiyatri kliniğine başvuran ergenlerde belirti ve tanı dağılımı. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 7, 103-110.
- Hamurcu , P., Öner, C., Telatar , B., Yeşildağ, Ş. (2015). Obezitenin benlik saygısı ve beden algısı üzerine etkisi. *Türk Aile Hek Derg*, 19 (3), 122 – 128.
- Haspolat, N.K., Kağan, M. (2017). Sosyal Fobinin Yordayıcıları Olarak Beden İmajı ve Benlik Saygısı. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 19(2), 139 – 152. <https://doi.org/10.17556/erziefd.322327>.
- Haynos, A.F., Utzinger, L., Lavender, J.M., Crosby, R.D. (2018). Subtypes of adaptive and maladaptive perfectionism in anorexia nervosa: associations with eating disorder and affective symptoms. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 1(10).
- Helman, C.G. (2001). *Gender and reproduction in culture, health and illness*. Oxford Press.

- Hoek, H.W., Hoeken, D. (2003). Review of the Prevalence and Incidence of Eating Disorders. *Int J Eat Disord*, 34(4), 383–96.
- Hovardaoğlu, S. (1993). Vücut algısı ölçeği. *Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi*, Testler Özel Eki. 1(1), 26-27.
- Işık, E. (2018). *Yetişkin kadınlarda öz-duyarlılık ile beden algısı ve yeme tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi Psikoloji Anabilim Dalı.
- İçmeli, C., Canan, F., Özçetin, A. (2007). Çalışan ve çalışmayan kadınların benlik saygılarının karşılaştırılması. *Haydarpaşa Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi Tıp Dergisi*, 47(3), 354-359.
- Jacobi, C., Fittig, E., Bryson, S.W., Wilfley, D., Kraemer, H.C., Taylor, C.B. (2011). Who is really at risk? Identifying risk factors for subthreshold and full syndrome eating disorders in a high-risk sample. *Psychological medicine*, 41(9), 1939-1949.
- James. W. (1990). *Consciousness of Self. Principles of Psychology* (Çeviri Editörleri: Michael GJ, Tracy BH), New Jersey, 291-299.
- Jourard, S. M., Secord, F. P. (1955). Body-Cathexis and the ideal female figure. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 50(2), 243–246. <https://doi.org/10.1037/h0041128>.
- Horney, K. (2008). *Nevrotik kişilik. çağımızın nevrotik kişiliği* (Çeviren: Koçak S). Doruk Yayınları, 1-60.
- Kadioğlu, M., Ergün, A. (2015). Üniversite öğrencilerinin yeme tutumu, öz-etkililik ve etkileyen faktörler, *MÜSBED*.
- Kara, A. (2016). Sosyal görünüş kaygısı ile utangaçlık arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi*, 6, 95- 106
- Karademir, T., Döşyılmaz, E., Çoban, B., Kafkas, M.E. (2010). Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü Özel Yetenek Sınavına Katılan Öğrencilerde Benlik Saygısı ve Duygusal Zeka. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 18(2), 653.
- Keel, P. K., Forney, K. J. (2013). Psychosocial risk factors for eating disorders. *Int. J. Eat. Disord.*, 46, 433-439. <https://doi.org/10.1002/eat.22094>.
- Kessler, R. C., Berglund, P. A., Chiu, W. T., Deitz, A. C. ve ark. (2013). The prevalence and correlates of binge eating disorder in the world health organization world mental health surveys. *Biological Psychiatry*, 73(9), 904-914.

- Kholmogorova, A., Tarhanova, P., Shalygina, O. (2018). Standards of physical beauty and mental health in children and young people in the era of the Information Revolution. *International Journal of Culture and Mental Health*, 11(1), 87-98.
- Kılıç, N. (2020). *Turgut Özal Tıp Merkezi Beslenme ve Diyet Polikliğine Başvuran Yetişkin Bireylerin Beslenme Durumları, Yeme Tutum Ve Davranışları ve Etkileyen Faktörler*. Yüksek Lisans Tezi. İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Kılıçlar, M. (2018). *Cinsel Doyum İle Beden İmajı Ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji.
- Kiziltan, G., Karabudak, E. (2008). Risk of abnormal eating attitudes among turkish dietetic students. *Adolescence*, 43(171), 681-690.
- Kjelsås, E., Bjørnstrøm, C., Götestam, K.G. (2004). Prevalence of eating disorders in female and male adolescents (14–15 years). *Eating behaviors*, 5(1), 13-25.
- Köklü, N., Büyükoztürk, Ş. (2000). *Sosyal bilimler için istatistiğe giriş*. Pegem Yayıncılık.
- Küey, G. A. (2008). Yeme bozuklukları. *Adolesan Sağlığı II Sempozyumu*.
- Labre, M. P. (2005). The male body ideal: perspectives of readers and non-readers of fitness magazines. *Jmhg*, 2(2), 223-229.
- Lee, H.R., Lee, H.E., Choi, J., Kim, J.H., Han, H. L. (2014). Social media use, body image, and psychological well-being: a cross-cultural comparison of Korea and the United States. *Journal of Health Communication*, 19(12),1343-1358.
- Maner, F. (2001). Yeme bozuklukları. *Psikiyatri Dünyası*, 5, 130-139.
- Mann, M., Clemens, M.H.H., Herman, P.S. (2004). Self–Esteem in a broad spectrum approach for mental health promotion. *Health Educ Res*, 19(4): 357-372,
- Midlarsky, E. A Marotta , A.K., Pirutinsky ,S., T Morin , R.T., McGowan, J.C. (2018). Psychological predictors of eating pathology in older adult women. *Journal of Women and Aging*, 30(2), 145-157.
- Mond, J., Van Den Berg, P, Boutelle, K,, Hannan, P., Neumark-Sztainer, D. (2011).Obesity, body dissatisfaction, and emotional well-being in early and late adolescence: findings from the project EAT study. *J Adolesc Health*, 48, 373-8.

- Morrison, T.G., Kalin, R., Morrison, M. A. (2004). Body-Image evaluation and body-image investment among adolescents: A test of sociocultural and social comparison theories. *Adolescence*, 39(155), 571-587.
- Mullis, A.K., Mullis, R.L., Normandin, D. (1992). Cross-Sectional and Longitudinal Comparisons of Adolescent Self Esteem. *Adolescence*, 27(105), 51.
- Mussell, M.P., Mitchell, J.E., Zwaan, M. (1996). Clinical characteristics associated with binge eating in obese female. *International Journal of Obesity*, 20, 321-331.
- Muyan, M., Chang, E.C., Jilani, Z., Yu, T. (2015). Predicting eating disturbances in Turkish adult females: examining the role of intimate partner violence and perfectionism. *Eating Behaviors*, 19, 102-105.
- Myers, T.A., Crowther, J.H. (2007). Sociocultural pressures, thin-ideal internalization, selfobjectification, and body dissatisfaction: Could feminist beliefs be a moderating factor? *Body Image*, 4(3), 296-308.
- Ogden, J., Evans, C. (1996). The problem with weighting: effects on mood, self-esteem and body image. *Int J Obes Relat Metab Disord*, 20, 272-7.
- Oktan, V. (2014). Ergenlerde Kendine Zarar Verme Davranışının Risk Alma Davranışı ve Benlik Saygısı Açısından İncelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 39(175), 646-655.
- Okumuşoğlu, S. (2017). Diyet Yapan Kadınlarda Beden Algısı, Benlik Saygısı, Yaş Ve Vücut Kitle İndeksi İlişkisinin Araştırılması. *Ulakbilge Sosyal Bilimler Dergisi*, 5 (13), 1171-81.
- Onar, A. (2008). *Ergenlik ve genç yetişkinlik dönemindeki kızlarda yeme bozukluğu tanısı bulunanlar ile bulunmayanların aile ortamı, sosyotropik-otonomik kişilik özelliği, beden memnuniyeti, benlik saygısı açısından karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Orgler, H. (1976). Alfred Adler. *Int J Soc Psychiatr*, 22(1), 67-68.
- Oruçlular, Y. (2013). *Vücut Algısının Aracı Rolü Üzerinden Özerk İlişkisel Benlik Özellikleri ve Yeme Tutumu İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Öngören, B. (2015). Sosyolojik Açıdan Sağlıklı Beden İmgesi. *Sosyal Ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 34.
- Özmen, D., Özmen, E., Ergin, D., Cakmakci Cetinkaya, A., Sen, N., Erbay Dundar, P., Oryal Taskin, E. (2007). The association of self-esteem, depression and

- body satisfaction with obesity among Turkish adolescents. *BMC Public Health*, 7(80).
- Öztürk, M. Orhan (2002). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. 9. Basım. Feryal Matbaası.
- Özyazgan, A.A. (2016). *Elazığ Eğitim ve Araştırma Hastanesi Diyet Polikliniğine Zayıflamak İçin Başvuran Bireylerde Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları, Yeme Davranış Bozuklukları ve Etkileyen Faktörler*. Yüksek Lisans Tezi İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Halk Sağlığı Anabilim Dalı.
- Parmaksız, G. (2020). *İrrasyonel inanışlar ile yeme tutumu ve beden algısı ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Pesa, J.A., Syre, T.R., Jones, E. (2000). Psychosocial differences associated with body weight among female adolescents: The importance of body image. *Journal of Adolescent Health*, 26(5), 330-337.
- Purutçuoğlu, E., Aksel, C. (2018). *Engelli Kadınların Beden İmajı Algısı İle Yaşam Doyumunun Belirlenmesi*. The 2018 International Academic Research Conference in Vienna 1. [http://www.ijbts-journal.com/images/main_1366796758/31\)%207%20Eda%20PURUT%C3%87UO%C4%9ELU.pdf?mode=preview](http://www.ijbts-journal.com/images/main_1366796758/31)%207%20Eda%20PURUT%C3%87UO%C4%9ELU.pdf?mode=preview).
- Qian, J., Hu, Q., Wan, Y., Li, T., Wu, M., Ren, Z., Yu, D. (2013). Prevalence of eating disorders in the general population: A systematic review. *Shanghai Archives of Psychiatry*, 25(4), 212-223.
- Ricciardelli, L. A., & McCabe, M. P. (2003). Sociocultural and individual influences on muscle gain and weight loss strategies among adolescent Boys and Girls. *Psychology in the Schools*, 40(2), 209-224.
- Rogers, C. (1947). Some observations on the organization of personality. *Am Psychol*, 2(3), 358-368.
- Rosenberg M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press,
- Sadock, B. vd. (1999). *Yeme bozuklukları, klinik psikiyatri el kitabı*. (Çeviri Editörü: E. Abay). Nobel Tıp Yayınları.
- Sağlam Eryılmaz, Z. (2018). *Yetişkin bireylerde obezitenin depresyon, benlik saygısı, yeme tutumu ve beslenme durumu üzerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Sanchez-Ruiz, M.J., El-Jor, C., Kharma, J.A., Bassil, M.S. (2017). Personality, emotion-related variables, and media pressure predict eating disorders via disordered eating in Lebanese university students. *Eating and Weight Disorders*, 1(10).
- Sarı Binler, Ş. (2021). *Sporcu ve Sedarter Kadınlarda Benlik Saygısı İle Beden Algıları Arasındaki İlişki (Ordu İli Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. Ordu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Savaşır, I., Erol, N. (1989). Yeme tutum testi: Anoreksiya nervoza belirtileri indeksi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7, 19-25.
- Saygılı, G., Kesecioğlu, İ., Kırıktaş, H. (2015). Eğitim Düzeyinin Benlik Saygısı Üzerinde Etkisinin İncelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4(2).
- Schilder, P. (1950). *The image and appearance of the human body*. International Universities Press.
- Secord, F. P., Jourard, S. M. (1953) The appraisal of body-cathexis: body cathexis and the self. *Journal of Consulting Psychology*, 17, 343-347.
- Semiz, M., Kavakçı, Ö., Yağız, A., Yontar, G., Kuğu, N. (2013). Sivas il merkezinde yeme bozukluklarının yaygınlığı ve eşlik eden psikiyatrik tanılar. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 24, 149-57.
- Sharan, P., Sundar, A.S. (2015). Eating disorders in women. *Indian journal of psychiatry*, 57(Suppl 2), S286.
- Silverstone, P.H. (1992) Is chronic low self-esteem the cause of eating disorders? *Med Hypotheses*, 39(4),311-315.
- Smith, G., Simmons, J., Flory, K., Annus, A., Hill, K.(2007). Thinness and eating expectancies predict subsequent binge-eating and purging behavior among adolescent girls. *J Abnorm Psychol*, 116,188-197.
- Swami, V. (2015). Cultural influences on body size ideals: Unpacking the impact of westernization and modernization. *European Psychologist*, 20, 44-51.
- Swami, V., Tran, U. S., Stieger, S., Voracek, M. (2015). Associations between women's body image and happiness: results of the YouBeauty.com body image survey (YBIS). *Journal of Happiness Studies*, 16(3),705-718.
- Şanlıer, N., Yabancı, N., Alyakut, Ö. (2008). An evaluation of eating disorders among a group of Turkish university students. *Appetite* 51(3): 641-645.

- Tanrıverdi, D., Savaş, E., Gönüllüoğlu, N., Kurdal, E., Balık, G. (2011). Lise öğrencilerinin yeme tutumları, yeme davranışları ve benlik saygılarının incelenmesi. *Gaziantep Tıp Dergisi*, 17(1), 33-39.
- Temel, M. (2005). Beden imajını etkileyen faktörler ve beden imajı doyumu. *Sendrom Dergisi*, Temmuz, 62-65.
- Tepe, S.Ö. (2019). *Sosyal Medya Üzerinden Diyet Yapan Bireylerin Ortoreksiya Nervoza ve Yeme Tutumlarının Saptanması: Instagram Örneği*. Yüksek Lisans Tezi. İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Halk Sağlığı Anabilim Dalı.
- Teixeira, M.D., Pereira, A.T., Marques, M.V., Saraiva, J.M., Macedo, A.F.D. (2016). Eating behaviors, body image, perfectionism, and self-esteem in a sample of Portuguese girls. *Braz J Psychiatry*, 38(2), 135-140.
- Theodorakis, Y., Doganis, G., Bagiatis, K. (1991). Age differences and structural validity for the Greek version of the body cathexis scale. *Psychological Reports*, 68, 43-49.
- Thompson, S. (1999). Body size beliefs and weight concerns among mothers and their adolescent children. *Journal of Child and Family Studies*, 8(1), 91-108.
- Tiggemann, M. (2012). Sociocultural perspectives on body image. *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*, 11(2), 758-765.
- Tiryaki, K., Bulut, N. (2020). Zumba Eğitimi Alan Kadınların Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, (4)2, 62-68.
- Trafimow, D. vd. (1991). Some tests of the distinction between the private self and the collective self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(5), 649-655.
- Uluyol, F.M., Barışkın, E. (2020). Ben-Tovim Walker beden tutum ölçeği (BTWÖ)'nin Türkçe formunun psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 7(1), 57-77.
- Uzbay, İ.T. (2015). *Madde bağımlılığı*. 1.Basım. İstanbul Tıp Kitapevi.
- Uzun, R., Balcı, E., Günay, O., Özdil, K., Küçük Öztürk, G. (2018). Hemşirelik öğrencilerinde yeme tutumları, beden algısı, benlik saygısı ve ilişkili etmenler. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2, 48-63.
- Ünal, Y. (2021). *Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı ve Beden İmajının Cinsel Doyuma Etkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı.

- Ünlü, H. (2011). *Okul öncesi dönem çocuklar için yeme davranışı değerlendirme ölçeğinin türk çocuklarına uyarlanması*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi.
- Vardar, E., Erzengin, M. (2011). Ergenlerde yeme bozukluklarının yaygınlığı ve psikiyatrik eş tanıları iki aşamalı toplum merkezli bir çalışma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(4), 205-212.
- Webster, J., Tiggemann, M. (2003). The relationship between women's body satisfaction and self-image across the life span: The role of cognitive control. *Journal of Genetic Psychology*, 164, 241-252
- Williams, G.J., Power, K.G., Millar, H.R. vd. (1993) Comparison of eating disorders and other dietary/weight groups on measures of perceived control, assertiveness, self-esteem, and selfdirected hostility. *Int J Eat Disord*, 14(1):27-32.
- Wood, A., Waller, G., Gowers, S. (1994). Predictors of eating psychopathology in adolescent girls. *European Eating Disorders Review*, 2(1), 6-13. <https://doi.org/10.1002/erv.2400020103>.
- Yıldız, B. (2018). *Yeme tutumunun cinsiyet değişkenine göre duygusal ve bilişsel şemalarla olan ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Yılmaz, B. (2017). *Bir grup lise öğrencisinin internet kullanımlarının beden algıları ve yeme tutumları ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Işık Üniversitesi.
- Yılmaz, D., Ayaz , A., Büyüktuncer Demirel, Z. (2013). Kız Üniversite Öğrencilerinde Yeme Tutumunun Kişisel Beden İmajı Algısı ile İlişkisi. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 41(3),227-233
- Yılmaz, N. (2015). *Obez bireylerde benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı ve vücut algısı*. Tıpta Uzmanlık Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı.
- Yılmaz, T. (2019). *Kadınlarda benlik saygısı, beden algısı ve öfkenin yeme tutumu ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yılmazer, İ. (2014). *Klinik olmayan bir örnekleimde yeme tutumu, beden algısı ve benlik saygısı ile dissosiyatif belirtiler arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yiğitcan, A. (2021). *İnternet Bağımlılığı, Beden İmajı Ve Yeme Bozukluğu Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Yörükoğlu, A (1985). *Gençlik çağı*. Tisa Matbaası.

Zanetti, T., Santonastaso, P., Sgaravatti, E., Degortes, D., Favaro, A. (2013). Clinical and temperamental correlates of body image disturbance in eating disorders. *Europe an Eating Disorders Review*, 21, 32-37.

EKLER

Ek-1. Katılımcı Bilgilendirme Formu

KADINLARDA YEME TUTUMU, BEDEN İMAJİ VE BENLİK SAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Bu çalışmanın amacı kadınlarda yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu çalışmada size bir demografik bilgi formu ve bir dizi ölçek sunulacaktır. Demografik bilgi formu sizin yaş, eğitim durumu gibi demografik özellikleriniz hakkındaki soruları içermektedir. Ölçekler ise yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı düzeyini ölçmektedir. Ölçeklerde vereceğiniz cevaplar kesinlikle gizli kalacaktır. Çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Bu çalışma süresince toplanan veriler yalnızca akademik araştırma amacıyla kullanılacaktır ve yalnızca ulusal/uluslararası akademik toplantılarda ve/veya yayınlarda sunulacaktır. Araştırmacı tarafından toplanan veriler 2 yıl süreyle google drive dosyası olarak saklanacaktır. Eğer çalışmayla ilgili herhangi bir şikayet, görüş veya sorunuz varsa bu çalışmanın araştırmacısı İlyas Emin ATMACA ile iletişime geçmekten lütfen çekinmeyiniz (ilyasatmaca21@gmail.com, 0530 065 79 03).

Eğer araştırmanın sonuçlarıyla ilgileniyorsanız..... tarihinden itibaren araştırmacıyla iletişime geçebilirsiniz. Katıldığınız için tekrar teşekkür ederim.

İlyas Emin ATMACA
Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa

Ek-2. Aydınlatılmış Onam Formu

Değerli Katılımcı,

Bu çalışma, Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji yüksek lisans öğrencisi İlyas ATMACA tarafından öğretim üyesi Dr. Bingül HARMANCI denetiminde yürütülmektedir. Bu çalışmanın amacı kadınlarda yeme tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi araştırmaktır. Anket 4 bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde, demografik bilgilere; ikinci bölümde yeme tutumuna, üçüncü bölümde beden imajı algısına, dördüncü bölümde benlik saygısı düzeyine ilişkin sorular yer almaktadır. Bu anket ile toplanan veriler sadece araştırma amaçlı kullanılacak ve başkalarının kullanımına verilmeyecektir. Bu nedenle ankette dolduracağınız yanıtlar tamamen gizlilik ilkesinde çalışılacaktır ve araştırmacı tarafından isimsiz şekilde kullanılacaktır. Anketi cevaplayarak araştırmaya sağlayacağınız katkı için teşekkür ederiz.

İlyas ATMACA

ilyasatmaca21@gmail.com

() Yukarıdaki bilgileri ayrıntılı biçimde tümünü okudum ve anketin uygulanmasını onayladım.

Ek-3. Demografik Bilgi Formu

Lütfen aşağıdaki bilgileri doldurunuz.

1. Yaşınız:

2. Boyunuz:

3. Kilonuz:

Ek-4. Yeme Tutumu Ölçeği (YTÖ)

Bu anket sizin yeme alışkanlıklarınızla ilgilidir. Lütfen her bir soruyu dikkatlice okuyunuz ve size uygun gelen seçeneği her sorudan önce yer alan boşluğa yazınız. Örneğin “Çikolata yemek hoşuma gider” cümlesini okudunuz. Çikolata yemek hiç hoşunuza gitmiyorsa, “Hiçbir zaman” seçeneği için cümleinin önüne 1 rakamını yazınız. Çikolata yemek her zaman hoşunuza gidiyorsa “Daima” seçeneği için 5 rakamını işaretleyiniz

1’den 5’e kadar olan seçeneklerden size en çok uyan şıkkı seçerek her sorudan önce yer alan boşluğa yazınız.

Derecelendirme:

- | | |
|------------------|-------------|
| 1 = Hiçbir zaman | 4 = Sık sık |
| 2 = Nadiren | 5 = Çok sık |
| 3 = Bazen | 6 = Daima |

1. _____ Başkaları ile birlikte yemek yemekten hoşlanırım.
2. _____ Başkaları için yemek pişiririm, fakat pişirdiğim yemeği yemem.
3. _____ Yemekten önce sıkıntılı olurum.

Ek-5. Beden İmajı Ölçeği (BİÖ)

Bu anket sizin vücut algınızla ilgilidir. Lütfen her bir soruyu dikkatlice okuyunuz ve size uygun gelen seçeneği her sorudan önce yer alan boşluğa yazınız.

1'den 5'e kadar olan seçeneklerden size en çok uyan şikkı seçerek her sorudan önce yer alan boşluğa yazınız.

Derecelendirme:

1 = Çok beğeniyorum

4 = Pek beğenmiyorum

2 = Oldukça beğeniyorum

5 = Hiç beğenmiyorum

3= Kararsızım

1. _____ Saçlarım

2. _____ Yüzümün rengi

3. _____ İştahım

Ek-6. Benlik Saygısı Ölçeği (BSÖ)

Lütfen aşağıda yer alan her cümleyi okuyunuz ve size en uygun olan derecelendirmeyi cümlelerin sol tarafındaki boşluğa yazınız. 1'den 4'e kadar olan seçeneklerden size en çok uyan şıkkı seçerek her sorudan önce yer alan boşluğa yazınız.

Derecelendirme:

1 = Çok Yanlış

3 = Doğru

2 = Yanlış

4 = Çok Doğru

1. _____ Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.
2. _____ Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.
3. _____ Gendelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.

Ek-7. Etik Kurul İzni**BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK
KURULU**

02.11.2021

Sayın İlyas Emin Atmaca
Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğunuz
YDÜ/SB/2021/1133 proje numaralı ve **"Kadınlarda yeme
tutumu, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin
incelenmesi"** başlıklı proje önerisi kurulumuzca
değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu yazı
ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına
çıkılmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

Doçent Doktor Direnç Kanol
Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Raportörü

Not: Eğer bir kuruma resmi bir kabul yazısı sunmak istiyorsanız,
Yakın Doğu Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na
bu yazı ile başvurup, kurulun başkanının imzasını taşıyan resmi
bir yazı temin edebilirsiniz.

Ek-8. İntihal Raporu

Turnitin.pdf

Özgeçmiş

ADI ve SOYADI: İlyas Emin ATMACA

Doğum Tarihi: 04.04.1994

Adres: Pazarköy mh. No:263/1 Akyazı-Sakarya

Telefon: 0530 065 79 03

e-mail : ilyasatmaca21@mail.com

Öğrenim Durumu;

Derece	Bölüm/Program	Üniversite	Yıl
Lisans	Psikoloji	Maltepe Üniversitesi	2018
Y. Lisans	Klinik Psikoloji	Yakın Doğu Üniversitesi	2022

İş Tecrübeleri

Çift ve Aile Terapileri Derneği, Şubat 2017-Mayıs 2017

Aile Psikolojik Danışmanlık Merkezi, Temmuz 2017- Eylül 2017

Adatepe Toplum ve ruh Sağlığı Merkezi, Şubat 2018-Mayıs 2018

Sakarya Özel Bilge Hastanesi, Haziran 2019-halen